

## **Penyuluhan Bahaya Rokok Pada Remaja di Posyandu Remaja di Desa Wakan Kecamatan Amurang Barat**

**Dewi Rosmaida Napitu<sup>1</sup>, Zamli<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Dewi Rosmaida Napitu

**E-mail:** [dewinapitu03@gmail.com](mailto:dewinapitu03@gmail.com)

### **Abstrak**

Perilaku merokok pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang mendesak, mengingat usia tersebut adalah fase krusial dalam pembentukan kebiasaan jangka panjang. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi perokok usia 10–18 tahun di Indonesia terus meningkat, termasuk di wilayah Sulawesi Utara. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap dampak negatif merokok. Kegiatan ini menggunakan metode ceramah, diskusi interaktif, dan tanya jawab dengan melibatkan 26 remaja sebagai peserta. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta tentang bahaya rokok, baik bagi diri sendiri maupun orang lain (perokok pasif), serta munculnya motivasi untuk menciptakan lingkungan bebas rokok. Diskusi aktif dan partisipasi tinggi menunjukkan efektivitas pendekatan edukatif berbasis komunitas. Penyuluhan ini memberikan dampak positif dalam membentuk perilaku remaja yang lebih sehat dan menjadi salah satu strategi preventif dalam menurunkan angka perokok usia dini di lingkungan pedesaan. Kesimpulannya, intervensi edukatif yang terstruktur dan melibatkan berbagai pihak mampu meningkatkan kesadaran remaja terhadap bahaya rokok dan mendorong terciptanya lingkungan sehat tanpa asap rokok.

**Kata kunci** - remaja, penyuluhan kesehatan, bahaya rokok, perilaku sehat, promosi kesehatan

### **Abstract**

Smoking behavior among adolescents is a pressing public health issue, given that this age is a crucial phase in the formation of long-term habits. Based on data from the 2018 Basic Health Research (Riskesdas), the prevalence of smokers aged 10–18 in Indonesia continues to increase, including in North Sulawesi. This activity aims to increase adolescent knowledge and awareness of the negative impacts of smoking. The activity used lectures, interactive discussions, and a question-and-answer method, involving 26 adolescents as participants. The results showed an increase in participants' understanding of the dangers of smoking, both for themselves and others (passive smoking), as well as an increased motivation to create a smoke-free environment. Active discussions and high participation demonstrated the effectiveness of the community-based educational approach. This outreach has a positive impact on shaping healthier adolescent behavior and is a preventive strategy to reduce the number of young smokers in rural areas. In conclusion, structured educational interventions involving various parties can increase adolescent awareness of the dangers of smoking and encourage the creation of a healthy, smoke-free environment.

**Keywords** - teenagers, health education, dangers of smoking, healthy behavior, health promotion

## **PENDAHULUAN**

Perilaku merokok pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang terus meningkat di Indonesia. Menurut data Riskesdas 2018, prevalensi perokok pemula usia 10–18 tahun meningkat dari 7,2% pada tahun 2013 menjadi 9,1% pada tahun 2018. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang ada belum cukup efektif dalam menahan laju peningkatan jumlah perokok remaja (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Remaja merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan dan sosial. Faktor seperti tekanan dari teman sebaya, keinginan untuk terlihat dewasa, serta pengaruh iklan rokok dapat menjadi pemicu utama dimulainya perilaku merokok pada usia muda (Yuliana & Herawati, 2020).

Rokok mengandung lebih dari 7.000 bahan kimia, di antaranya terdapat lebih dari 70 zat karsinogenik. Nikotin, sebagai salah satu zat aktif utama, memiliki efek adiktif tinggi yang menyebabkan ketergantungan serta gangguan perkembangan otak pada remaja (WHO, 2021). Selain berdampak pada kesehatan fisik, merokok juga berkaitan erat dengan gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi. Beberapa studi menemukan bahwa remaja perokok memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak merokok (Lestari & Fauzi, 2019).

Paparan asap rokok secara pasif juga berbahaya, khususnya bagi anak-anak dan balita. Anak-anak yang tumbuh di lingkungan dengan perokok aktif berisiko tinggi mengalami gangguan pernapasan, pertumbuhan, dan perkembangan kognitif (Nurfitriani & Mulyani, 2022).

Pendidikan dan penyuluhan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran remaja mengenai bahaya merokok. Program edukatif berbasis komunitas menjadi pendekatan yang relevan untuk diterapkan di lingkungan masyarakat, terutama di daerah pedesaan (Dewi & Hidayat, 2020).

Posyandu Remaja adalah salah satu sarana strategis yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan secara langsung kepada remaja. Penyuluhan yang dilakukan secara interaktif melalui Posyandu Remaja terbukti lebih mudah diterima dan diingat oleh peserta (Rahayu & Saputra, 2021). Kegiatan penyuluhan juga harus melibatkan berbagai pihak, seperti sekolah, keluarga, tokoh masyarakat, dan petugas kesehatan. Keterlibatan multipihak ini sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang kondusif dan mendukung gaya hidup sehat (Kurniati, N., et al., 2020).

Prevalensi merokok remaja yang cukup tinggi. Oleh karena itu, diperlukan upaya pencegahan yang lebih terarah melalui intervensi berbasis komunitas dan penyuluhan kesehatan yang berkelanjutan (Toding & Palendeng, 2019). Dengan dilaksanakannya penyuluhan bahaya rokok kepada remaja di Posyandu Remaja Desa Wakan, diharapkan dapat terjadi peningkatan pengetahuan dan kesadaran peserta terhadap dampak negatif merokok. Kegiatan ini juga bertujuan Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap dampak negatif merokok (Napitu, 2025).

## **METODE**

Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif melalui penyuluhan kesehatan yang bersifat partisipatif. Model penyuluhan dilakukan secara interaktif dengan kombinasi metode ceramah, diskusi kelompok, dan sesi tanya jawab, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan partisipasi aktif peserta. Pendekatan ini berbasis pada prinsip *Behavioral Change Communication* (BCC) yang menekankan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran untuk memicu perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Remaja Desa Wakan, Kecamatan Amurang Barat, dengan melibatkan 26 remaja sebagai peserta utama. Lokasi dipilih berdasarkan tingginya angka perokok pemula di kalangan remaja serta terbatasnya intervensi promotif yang dilakukan secara sistematis di wilayah tersebut. Sasaran kegiatan adalah remaja usia 13–18 tahun yang tergolong dalam kelompok risiko tinggi terhadap paparan dan perilaku merokok (Nurhayati & Maulana, 2020).

Pelaksanaan kegiatan ini juga memperhatikan pendekatan berbasis komunitas (*Community-Based Health Promotion*), yaitu dengan melibatkan tokoh masyarakat, petugas kesehatan, dan keluarga peserta agar informasi yang diberikan lebih mudah diterima dan diaplikasikan secara berkelanjutan (Wulandari & Putri, 2021). Media edukasi berupa poster, leaflet, dan tayangan visual digunakan untuk mendukung penyampaian materi agar lebih menarik dan mudah dipahami remaja, sejalan dengan prinsip visual learning approach yang efektif untuk kelompok usia muda (Supriyanto & Hadi, 2022).

### **Tahapan Pelaksanaan**

Kegiatan dilaksanakan melalui beberapa tahapan utama sebagai berikut:

#### 1. Tahap Persiapan

1. Koordinasi dengan pemerintah desa, tokoh masyarakat, dan pengelola Posyandu Remaja.
2. Survei awal untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap remaja terhadap rokok.
3. Penyusunan materi dan media edukasi berdasarkan literatur ilmiah terkini.
4. Pembentukan tim pelaksana yang terdiri dari dosen pembimbing dan mahasiswa.

#### 2. Tahap Pelaksanaan Penyuluhan

1. Pemberian materi secara langsung oleh fasilitator melalui metode ceramah interaktif.
2. Diskusi kelompok kecil untuk menggali pengetahuan awal dan persepsi remaja tentang rokok.
3. Sesi tanya jawab untuk mengklarifikasi informasi dan menjawab kebingungan peserta.
4. Pemutaran video edukatif dan simulasi penolakan ajakan merokok.

#### 3. Tahap Evaluasi

1. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan.
2. Observasi partisipasi selama kegiatan serta kemampuan peserta mengulangi kembali poin-poin bahaya merokok.
3. Wawancara singkat untuk menilai persepsi peserta terhadap kegiatan penyuluhan.

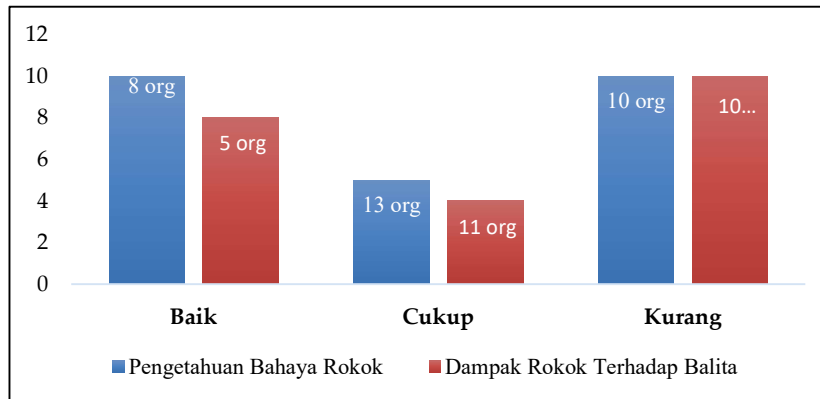
#### 4. Tahap Tindak Lanjut

1. Penyerahan hasil kegiatan kepada pihak desa dan posyandu remaja sebagai bahan kebijakan lokal.
2. Rencana penyusunan artikel ilmiah dari kegiatan ini.
3. Publikasi video dokumentasi penyuluhan sebagai diseminasi informasi melalui media sosial.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penyuluhan yang dilakukan di Posyandu Remaja Desa Wakan memberikan hasil yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman peserta mengenai bahaya merokok. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 8 orang peserta memiliki pengetahuan baik tentang bahaya rokok, 13 orang berada pada kategori cukup, dan 10 orang masih memiliki pemahaman yang kurang. Sementara itu, terkait pemahaman mengenai dampak rokok terhadap balita, sebanyak 5 orang berada pada kategori baik, 11 orang cukup, dan 10 orang masih kurang. Hal ini menggambarkan bahwa meskipun telah terjadi peningkatan pemahaman, diperlukan penyuluhan lanjutan untuk memperkuat pengetahuan kelompok yang masih kurang (Dewi & Hidayat, 2020).

Berikut adalah grafik distribusi pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan:



Gambar 1.

Grafik Distribusi Pengetahuan Peserta Setelah Mengikuti

Grafik tersebut menunjukkan adanya ketidakseimbangan antara pemahaman tentang bahaya rokok secara umum dan dampaknya terhadap balita. Meski mayoritas peserta telah memiliki pemahaman cukup terhadap bahaya rokok, tetapi pemahaman mengenai kerentanan balita terhadap paparan asap rokok masih relatif rendah. Ini selaras dengan temuan sebelumnya yang menyebutkan bahwa remaja cenderung kurang memahami dampak tidak langsung dari kebiasaan merokok, khususnya terhadap kelompok rentan seperti anak-anak (Nurfitriani & Mulyani, 2022).

Partisipasi peserta selama diskusi juga menjadi indikator penting dalam efektivitas kegiatan. Diskusi kelompok menghasilkan banyak pertanyaan dan refleksi dari peserta mengenai situasi di lingkungan sekitar mereka, termasuk pengaruh keluarga dan teman sebaya. Pendekatan berbasis diskusi ini terbukti memperkuat pemahaman dan keterlibatan emosional peserta terhadap topik yang dibahas (Lestari & 2019).



Gambar 2.

Dokumentasi Kegiatan Pengabdian

Penyuluhan ini menjadi langkah strategis dalam upaya menurunkan angka perokok usia dini di lingkungan pedesaan. Kombinasi antara edukasi langsung, visualisasi materi, dan pelibatan tokoh masyarakat menjadi kunci keberhasilan program ini. Kedepan, dibutuhkan replikasi kegiatan serupa dengan cakupan yang lebih luas serta pemantauan berkelanjutan untuk memastikan dampak jangka panjangnya (Sari & Prasetya, 2023).

## KESIMPULAN

Penyuluhan bahaya rokok yang dilaksanakan di Posyandu Remaja Desa Wakan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai dampak negatif merokok,

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



baik terhadap diri sendiri maupun orang di sekitarnya, termasuk balita sebagai kelompok rentan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan kategori pemahaman peserta setelah kegiatan, serta munculnya motivasi untuk menciptakan lingkungan bebas asap rokok. Intervensi edukatif berbasis komunitas ini mampu membentuk perilaku preventif di kalangan remaja dan dapat menjadi strategi promosi kesehatan yang relevan untuk menurunkan angka perokok pemula di wilayah pedesaan. Dengan demikian, program penyuluhan semacam ini layak direplikasi secara luas dengan dukungan lintas sektor untuk menjamin dampak yang berkelanjutan.

#### **Saran Kegiatan**

Kegiatan penyuluhan bahaya rokok perlu dilaksanakan secara berkala dengan pendekatan yang lebih variatif dan melibatkan media digital agar lebih menarik bagi remaja. Kolaborasi lintas sektor antara sekolah, puskesmas, pemerintah desa, dan tokoh masyarakat sangat penting untuk memperkuat pesan yang disampaikan dan menciptakan lingkungan yang mendukung perubahan perilaku. Selain itu, perlu dilakukan pemantauan pascapenyuluhan untuk menilai keberlanjutan dampak intervensi serta mengidentifikasi kebutuhan edukasi lanjutan yang lebih spesifik, termasuk isu rokok elektronik dan perokok pasif.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dewi, R., & Hidayat, T. (2020). Efektivitas Penyuluhan Terhadap Perubahan Pengetahuan Remaja Tentang Rokok. *Jurnal Promkes*, 8(2), 44–51.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Riskesmas 2018: Laporan Nasional*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kurniati, N., et al. (2020). Peran Multipihak dalam Pencegahan Merokok pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(1), 22–30.
- Lestari, W., & Fauzi, M. (2019). Hubungan Merokok dengan Gangguan Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan*, 5(2), 77–83.
- Napitu, D. R. (2025). *Laporan Pengabdian Masyarakat: Penyuluhan Bahaya Rokok di Posyandu Remaja Desa Wakan*. Universitas Mega Buana.
- Nurfitriani, D., & Mulyani, L. (2022). Dampak Asap Rokok Terhadap Perkembangan Balita. *Jurnal Kesehatan Anak Indonesia*, 3(1), 12–18.
- Nurhayati, E., & Maulana, R. (2020). Pemetaan Wilayah Berisiko Tinggi Perokok Usia Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 12(2), 109–116.
- Rahayu, A., & Saputra, D. (2021). Pemanfaatan Posyandu Remaja dalam Promosi Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 55–60.
- Sari, Y., & Prasetya, H. (2023). Strategi Tindak Lanjut Pasca-Penyuluhan: Studi di Daerah 3T. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 10(1), 33–40.
- Supriyanto, R., & Hadi, W. (2022). Efektivitas Media Visual dalam Penyuluhan Remaja. *Jurnal Ilmu Komunikasi Kesehatan*, 4(3), 88–95.
- Toding, V., & Palendeng, M. (2019). Tingginya Prevalensi Merokok di Minahasa Selatan. *Jurnal Kesehatan Sulut*, 6(2), 66–73.
- WHO. (2021). *Tobacco Fact Sheet*. World Health Organization. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
- Wulandari, S., & Putri, I. (2021). Strategi Penyuluhan Berbasis Komunitas di Daerah Rural. *Jurnal Promotif*, 9(1), 44–51.
- Yuliana, E., & Herawati, E. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Remaja Merokok. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 34–41.