

Edukasi Bahaya Merokok pada Penghuni Kos YT Penfui

Olga Sragen Bulan¹, Irene Kerin Usfunan², Syania S. R. M. Hasan³, Petronela M. E. Ngama⁴, Evanly Tefa⁵, Veronika Bala Keytumu⁶, Afrona E. L. Takaeb⁷, Eryc Z Haba Bunga⁸, Indri A. Tedju Hinga⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9} Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Olga Sragen Bulan

E-mail: bulanolga12@gmail.com

Abstrak

Perilaku merokok merupakan salah satu masalah sosial yang terjadi saat ini. Perilaku merokok bukan hanya merugikan bagi perokok tetapi orang-orang disekitar perokok yang menghirup asap rokok. Tujuan edukasi bahaya merokok yaitu untuk meningkatkan pengetahuan penghuni kos yang merupakan mahasiswa tentang dampak negatif merokok bagi kesehatan. Sebelum edukasi, pengukuran pengetahuan dilakukan melalui pre-test, yang menunjukkan bahwa 64% responden memiliki pengetahuan baik, sementara 9% memiliki pengetahuan kurang. Setelah sesi edukasi yang meliputi pemaparan materi, diskusi, pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan, di mana 82% responden kini memiliki pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan keberhasilan kegiatan edukasi dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang bahaya merokok, serta diharapkan dapat mendorong penerapan informasi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari dan penyebarannya kepada orang lain.

Kata kunci - Pengetahuan, Perilaku, Edukasi, Merokok, Kos YT

Abstract

Smoking behavior is one of the social problems that occur today. Smoking behavior is not only detrimental to smokers but also to the people around smokers who inhale cigarette smoke. The purpose of smoking hazard education is to increase the knowledge of boarding house residents who are students about the negative impact of smoking on health. Prior to education, knowledge measurement was carried out through a pre-test, which showed that 64% of respondents had good knowledge, while 9% had less knowledge. After the education session which included material presentation, discussion, pre-test and post-test. The results showed a significant increase, where 82% of respondents had good knowledge. This shows the success of educational activities in increasing awareness and knowledge about the dangers of smoking, and is expected to encourage the application of information obtained in daily life and its dissemination to others.

Keywords - Knowledge, behavoir, Education, Smoking, YT Boarding House

PENDAHULUAN

Perilaku merokok merupakan salah satu problem sosial yang terjadi saat ini. Merokok tidak hanya pada orang dewasa, remaja bahkan anak-anak pun sudah mulai berani untuk merokok, baik laki-laki maupun perempuan (Yahya et al., 2022). Perilaku merokok bukan hanya merugikan bagi perokok tetapi orang disekitar perokok atau orang yang berada disekitar perokok dan menghirup asap rokok yang selanjutnya dikatakan perokok pasif.

Perilaku merokok saat ini berada pada taraf mengkhawatirkan terlebih di Provinsi NTT. Pada tahun 2021 hingga 2022 jumlah perokok berkurang dari 16,81% menjadi 16,47% namun pada tahun 2023 meningkat mencapai 16,88% perokok setiap harinya. Di kota Kupang persentase penduduk 5 tahun keatas yang dalam sebulan terakhir merokok tembakau tahun 2021 hingga 2022 sebanyak 15,24% turun drastis menjadi 10,62%, tetapi di tahun 2023 kategori perokok setiap hari mengalami peningkatan menjadi 16,88% (BPS NTT, 2023).

Kandungan bahan adiktif yang ada dalam rokok dapat membahayakan kesehatan perokok pasif maupun perokok aktif. Banyak sekali jenis penyakit yang dapat menyerang akibat merokok, diantaranya gangguan kehamilan dan janin, kekurangan gizi, penyakit infeksi saluran pernapasan (ISPA), asma, kanker paru-paru, penyakit jantung, stroke, impotensi, kanker mulut, kanker tenggorokan, penyakit pembuluh darah otak, hipertensi dan bronkitis (Zulaikhah et al., 2021).

Terjadinya perilaku merokok tentunya tidak lepas dari faktor yang memengaruhi seseorang merokok. Faktor internal dan eksternal merupakan penyebab terjadinya perilaku merokok. Faktor internal terdiri dari persepsi tentang rokok, pengetahuan dan rasa ingin tahu yang tinggi untuk mencoba rasa rokok. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari pengaruh teman sebaya, pekerjaan, dan keluarga (Abu-Baker et al., 2021).

Adapun aspek perilaku merokok turut andil dalam mempengaruhi seseorang untuk merokok. Menurut Shaleh & Siregar (2023) menyatakan fungsi merokok dalam kehidupan setiap harinya dianggap sebagai suatu aktivitas, intensitas merokok bahwa semakin banyaknya jumlah rokok maka akan tinggi perilaku merokoknya, tempat merokok, dan waktu merokok. Individu yang merokok setiap hari dari pagi hingga malam hari dapat dikatakan bahwa apabila semakin sering merokok disegala waktu menunjukkan bahwa tingkat perilaku merokoknya tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Deve et al, (2019) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku merokok, kebiasaan teman sebaya terhadap perilaku merokok dan citra diri dengan perilaku merokok yang mempengaruhi perilaku merokok siswa. Kaum muda cenderung memilih teman berdasarkan kesamaan sikap, dan merokok adalah salah satu faktornya remaja memutuskan untuk merokok serta melakukan penyesuaian diri dengan kelompok sosial.

Hasil wawancara awal ditemukan bahwa 62% penghuni Kos YT atau setara dengan 10 orang penghuni Kos adalah perokok aktif sedangkan satu penghuni kos YT tidak merokok. Diketahui bahwa rata-rata penghuni Kos mulai merokok sejak SMP bahkan ada yang mulai merokok sejak SD. Beberapa alasan mereka memutuskan untuk merokok adalah karena lingkungan keluarga yang rata-rata adalah perokok aktif sehingga memicu mereka melakukan perilaku merokok. Ada juga yang dikarenakan pengaruh lingkungan teman sebaya, kelelahan dalam beraktivitas, dan kesulitan tidur.

Berdasarkan analisis situasi di atas, maka akan dilakukan edukasi tentang bahaya merokok dan dampak merokok bagi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan kesadaran terhadap perilaku merokok penghuni kos YT melalui kegiatan “edukasi bahaya merokok”.

METODE

Kegiatan edukasi ini dilaksanakan pada tanggal 28 April 2024 di Kos YT. Pada perencanaan kegiatan edukasi diawali dengan melakukan survei awal pada lokasi yang akan ditetapkan sebagai lokasi dilaksanakannya edukasi kemudian melakukan koordinasi bersama pemilik kos YT dan penghuni kos YT terkait kegiatan edukasi yang akan dilaksanakan. Pelaksanaan kegiatan edukasi dibagi menjadi terbagi menjadi empat tahap yaitu pertama pembagian pre-test. Kedua, penyampaian materi terakit apa itu merokok, kandungan dalam rokok, alasan harus berhenti merokok, pengaruh

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

rokok, cara berhenti merokok, manfaat dari berhenti merokok. Tahap ketiga yaitu pemutaran video bahaya dari merokok dan tahap keempat berupa post-test untuk mengetahui tingkat pemahaman partisipan dan pembagian stiker.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penerapan edukasi terhadap 11 partisipan di kos YT, diperoleh hasil distribusi frekuensi berdasarkan umur, pekerjaan, tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi yang dapat dilihat pada tabel berikut:

- a. Distribusi frekuensi partisipan edukasi bahaya merokok

Tabel 1.

Distribusi Kehadiran Partisipan saat Edukasi Bahaya dari Merokok Berdasarkan Usia April 2024.

Usia	Jumlah	%
15-19	2	18
20-24	9	82
Total	11	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa partisipan yang hadir lebih banyak berasal dari kalangan usia 20-24 tahun.

- b. Distribusi kehadiran partisipan berdasarkan pekerjaan

Tabel 2.

Kehadiran Kehadiran Partisipan Berdasarkan Pekerjaan April 2024

Pekerjaan	Jumlah	%
Mahasiswa	11	100
Total	11	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa seluruh partisipan atau sebesar 100% yang hadir dalam kegiatan edukasi berasal dari kalangan mahasiswa.

- c. Distribusi pengetahuan sebelum kegiatan edukasi

Tabel 3.

Distribusi Pengetahuan Sebelum Kegiatan Edukasi April 2024

Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	7	64
Cukup	3	27
Kurang	1	9
Total	11	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa responden pada kegiatan edukasi lebih banyak sudah memiliki pengetahuan baik sebesar 64% dan hanya 1 responden yang memiliki pengetahuan kurang mengenai bahaya merokok bagi kesehatan.

- d. Distribusi pengetahuan sesudah kegiatan edukasi

Tabel 4.

Distribusi Pengetahuan Sesudah Kegiatan Edukasi April 2024

Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	9	82
Cukup	2	18
Kurang	0	0
Total	11	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa sesudah dilakukannya kegiatan edukasi tentang bahaya merokok, pengetahuan responden mengalami peningkatan sebanyak 82%, 2 diantaranya memiliki pengetahuan cukup.

- e. Distribusi rata-rata skor pengetahuan menurut *pre-test* dan *post-test*

Tabel 5

Distribusi Rata-Rata Skor Pengetahuan Menurut *Pre-Test* dan *Post-Test* Edukasi April 2024

Variabel	Mean	P-Value	N
Pengetahuan			
<i>Pre-test</i>	68,82	.000	11
<i>Post-test</i>	77,91		11

Berdasarkan Tabel 5 diperoleh hasil *pre* dan *post-test* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Dengan nilai skor rata-rata sebelum dilakukan penyampaian materi sebesar 68,82, sedangkan sesudah dilakukan penyampaian materi edukasi diperoleh skor sebesar 77,91. Terdapat perbedaan nilai skor rata-rata sebelum dan sesudah penyampaian materi sebesar 9,09. Dari hasil uji statistik yang dilakukan diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000. Maka dapat disimpulkan adanya perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah edukasi yang diberikan mengenai bahaya dari merokok.

Kegiatan bertema “Edukasi Bahaya Merokok pada Penghuni Kos YT” yang bertempat di kos YT-Penfui, 28 April 2024 pukul 13.00 WITA sampai selesai yang dihadiri sebanyak 11 responden dan satu orang tua yang adalah pemilik kos YT. Sasaran dari kegiatan edukasi ini ialah penghuni kos YT, rata-rata kesibukan responden ialah sebagai mahasiswa. Kegiatan edukasi ini dipandu oleh moderator dari kelompok yang memberikan edukasi yaitu Irene Usfunan. Serta pemaparan materi yang disampaikan oleh Syania Hasan dan Niken Keytimu.

Kegiatan edukasi dilakukan mulai dari pembukaan oleh moderator untuk menjelaskan tujuan dan edukasi yang akan diberikan. Sebelum pemaparan materi dimulai, peneliti melakukan pengukuran pengetahuan kepada responden yang hadir dengan membagikan soal *pre-test* yang berjumlah 15 soal yang telah disiapkan peneliti. Setelah responden selesai mengisi *pre-test* dilanjutkan pada sesi penyampaian materi edukasi mengenai “Bahaya dari Merokok”. Kegiatan selanjutnya setelah penyampaian materi ialah sesi tanya jawab dan pengisian soal *post-test*. Diakhir penyampaian materi dilakukan pemutaran video tentang bahaya merokok dengan menggunakan botol bekas dan rokok sebagai contoh bahaya asap rokok bagi tubuh. Pada sesi tanya jawab, partisipan terlihat antusias untuk bertanya terkait materi yang disampaikan oleh kedua narasumber dengan jumlah peserta yang bertanya sebanyak tiga peserta. Kegiatan edukasi diakhiri dengan pembagian stiker bahaya dari merokok dengan judul “Manis sih tetapi sayang, membunuh” dan sesi foto bersama.



Gambar 1.
Stiker Edukasi



Gambar 2.

Foto Bersama Peserta Kegiatan Edukasi

Berdasarkan hasil uji statistik yang diperoleh menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan responden pada sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang bahaya dari merokok. Dapat diartikan bahwa penghuni kos YT sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai bahaya merokok terhadap kesehatan dan diharapkan dapat menerapkan informasi yang diberikan terhadap diri responden, kepada teman, keluarga dan lingkungan sekitar kos YT.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari artikel ini menyampaikan bahwa kegiatan edukasi bahaya merokok bagi penghuni kos YT telah berhasil meningkatkan pengetahuan akan bahaya yang ditimbulkan dari merokok bagi perokok aktif dan pasif serta menumbuhkan kesadaran diri dalam merubah perilaku menjadi sehat tanpa rokok. Dari hasil perhitungan yang diperoleh dari *pre-test* dan *post-test* sebagai alat ukur, diperoleh hasil bahwa adanya perubahan pada tingkat pengetahuan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai bahaya merokok bagi penghuni kos YT.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada bapak Yohanes Raya Tokan selaku pemilik kos YT yang telah menerima dan memfasilitas selama kegiatan edukasi. Terima kasih juga penulis ucapkan kepada penghuni kos YT yang ikut berpartisipasi dan turut membantu dalam persiapan kegiatan sehingga tujuan yang diharapkan dapat tercapai.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu-Baker, N. N., Eyadat, A. M., & Khamaiseh, A. M. (2021). The impact of nutrition education on knowledge, attitude, and practice regarding iron deficiency anemia among female adolescent students in Jordan. *Heliyon*, 7(2). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06348>
- Badan Pusat Statistik Provinsi Nusa Tenggara Timur. (2023). Persentase Penduduk 5 tahun keatas yang Dalam Sebulan Terakhir Merokok Tembakau. Diakses dari: <https://ntt.bps.go.id/id/statistics-table/2/NjExIzI=/persentase-penduduk-5-tahun-keatas-yang-dalam-sebulan-terakhir-merokok-tembakau.html>
- Deve, E. F. H., Romeo, P., & Ndoen, E. M. (2019). Faktor Predisposisi dan Pendorong Perilaku Merokok Siswa Remaja SMA. *Journal of Health and Behavioral Science*, 1(4), 207–215. <https://doi.org/10.35508/jhbs.v1i4.2105>
- Shaleh Lubis, A., & Apriadi Siregar, P. (2023). Faktor Pendorong Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Dilingkungan Kampus: Pendekatan Kualitatif. *JK: Jurnal Kesehatan*, 1(1).
- Yahya, D., Jahra, S., Rukmuyati, S., & Budiastuti. (2022). Edukasi Mengenai Bahaya Merokok Terhadap Kesehatan Pada Remaja RT 01 RW 04 Jombang Kota Tangerang Selatan Tahun 2022. *Jurnal UMJ*, 1(1).

Zulaikhah, V., Wijayadi, K., & Juliyanto, E. (2021). Evaluasi Hasil Edukasi Masyarakat Tentang Bahaya Kandungan Dalam Rokok. *Indonesian Journal of Natural Science Education (IJNSE)*, 4(2), 510–515. <https://doi.org/10.31002/nse.v4i2.1904>