



Upaya Mengatasi Perilaku Merokok dengan Penyuluhan Bahaya Merokok di Kelurahan Rejosari Semarang

Efforts to Overcome Smoking Behavior by Counseling the Dangers of Smoking in Rejosari Village, Semarang

Hema Dewi Anggraheny*, Andra Novitasari

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang, Semarang
Corresponding author: hemadewi@unimus.ac.id*, andra@unimus.ac.id

Riwayat Artikel: Dikirim; Diterima; Diterbitkan

Abstrak

Hasil survei pada Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga menunjukkan bahwa di RW XIV, Kelurahan Rejosari Semarang, indikator yang mempunyai nilai persentase terendah adalah anggota keluarga ada yang merokok, dengan persentase sebesar 44%. Sehingga permasalahan merokok merupakan permasalahan utama yang perlu ditangani, salah satunya dengan memberikan edukasi terhadap warga untuk berhenti merokok. Tujuan artikel ini untuk menampilkan hasil penyuluhan bahaya merokok yang dilakukan untuk menangani permasalahan perilaku merokok di RW XIV, Kelurahan Rejosari Semarang. Kegiatan intervensi yang dilakukan adalah penyuluhan dan pemasangan poster bahaya merokok. Sebelum penyuluhan dilakukan pre-test, dan setelah penyuluhan dilakukan post-test terhadap warga yang hadir untuk menilai keefektifan kegiatan. Pertanyaan mengacu pada pengetahuan bahaya merokok dan sikap warga terhadap perilaku merokok. Metode penyuluhan disertai dengan pemaparan video tentang bahaya merokok. Pelaksanaan kegiatan pada Februari 2019. Jumlah peserta penyuluhan yaitu 51 peserta. Lokasi penyuluhan di wilayah RW XIV Kelurahan Rejosari. Nilai rata-rata pre test peserta yaitu 48,24, dengan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 49,8 dan rata-rata nilai sikap sebesar 46,67. Hasil nilai rata-rata post test peserta yaitu 80, dengan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 83,13 dan rata-rata nilai sikap sebesar 82,74. Peningkatan nilai rata-rata post-test peserta membuktikan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan sebelum dan setelah pemaparan materi. Penyuluhan bahaya merokok dapat meningkatkan pengetahuan warga tentang bahaya merokok. Dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan dapat mengatasi perilaku merokok warga di RW XIV kelurahan Rejosari, Semarang.

Kata kunci: Penyuluhan, bahaya merokok

Abstract

The survey results in the Healthy Indonesia Program with the Family Approach show that in RW XIV, Rejosari Village Semarang, the indicator that has the lowest percentage value there is family members smoke with a percentage of 44%. So that the problem of smoking is a major problem that needs to be addressed, one of them by providing education to citizens to stop smoking. The purpose of this article is to present the results of counseling about the dangers of smoking conducted to address the problem of smoking behavior in RW XIV, Rejosari Village, Semarang. Intervention activities carried out were counseling and posters of the dangers of smoking. Before counseling, a pre-test is conducted on residents present to assess the effectiveness of the activity. Questions refer to the knowledge of the dangers of smoking and people's attitudes towards smoking behavior. The counseling method is accompanied by a video presentation on the danger of smoking. Implementation of activities in February 2019. The number of extension participants was 51 participants. Counseling location in RW XIV Rejosari Village. the average value of the participants in the pre test was 48.24, with an average value of knowledge of 49.8 and an average value of attitude of 46.67. The results of the average value of participants in the post test is 80, with an average value of knowledge of 83.13 and an average value of attitude of 82.74. These results prove there is an increase in the knowledge of participants in the counseling, evidenced by the average value of the participants' post-test. Counseling about the dangers of smoking can increase citizens' knowledge about the dangers of smoking. With the increase in knowledge, it is expected to overcome the smoking behavior of residents in RW XIV, Rejosari.



Keywords: counseling, dangers of smoking

PENDAHULUAN

Indonesia saat ini menduduki ranking ketiga negara dengan jumlah perokok tertinggi di dunia. Dan menduduki urutan pertama prevalensi perokok laki-laki di ASEAN. Perilaku merokok apabila tidak ditanggulangi akan berbahaya baik untuk kesehatan dirinya (perokok aktif), maupun orang disekitarnya (perokok pasif). Bahkan merokok dijumpai tidak hanya pada orang dewasa saja, anak-anak pun juga sudah banyak yang merokok.¹

Hasil survei yang dilakukan di RW XIV Kelurahan Rejosari Semarang pada Februari 2019 menyebutkan bahwa merokok merupakan permasalahan kesehatan dengan melihat nilai indikator anggota keluarga tidak ada yang merokok dengan hasil persentase yang terendah, yaitu 44%. Artinya sebanyak 44% anggota keluarga tidak ada yang merokok, atau 56% ada anggota keluarga (dari setiap KK) ada yang merokok.²

Beberapa faktor risiko yang mempengaruhi perilaku merokok antara lain pengetahuan, sikap, kepercayaan, tradisi, normasosial, akses terhadap rokok, peran keluarga, petugas kesehatan, serta lingkungan atau pemerintah terhadap perilaku merokok. Salah satu faktor yang mungkin terjadi adalah kurangnya kesadaran dan sikap negative masyarakat tentang bahaya merokok bagi dirinya maupun lingkungannya. Sehingga diperlukan upaya-upaya untuk dapat mengatasi permasalahan tersebut.^{3, 4, 5}

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi perilaku merokok dengan memberikan edukasi tentang bahaya merokok. Kegiatan penyuluhan sudah dilakukan oleh pihak Puskesmas, namun berdasarkan wawancara pada beberapa warga menganggap hal tersebut hanya formalitas dan cenderung kurang menarik. Sehingga pesan edukasi yang ingin disampaikan terhadap warga menjadi tidak tersampaikan. 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.^{6, 7}

Ilustrasi tersebut yang melatar belakangi penulis untuk melakukan upaya penyuluhan bahaya merokok, dengan metode pemutaran video bahaya merokok dan pemasangan poster. Harapan pelaksana, dengan menggunakan media yang lebih interaktif akan merangsang kesadaran warga untuk menghentikan merokok atau mengurangi dampak rokok bagi perokok aktif maupun perokok pasif di wilayah Kelurahan Rejosari.

METODE

Artikel ini bertujuan menampilkan hasil penyuluhan bahaya merokok yang dilakukan untuk menangani permasalahan perilaku merokok di RW XIV, Kelurahan Rejosari Semarang. Data permasalahan didapatkan dengan melakukan survei Profil Kesehatan Keluarga yang dilakukan pada 258 KK di RW XIV, Kelurahan Rejosari Semarang. Hasil permasalahan yang muncul adalah perilaku merokok, sehingga dilakukan intervensi dengan penyuluhan dan pemasangan poster bahaya merokok. Sebelum penyuluhan dilakukan pre test, dan setelah penyuluhan dilakukan post test terhadap warga yang hadir untuk menilai keefektivan kegiatan. Pertanyaan pre dan post test mengacu pada pengetahuan bahaya merokok dan sikap warga terhadap perilaku merokok. Metode penyuluhan disertai dengan pemaparan video tentang bahaya merokok, serta diskusi interaktif mengenai bahaya merokok. Keberhasilan penyuluhan diukur dengan membandingkan nilai rata-rata pre test dan post test peserta.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah peserta yang hadir mengikuti penyuluhan yaitu 51 peserta. Metode pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini diawali dengan pre test, kemudian pemberian materi, diikuti dengan diskusi tanya jawab, dan di sesi terakhir dilakukan post test. Pre dan post test yang diberikan terkait bahayamerokokuntukkesehatan yang bertujuan untuk menilai tingkat pemahaman peserta penyuluhan.

Pre test berjalan lancar dan dilakukan terhadap 51 peserta. Pertanyaan mengacu pada pengetahuanwargatentangbahayamerokok, dan sikap warga terhadap rokok. Hasil nilai rata-rata peserta pada pre test yaitu 48,24, dengan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 49, 8 dan rata-rata nilai sikap sebesar 46,67.

Setelah pre test adalah pemaparan materi. Penyuluhan yang dilakukan berisi dampak rokok untuk kesehatan bagi perokok aktif maupun pasif. Pemaparan materi disertai dengan pemutaran video interaktif tentang bahaya merokok. Dalam penyuluhan tersebut juga diberikan motivasi kepada peserta untuk mengurangi dan menghentikan merokok, serta menghimbau bagi warga untuk selalu mengingatkan bahaya rokok terhadap anggota keluarganya yang merokok. Peserta terlihat antusias dan cukup aktif bertanya dalam kegiatan penyuluhan tersebut. Peserta dapat merasakan dampak bahayanya merokok, dengan melihat langsung ilustrasi video yang diberikan sewaktu penyuluhan.

Setelah pemaparan materi, dilakukan post test dengan pertanyaan yang sama diberikan sewaktu pre test. Hasil nilai rata-rata peserta pada post test yaitu 80,dengan rata-rata nilaipengetahuansebesar 83,13 dan rata-rata nilaisikapsebesar 82,74. Hal tersebut membuktikan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan terkait perilaku merokok. Sesi terakhir penyuluhan, diisi dengan quiz yang dilanjutkan dengan pemberian doorprize bagi peserta yang benar dalam menjawab pertanyaan yang diberikan.

Hasil tersebut membuktikan terdapat peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan, dibuktikan dengan meningkatnya nilai rata-rata post test peserta. Hal tersebut sesuai dengan beberapa penelitian yang membuktikan bahwa penyuluhan berpengaruh terhadap pengetahuan.^{6,7} Penyuluhan akan mempengaruhi sikap individu.⁶ Sikap seseorang dapat berubah karena penyuluhan mempengaruhi pengetahuan seseorang.⁶ Materi dan kemasan tampilan dalam penyuluhan juga berpengaruh terhadap minat peserta. Materi yang menarik dengan disertai gambar-gambar, poster, serta ilustrasi bahaya merokok dengan video akan lebih meningkatkan perhatian peserta.^{6,7} Sehingga diharapkan dengan perhatian yang meningkat akan meningkatkan pengetahuannya pula. Penulis juga melakukan pemasangan poster di sudut-sudut jalan di setiap RT di RW XIV kelurahan Rejosari, Semarang, untuk meningkatkan perhatian dan pengetahuan warga. Jumlah poster yang dipasang adalah 8 poster.

Gambar 1:
Pemasangan Poster Bahaya Merokok



Sumber: Dokumentasi Pribadi

Gambar 2:
Pelaksanaan Penyuluhan di RW XIV Kelurahan Rejosari



KESIMPULAN

Penyuluhan bahaya merokok dapat meningkatkan pengetahuan warga tentang bahaya merokok. Dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan dapat mengatasi perilaku merokok warga di RW XIV kelurahan Rejosari, Semarang.



UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran UNIMUS yang telah membiayai pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini, serta kepada Muhammad Hasan Alfi, Intan Rahmawati, Desi Indah Larasati, Putri Arum, Fenadia Nastia N., Dela Oktavian, Farid Fahrudin, Candra Meilyana P. S., Ivandi Anugrah A, Syaema Maulida, dan segenap warga RW XIV Kelurahan Rejosari, Semarang atas bantuannya dalam pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Parascandola M. 2011. Tobacco harm reduction and the evolution of nicotine dependence. *American Journal of Public Health*, 101(4):632–41.
2. Anggraheny HD, Lahdji A. 2019. Enabling and reinforcing factor of smoking behavior in Rejosari Village, Semarang.
3. Wijayanti E. 2017. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada remaja Kampung Bojong Rawalele, Jatimakmur. *Global Medical and Health Communication*, 5(March):194-8.
4. Aisyah DC, Musthofa SB, Indraswari R. 2017. Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada anggota TNI-AD di Yonif Mekanis 201/ Jaya Yudha, Jakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(3):504-18.
5. Faridah F. 2015. Analisis faktor penyebab perilaku merokok remaja di SMK “X” Surabaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 3(3):887-97.
6. Rusmilawaty. 2016. Pengaruh penyuluhan metode ceramah tentang bahaya rokok terhadap perubahan sikap perokok aktif. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 2(2):113-8.
7. Ambarwati, Kurniawati F, Darojah S, et al. 2014. Media, leaflet, video dan pengetahuan siswa SD tentang bahaya merokok (studi pada siswa SDN 7 Sabrang Lor Mojosoong Surakarta). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1):7-13.