

## **Edukasi Bahaya Merokok di Dalam Rumah Melalui Program Pemberdayaan Kader Kelurahan Bokoharjo**

**Evrin Isna Nur Kuncara<sup>1</sup>, Ghina Dwi Kurnia<sup>2</sup>, Renita Kusumawati<sup>3</sup>, Athiyah Safira  
Mohd. Akhyar<sup>4</sup>, Rezky Amelia Putri A.<sup>5</sup>, Sulistyawati Sulistyawati<sup>6</sup>**

*<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Evrin Isna Nur Kuncara

**Email:** [2308053035@webmail.uad.ac.id](mailto:2308053035@webmail.uad.ac.id)

### **Abstrak**

*Perilaku merokok di dalam rumah masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan, terutama karena tingginya paparan terhadap rokok pasif seperti anak-anak dan lansia. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader di kelurahan Bokoharjo tentang bahaya merokok di dalam rumah serta mendorong terciptanya lingkungan rumah bebas asap rokok. Metode yang digunakan adalah edukasi partisipatif melalui penyuluhan dan pengukuran pre-test serta post-test terhadap 40 peserta kader. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan rata-rata sebesar 25,7 % dan perubahan positif dalam sikap serta niat kader untuk menyebarluaskan informasi tersebut kepada masyarakat luas. Intervensi ini menunjukkan efektivitas edukasi dalam penguatan kesadaran dan pemberdayaan masyarakat.*

**Kata kunci** - edukasi, kader, bahaya, merokok, dalam rumah

### **Abstract**

*Smoking behavior inside the home remains a significant public health issue, especially due to the high exposure of passive smoke to vulnerable groups such as children and elderly. This community service activity aimed to increase the knowledge of health cadres in Bokoharjo village regarding the dangers of smoking indoors and to encourage the creation of smoke-free home environments. The method used was participatory education through counseling sessions, along with pre-test and post-test measurements involving 40 health cadres. The results showed an average knowledge increase of 25.7% as well as positive changes in attitudes and intentions of the cadres to disseminate this information to the broader community. This intervention demonstrated the effectiveness of education in strengthening awareness and empowering the community.*

**Keywords** - education, cadre, danger, smoking, indoors

## PENDAHULUAN

Merokok adalah suatu kegiatan menghisap gulungan tembakau yang berbalut daun nipah atau kertas yang dibakar kemudian asapnya dimasukkan ke dalam tubuh dan dihembuskan kembali keluar (Razak & Faidah, 2023). Dalam kehidupan sehari-hari kita dapat menemukan orang-orang yang merokok di tempat-tempat umum bahkan di sekitar lingkungan rumah kita sendiri. Perilaku merokok memiliki banyak faktor/determinan dan mencakup berbagai hal, misalnya tindakan untuk memilih merokok yang sebenarnya, gaya menghisap rokok, kedalaman inhalasi serta laju dan frekuensi merokok, dan tempat merokok (Soleman dkk., 2022).

Rokok merupakan produk berbentuk silinder yang terbuat dari tembakau dan dilapisi kertas, dikonsumsi dengan cara dibakar, dihisap, dan dihirup asapnya, sesuai dengan Peraturan Pemerintah RI Nomor 109 Tahun 2012. Asap rokok mengandung zat berbahaya seperti tar dan nikotin, yang berdampak negatif terhadap kesehatan, antara lain menyebabkan penyakit jantung, paru-paru, kanker, impotensi, diabetes, kebutaan, gangguan mulut, dan kehamilan. Selain merugikan perokok aktif, perokok pasif justru memiliki risiko lebih tinggi terkena dampak penyakit ini, di mana di Indonesia terdapat sekitar 62 juta wanita, 30 juta pria, dan 11,4 juta anak usia 0-4 tahun yang terpapar asap rokok. Permasalahan ini menjadi perhatian serius dalam upaya kesehatan masyarakat, sehingga diperlukan program edukasi untuk meningkatkan kesadaran warga, seperti yang direncanakan di Dusun Pringgolayan RT 03, Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Bantul, guna mengurangi perilaku merokok di dalam rumah (Arifah dkk., 2024).

Merokok mampu menimbulkan gangguan fungsi mekanisme pernapasan, dari asap rokok yang dihasilkan tersebut mampu merangsang terbentuknya mukosa yang kemudian dapat menggerakkan *silia* yang akan menyebabkan tumpukan mukosa dan meningkatnya risiko berkembangnya bakteri. Hal ini akan menjadi semakin berat apabila merokok dilakukan di dalam rumah dengan keadaan pintu atau jendela tertutup (Sambas & Nurliawati, 2015).

Merokok merupakan sebuah tantangan besar bagi kesehatan masyarakat di Indonesia, dengan tingkat prevalensi yang masih tinggi. Berdasarkan laporan *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) tahun 2021, sebanyak 28,3% populasi berusia  $\geq 15$  tahun merupakan perokok aktif, dengan dominasi signifikan pada kelompok laki-laki (GATS, 2021). Tinggi yang ke ini mencerminkan tantangan dalam pengendalian tembakau, termasuk upaya promotif dan preventif yang belum sepenuhnya efektif. Fenomena ini menjadi beban pada penyakit menular (PTM), seperti penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) dan penyakit kardiovaskular, yang berkontribusi terhadap meningkatnya beban kesehatan nasional (WHO, 2023).

Gangguan kesehatan akan terjadi karena paparan asap rokok. Bayi dan anak-anak yang berada di dalam rumah lalu kemudian mereka terpapar oleh asap rokok berisiko tinggi mengalami iritasi mata, infeksi telinga, alergi, asma, bronkitis, pneumonia. Rokok memiliki efektivitas yang tinggi untuk menyebarkan bahan kimia yang mengandung racun. Apalagi jika kegiatan merokok dilakukan di dalam rumah, maka besar sekali kemungkinan rumah yang ditempati akan mengandung banyak zat beracun (Jusuf, 2019).

Asap rokok terdiri dari lebih dari 7000 senyawa kimia, termasuk zat karsinogenik seperti *formaldehida* dan *benzena*, zat tersebut sangat berpotensi membahayakan kesehatan. *Formaldehida* dikenal sebagai senyawa iritan yang dapat merusak sistem pernapasan, sementara itu *benzena* dikaitkan dengan peningkatan risiko kanker darah, terutama leukemia. Paparan berkelanjutan terhadap senyawa ini berkontribusi pada berbagai penyakit kronis, sehingga regulasi dan kebijakan pengendalian tembakau menjadi langkah penting dalam mitigasi dampak kesehatannya (Asma dkk., 2015).

Kelurahan Bokoharjo, adalah salah satu wilayah dengan kepadatan penduduk yang cukup tinggi di kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, hasil survei lapangan menunjukkan banyak kepala keluarga masih merokok di dalam rumah, terutama saat berkumpul bersama keluarga. Namun, belum terdapat data spesifik yang menggambarkan tingkat pengetahuan masyarakat di wilayah ini terkait bahaya merokok di dalam rumah dan Setelah kegiatan pengabdian masyarakat selesai dengan cara

pengukuran pengetahuan setelah edukasi kepada masyarakat terkait bahaya merokok di dalam rumah. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, membangun kesadaran kolektif, serta mendorong terciptanya rumah bebas asap rokok (*Smoke-Free Home*) di kelurahan Bokoharjo.

Kesadaran masyarakat terhadap risiko merokok di dalam rumah memainkan peran krusial dalam mencegah paparan asap rokok bagi perokok pasif (WHO, 2023). Temuan dari hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang rendah mengenai dampak negatif merokok berhubungan erat dengan tinggi kebiasaan merokok di lingkungan rumah tangga, pada penelitian lainnya menunjukkan buruknya perilaku individu terhadap kebiasaan merokok di kalangan masyarakat Indonesia (Salsabila dkk., 2022).

Oleh karena itu, edukasi mengenai bahaya aset maka menjadi aspek penting dalam strategi pengendalian tembakau guna mengurangi risiko kesehatan bagi individu non perokok atau perokok pasif. Oleh karena itu, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bahaya merokok di dalam rumah, membangun kesadaran kolektif untuk menciptakan lingkungan rumah yang bebas asap rokok, serta mendorong perubahan perilaku demi melindungi anggota keluarga, khususnya kelompok rentan seperti anak-anak dan lansia, dari paparan asap rokok

## **METODE**

Kegiatan ini menggunakan metode edukasi partisipatif yang terdiri dari edukasi, diskusi, dan pengukuran pengetahuan menggunakan instrumen *pre-test* serta *post-test*. Selanjutnya, materi disampaikan menggunakan media visual PowerPoint. Seluruh peserta yaitu kader kesehatan diberikan soal *pre-test* sebelum penyuluhan dimulai untuk mengukur pengetahuan awal, dan *post-test* dilakukan setelah sesi edukasi selesai untuk mengetahui perubahan pengetahuan. Evaluasi dilakukan dengan 10 indikator terkait pengetahuan bahaya merokok di dalam rumah. Data dianalisis secara deskriptif untuk melihat perbandingan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tabel 1 menunjukkan pengukuran efektivitas edukasi yang dilakukan. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan yang cukup signifikan pada tingkat pengetahuan kader setelah diberikan edukasi mengenai bahaya merokok di dalam rumah. Hal ini terlihat dari perbedaan persentase jawaban "YA" antara *pre-test* dan *post-test* pada hampir seluruh indikator yang diukur. Misalnya, pemahaman bahwa asap rokok berbahaya bagi kesehatan meningkat dari 45,5% menjadi 100%, dan kesadaran untuk mengingatkan anggota keluarga agar tidak merokok di dalam rumah naik drastis dari 17,5% menjadi 85%.

**Tabel 1.**

<b>Pertanyaan</b>	<b>Pre-Test</b>	<b>Post-Test</b>	<b>Selisih (%)</b>
Bahaya asap rokok bagi kesehatan	45,5%	100%	+54,5%
Asap rokok mempengaruhi kesehatan anggota keluarga yang tidak merokok	45,5%	100%	+54,5%
Memiliki kebijakan bebas merokok	7,5%	50%	+42,5%
Memastikan rumah bebas dari asap rokok	45,5%	50%	+4,5%
Berdiskusi tentang bahaya merokok pada keluarga	37,5%	70%	+32,5%
Asap rokok dapat menyebabkan penyakit serius seperti kanker paru dan jantung	52,5%	87,5%	+35%
Ada anggota keluarga yang merokok di dalam rumah	30%	50%	+20%
Mengingatkan anggota keluarga untuk tidak merokok di dalam rumah	17,5%	85%	+67,5%

Menggunakan alat bantu (pamflet/poster) untuk mengingatkan bahaya merokok	20%	37,5%	+17,5%
Menjaga rumah bebas asap rokok penting untuk kesehatan keluarga	25%	82,5%	+57,5%

Peningkatan paling besar terdapat pada aspek keterlibatan aktif kader dalam tindakan pencegahan, seperti berdiskusi dengan keluarga dan menggunakan media bantu (pamflet/poster) sebagai pengingat bahaya merokok. Hal ini mengindikasikan bahwa pendekatan edukasi partisipatif yang digunakan efektif tidak hanya dalam meningkatkan pengetahuan, tetapi juga dalam membentuk sikap dan niat kader untuk menyebarluaskan informasi kepada masyarakat.

Namun, terdapat beberapa aspek yang mengalami peningkatan yang tidak terlalu tinggi, seperti kemampuan memastikan rumah bebas dari asap rokok (hanya naik 4,5%). Ini menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan meningkat, masih dibutuhkan penguatan dalam praktik langsung di lapangan, terutama yang berkaitan dengan pembentukan kebijakan keluarga dan kontrol lingkungan.



**Gambar 1.**

Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis



**Gambar 2.**

Pemberian Materi Bahaya Merokok Dalam Rumah



**Gambar 3.**

Foto Bersama para kader Kelurahan Bokoharjo

Gambar 1 menunjukkan kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis berupa cek gula darah, tekanan darah, dan kolesterol. Gambar 2 menunjukkan penyampaian materi bahaya merokok dalam rumah, pada sesi ini peserta juga aktif melakukan diskusi tentang pentingnya menjaga lingkungan bebas asap rokok. Gambar 3 menunjukkan kebersamaan tanda selesainya acara sosialisasi, diskusi bahaya asap rokok dan bakti sosial dengan pengobatan gratis untuk peserta dan pembagian bingkisan

untuk peserta aktif. Secara keseluruhan, kegiatan ini memperlihatkan bahwa edukasi berbasis partisipasi masyarakat memiliki potensi besar dalam mendukung pencapaian rumah bebas asap rokok, terutama di daerah dengan prevalensi perokok dalam rumah yang tinggi seperti di Kelurahan Bokoharjo.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan edukasi mengenai bahaya merokok di dalam rumah yang dilaksanakan kepada para kader di Kelurahan Bokoharjo terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan niat kader untuk berkontribusi dalam menciptakan lingkungan rumah bebas asap rokok. Peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 25,7% mencerminkan keberhasilan pendekatan edukatif yang digunakan. Diharapkan hasil kegiatan ini dapat mendorong kader untuk terus menyampaikan informasi kepada masyarakat dan menjadi penggerak dalam upaya perlindungan kelompok rentan dari paparan asap rokok di lingkungan rumah.

Untuk meningkatkan efektivitas kadar dalam menyampaikan pesan kesehatan, diperlukan pelatihan lanjutan yang dilakukan secara berkala guna memperdalam penguasaan pada materi dan keterampilan public speaking serta penyediaan berbagai media edukatif seperti banner, stiker bertema rumah bebas asap rokok maupun video pendek sangat membantu dalam memperlancar proses sosialisasi pada masyarakat. Upaya ini perlu didukung dengan sinergi bersama pihak kelurahan dan fasilitas pelayanan kesehatan agar dapat dikeluarkan kebijakan atau surat edaran resmi mengenai penerapan kawasan rumah tanpa asap rokok serta partisipasi aktif keluarga juga menjadi kunci keberhasilan kampanye ini, yang dapat diwujudkan melalui kegiatan warga seperti forum diskusi atau Posyandu.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arifah, N., Arifah, A., Madjid, S., Marbun, Yohanes, Syafuanur, A., & Sulistyawati. (2024). Edukasi Perilaku merokok di Dalam Rumah di RT 03 Dusun Pringgolayan Kecamatan Banguntapan Bantul. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(11), 2694. <https://jurnalpengabdianmasyarakatbangsa.com/index.php/jpmba/article/view/584/477>
- Asma, Samira., World Health Organization., CDC Foundation., World Lung Foundation., United States. Department of Health and Human Services., & Centers for Disease Control and Prevention (U.S.). (2015). *The GATS atlas : Global adult tobacco survey*.
- Jusuf, H. (2019). *Laporan Pengabdian Pada Masyarakat Rumah Tanpa Asap Rokok*.
- Razak, R., & Faidah, N. (2023). Hubungan Paparan Asap Rokok Dengan Kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Pada Balita. *Jurnal Berita Kesehatan*, 16(1). <https://doi.org/10.58294/GBK.V16I1.113>
- Salsabila, N. N., Indraswari, N., & Sujatmiko, B. (2022). Gambaran Kebiasaan Merokok Di Indonesia Berdasarkan Indonesia Family Life Survey 5 (IFLS 5). *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia*, 7(1), 2. <https://doi.org/10.7454/eki.v7i1.5394>
- Sambas, E., & Nurliawati, E. (2015). Hubungan Antara Keterpaparan Asap Rokok dengan Kejadian Tuberkulosis Pada Anak Dr RSUD DR. Soekardjo Kota Tasikmalaya. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 14(1). [https://ejournal.universitas-bth.ac.id/index.php/P3M\\_JKBTH/article/view/116/115](https://ejournal.universitas-bth.ac.id/index.php/P3M_JKBTH/article/view/116/115)
- Soleman, M., Darwis, D., & Suhartatik. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Perilaku Merokok Terhadap Kesehatan Pada Remaja Kelas XI Di SMK Laniang Makassar . *Jurnal Ilmiah Mahasiswa dan Penelitian Keperawatan*, 2(1). <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/712>
- WHO. (2023, Agustus 22). *Ministry of Health and WHO release Global Adult Tobacco Survey Indonesia Report 2021*. World Health Organization. <https://www.who.int/indonesia/news/detail/22-08-2024-ministry-of-health-and-who-release-global-adult-tobacco-survey-indonesia-report-2021>