

Pendampingan Program Berhenti Merokok Pada Siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara Kabupaten Klaten

Sutaryono¹, Rezyana Budi Syahputri²

¹Program Studi Farmasi, Universitas Muhammadiyah Klaten, Indonesia

²Program Studi Administrasi Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Klaten, Indonesia

Korespondensi: sutar.on@gmail.com

Diterima: 31 Maret 2022

Disetujui: 10 April 2022

Diterbitkan: 11 Mei 2022

Abstrak

Latar belakang: Proporsi perokok pada usia di atas 15 tahun mengalami peningkatan setiap tahunnya, khususnya pada remaja laki-laki. Kebiasaan merokok pada pelajar disebabkan karena kesalah pahaman informasi, pengaruh iklan dan pengaruh teman. Pengetahuan yang cukup akan memotivasi remaja untuk berperilaku hidup sehat karena individu dapat mempersepsikan informasi tersebut sesuai dengan predisposisi psikologisnya. Pengetahuan yang memadai tentang bahaya rokok bagi kesehatan diharapkan membuat orang yang belum merokok tetap tidak merokok dan para perokok bisa menghentikan kebiasaan yang sangat berbahaya ini. **Tujuan:** Pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa untuk berhenti merokok. **Metode:** Pendampingan ini dilakukan dengan persiapan yang melibatkan optimalisasi komunitas sekolah (OSIS), penyuluhan dengan metode *participatory training*, pelatihan pengurus dan kader berhenti merokok. **Hasil:** Peserta menunjukkan tingkat pengetahuan setelah kegiatan lebih tinggi daripada tingkat pengetahuan sebelum kegiatan yaitu sebesar 40%. **Kesimpulan:** Terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilakukannya program pendampingan berhenti merokok terhadap pengetahuan siswa tentang bahaya rokok di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara.

Kata kunci: Program berhenti merokok, Penyuluhan, Bermain peran

Abstract

Background: The proportion of smokers over the age of 15 years have increased every year, especially in teenage boys. Smoking habits in students are caused by misunderstanding of information, the influence of advertisements and the influence of friends. Sufficient knowledge will motivate adolescents to behave in a healthy life because individuals can perceive the information according to their psychological predisposition. Adequate knowledge about the dangers of smoking to health is expected to keep people who have not smoked from smoking and smokers can stop this very dangerous habit. **Objective:** It aims to determine the knowledge of students to stop smoking. **Methods:** This is carried out with preparations that involve optimizing the school community (OSIS), counseling using participatory training methods, training administrators and cadres of smoking cessation programs. **Results:** Participants showed that the level of knowledge after the activity was higher than the level of knowledge before the activity, which was 40%. **Conclusion:** There was an increase in knowledge after the smoking cessation mentoring program was carried out on students' knowledge about the dangers of smoking at SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara.

Key words: Smoking cessation program, Counselling, Role play

PENDAHULUAN

Jumlah kematian akibat kebiasaan merokok atau penyakit lain akibat tembakau sebanyak 225.700 orang setiap tahunnya [1]. Tren global dalam penggunaan tembakau semakin berkurang, namun hal ini

bertentangan dengan survei nasional yang dilakukan tahun 2013 dan 2018 yang menunjukkan bahwa penggunaan tembakau di Indonesia masih tergolong tinggi di kalangan dewasa dan remaja. Presentase perokok di Indonesia dengan usia di atas 15 tahun

kembali meningkat dari tahun sebelumnya yaitu 28,96% [2] dan masih didominasi oleh laki-laki sebanyak 7,14% [3]. Namun, presentase merokok pada usia 16-18 tahun turun menjadi 9,59% pada tahun 2021 [4]. Hal ini pertama kali terjadi selama 3 tahun terakhir presentasinya di bawah 10%. Perilaku merokok dikaitkan dengan jenis kelamin, usia, status pekerjaan, tingkat pendidikan, status ekonomi, daerah tempat tinggal, akses media, remaja dengan orang tua yang merokok lebih beresiko berperilaku merokok serta kurangnya pengetahuan mengenai dampak yang ditimbulkan oleh merokok [5].

Survei pada SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara, 40% siswa sebagai perokok aktif. Kebiasaan merokok pada pelajar disebabkan karena kesalah pahaman informasi, pengaruh iklan dan pengaruh teman. Dalam lingkungan masyarakat, merokok adalah tolak ukur tingkat kedewasaan sehingga remaja laki-laki mengikuti perilaku tersebut. Awal mula perilaku merokok disebabkan oleh lingkungan masyarakat yang mayoritas merokok dan ajakan teman untuk merokok [6]. Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan melalui pengisian *google form* dengan seluruh siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara didapatkan hasil bahwa 110 siswa mengetahui tentang rokok dan diantaranya terdapat 47 siswa yang merokok. Hasil pengetahuan rokok sangat terbatas, hanya sekedar mengetahui bahwa rokok tidak baik untuk kesehatan, namun tidak memiliki pengetahuan yang luas akan bahaya rokok

Permasalahan yang muncul pada SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara yaitu terdapat banyak perokok aktif di lingkungan sekolah tersebut dan akan diberikan pendampingan berupa program pendampingan berhenti merokok. Pencegahan perilaku merokok perlu disesuaikan dengan karakteristik remaja yang merokok, sehingga informasi serta tindakan dapat tepat sasaran dan efektif untuk menurunkan perilaku merokok pada remaja pria. Konsumsi rokok perlu dibatasi dengan pelarangan penjualan oleh dan untuk remaja serta *packaging* dan *labeling* gambar-gambar yang seram akibat merokok [5]. Indikator keberhasilan dari kegiatan ini adalah pengetahuan dan pemahaman siswa terhadap bahaya merokok bagi masa depan. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan sehari selama lebih kurang satu jam dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan.

Banyak upaya yang dilakukan untuk berhenti merokok antara lain KIE untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, terutama pada generasi muda, perokok muda, perokok pemula dan program berhenti merokok. Beberapa Negara telah memiliki strategi untuk mengatasi ketergantungan terhadap rokok dengan stimulasi upaya berhenti merokok melalui pendidikan, kampanye dan farmakologi. Hasil menunjukkan 35 – 50% perokok mempunyai keinginan untuk berhenti merokok,

namun hanya 10% yang berhasil berhenti, oleh karena itu direkomendasikan dengan kombinasi *Nicotine Replacement Therapy* (NRT) [7].

Sasaran program berhenti merokok utamanya adalah bagi remaja laki di lingkungan pendidikan. Usia ini sangat potensi terhadap gaya merokok atau mencoba rokok. Proporsi usia 15-17 tahun merupakan dominasi usia pertama kali merokok di Kab. Klaten ini mencapai 41,83 [8]. Salah satu lembaga pendidikan yang memiliki siswa yang berpotensi merokok adalah SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara. Jumlah siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara berdasarkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 725 orang dan perempuan 14 orang [9]. Oleh karena itu, tepat sekali untuk menjadi Mitra kegiatan pengabdian masyarakat bagi dosen Universitas Muhammadiyah Klaten dalam rangka membantu pemerintah dalam mencegah dan pengendalian penyakit di masyarakat terutama yang diakibatkan perilaku yang kurang sehat yaitu kebiasaan merokok.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui sinergi antara Universitas Muhammadiyah Klaten dengan SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara. Pelaksanaan kegiatan oleh dosen Universitas Muhammadiyah Klaten yang melibatkan beberapa mahasiswa dan juga berkoordinasi dengan Pimpinan dan Guru BK SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara. Kegiatan dilakukan selama tiga (3) bulan yaitu mulai bulan Desember 2021 hingga Februari 2022.

Kegiatan diawali dengan tahap persiapan dengan melakukan observasi untuk mendapatkan gambaran dan informasi terkini terkait siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara dan koordinasi berbagai pihak untuk mendapatkan data primer dan sekunder. Data primer dilakukan dengan wawancara kepala sekolah, BK, guru, dan siswa sedangkan data sekunder diperoleh dari Dinas Pendidikan, Dinas Kesehatan Kab. Klaten dan Puskesmas. Tahap persiapan dilanjutkan dengan perumusan rencana kerja dan sosialisasi kepada pihak terkait. Tahapan kedua dengan pembentukan komunitas sekolah yaitu mengoptimalkan peran OSIS dalam program berhenti merokok. Tahapan ketiga dengan penyuluhan tentang merokok dan pelatihan pengurus dan kader berhenti merokok. Tahapan terakhir yaitu tindak lanjut program berhenti merokok yang akan dilaksanakan mandiri oleh pengurus dan kader di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara serta evaluasi yang dilakukan rutin oleh internal pengurus maupun apabila perlu dengan melibatkan puskesmas setempat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat diawali dengan rapat koordinasi antara tim pelaksana,

Guru BK dan Kepala Sekolah pada tanggal 9 Februari 2022 di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara, membahas tentang program kerja pendampingan berhenti merokok pada remaja. Langkah awal dengan mengajukan perijinan kepada Kepala Sekolah dan Guru BK di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara. Persiapan pelaksanaan kegiatan ini juga dibantu oleh Guru BK serta Kepala Sekolah SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara. Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh ± 50 orang peserta yang terdiri dari siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara. Guru BK juga membantu memberi tambahan teori penyuluhan tentang Program Pendampingan Berhenti Merokok Pada Remaja. Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat adalah *participatory training* dan *role play*. Materi tentang pengertian rokok, kandungan rokok, serta bahaya yang ditimbulkan dari perokok aktif dan pasif disampaikan oleh mahasiswa dan peserta aktif saat diskusi serta tanya jawab.



Gambar 1. Pemberian materi penyuluhan

Berdasarkan hasil pengamatan selama proses pengabdian masyarakat diketahui peserta mampu memahami seluruh materi yang disampaikan. Evaluasi hasil yang dilakukan pada kegiatan pengabdian ini melalui pre-test dan post-test oleh peserta mengenai materi yang disampaikan. Pengetahuan peserta tentang merokok sangat beragam. Selama kegiatan berlangsung para peserta memiliki minat motivasi yang tinggi.



Gambar 2. Peserta penyuluhan antusias

Antusiasme peserta penyuluhan ini merupakan awalan yang sangat bagus untuk meningkatkan wawasan. tingkat pengetahuan peserta bertambah hingga melebihi 50% setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan. Tentunya ini menjadi hal yang sangat baik.

Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan peserta tentang program berhenti merokok pada remaja, cara pencegahan dan pengobatan bagi seorang pecandu rokok. Kegiatan ini menjadi langkah awal untuk meningkatkan kesadaran remaja terhadap kesehatan. Program penyuluhan tersebut ternyata juga mampu membuat suasana akrab antara siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten dan Guru BK dalam satu tujuan yang sama.

Program berhenti merokok yang dilakukan berupa pendampingan dan penyuluhan melihat tingkat pengetahuan siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara yang masih rendah sehingga perlu adanya paparan materi lebih detail tentang rokok dan perilaku merokok yang merugikan. Perilaku merokok siswa dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, uang saku, peran orang tua dalam membentuk sikap anak dan dorongan teman sebaya [10,11]. Pengetahuan berperan sebagai faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku dan hasil penelitian ini pengetahuan pada siswa sekolah menengah atas di Kota Padang berada pada kategori rendah (62.3%) perlu adanya sosialisasi tentang rokok [10]. Untuk mewujudkan program berhenti merokok, tentu saja ada faktor yang memudahkannya. Kekuatan pikiran sangat menentukan perilaku. Adanya niat, tekad, kemauan, dan perubahan perilaku yang mendasari untuk berhenti merokok. Oleh karena itu sebagai fasilitator dalam pendampingan ini, dorongan dan motivasi untuk menanamkan mindset agar siswa SMK Muhammadiyah dapat berhenti merokok selain meningkatkan pengetahuan.

Pesan yang disampaikan dalam Program Pendampingan Berhenti Merokok Pada Remaja ini adalah sebuah informasi agar siswa memahami tentang perokok, penyebab remaja merokok, faktor risiko bagi perokok aktif maupun pasif, efek samping rokok secara umum, efek samping rokok bagi perokok aktif maupun perokok pasif, kecanduan rokok, masalah yang muncul bagi pelajar perokok, pengobatan, metode berhenti merokok serta manfaat berhenti merokok. Teknik komunikasi saat penyuluhan menjadi peran penting dalam membantu siswa untuk memahami materi yang disampaikan [12].

Penyuluhan kesehatan merupakan bentuk pendidikan non formal yang bertujuan untuk menyampaikan informasi penting pada remaja terutama pelajar guna meningkatkan pemahaman dalam bidang kesehatan. . Penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya rokok sehingga diharapkan juga mempengaruhi perilaku remaja untuk bisa berhenti merokok [13]. Sifat penyuluhan yang non formal memudahkan untuk dilakukan dimana saja dan kapan saja, tidak memiliki kurikulum yang pasti, karakteristik peserta yang beragam, tidak ada sanksi yang pasti, tetapi menjadi momen kekeluargaan karena penyaji dapat lebih

akrab dengan peserta, sehingga materi yang disajikan lebih mudah diterima. Metode penyuluhan dilakukan dengan pendekatan secara kelompok yaitu pertemuan dengan sekelompok sasaran remaja (siswa) yang dilakukan pada waktu yang sama.

Pembentukan komunitas yang berperan dalam program berhenti merokok juga merupakan langkah agar SMK Muhammadiyah mempunyai kader internal yang bertanggung jawab sesuai tugasnya. Kelembagaan Berhenti Merokok bersifat fleksibel secara strukturnya tergantung kebutuhan, dengan ketentuan terdiri dari ketua, sekretaris, bendahara dan anggota. Kader ini berguna untuk mendampingi perjalanan siswa yang mengikuti program berhenti merokok. Pelatihan kader komunitas dengan metode role play dengan mempraktikkan cara konseling pada siswa yang ingin berhenti merokok. Kegiatan pelatihan dengan role play memudahkan peserta memahami dan melakukan step-step konseling untuk membantu klien berhenti merokok serta meningkatkan pengetahuan keterampilan kader sebesar 7% [14]. Evaluasi dilakukan dengan rapat koordinasi yang rutin dilakukan oleh pengurus dan evaluasi program dilakukan setidaknya minimal sebanyak dua (2) kali. Metode pendampingan ini juga memberikan pembelajaran manajemen terhadap osis dalam mengelola kelompok, hal ini sesuai kajian terdahulu bahwa pendampingan dapat memberikan perbaikan manajemen mitra terutama terkait dengan administrasi pembukuan, dan sarana prasarana [15].

KESIMPULAN

Pemberian penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan siswa untuk berhenti merokok sebesar 40% berdasarkan hasil pre test dan post test. Terbentuk komunitas program berhenti merokok yang terdiri dari siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara yang sukarela ingin mendampingi temannya untuk berhenti merokok.

REKOMENDASI

Perlu dukungan terhadap komunitas siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara dalam upaya mendampingi teman-temannya untuk berhenti merokok, baik secara moral maupun fasilitas yang memadai.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Klaten yang telah mendanai kegiatan pendampingan program berhenti merokok pada siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Universitas Muhammadiyah Klaten, Kepala sekolah, guru BK dan siswa SMK Muhammadiyah 3 Klaten Utara yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian ini.

REFERENSI

[1] WHO. Pernyataan: Hari Tanpa Tembakau Sedunia 2020 [Internet]. Who.Int/Indonesia. 2020. p. 2021. Available

- from: <https://www.who.int/indonesia/news/detail/30-05-2020-pernyataan-hari-tanpa-tembakau-sedunia-2020>.
- [2] BPS. Persentase Merokok Pada Penduduk Umur ≥ 15 Tahun Menurut Kelompok Pengeluaran (Persen), 2019-2021 [Internet]. 2021. Available from: <https://www.bps.go.id/indicator/30/1437/1/persentase-merokok-pada-penduduk-umur-15-tahun-menurut-kelompok-pengeluaran.html>.
- [3] BPS. Persentase Merokok Pada Penduduk Usia ≤ 18 Tahun, Menurut Jenis Kelamin (Persen), 2019-2021 [Internet]. 2021. Available from: <https://www.bps.go.id/indicator/30/1533/1/persentase-merokok-pada-penduduk-usia-18-tahun-menurut-jenis-kelamin.html>.
- [4] BPS. Persentase Merokok Pada Penduduk Usia ≤ 18 Tahun Menurut Kelompok Umur (Persen), 2019-2021 [Internet]. 2021. Available from: <https://www.bps.go.id/indicator/30/1535/1/persentase-merokok-pada-penduduk-usia-18-tahun-menurut-kelompok-umur.html>.
- [5] Hardiyanti V, Efendi F, Kusumaningrum T. Determinan Perilaku Merokok Pada Remaja Pria: Literatur Review. *Indones J Community Heal Nurs*. 2020;5(1):21.
- [6] Nugroho R. Perilaku Merokok Remaja (Perilaku Merokok Sebagai Identitas Sosial Remaja Dalam Pergaulan Di Surabaya). UNAIR Repisotory. 2018.
- [7] Sutaryono, Nurhaini R. Nicotine Replacement Therapy (NRT) untuk berhenti merokok. *Univ Res Colloquium*. 2020;138-42.
- [8] Riskesdas. Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI. 2018. 88-94 p.
- [9] (20309528) SMKS Muhammadiyah 3 Klaten Utara [Internet]. 2021. Available from: <https://sekolah.data.kemdikbud.go.id/index.php/Chome/p/rofil/B23B1F83-4584-4510-978C-A84AD4A7FF27>
- [10] Sari A, Kesehatan P, Padang K. Perilaku Merokok di Kalangan Siswa Sekolah Menengah Atas di Kota Padang Smoking Behavior among High School Students in Padang City. *Il*:238-44.
- [11] Purnaningrum WD, Joebagio H, Murti B. Association Between Cigarette Advertisement , Peer Group , Parental Education , Family Income , and Pocket Money with Smoking Behavior among Adolescents in Karanganyar District , Central Java. 2017;2:148-58.
- [12] Parks M, Slater J, Rothman A, Nelson C. Interpersonal Communication and Smoking Cessation in the Context of an Incentive-Based Program: Survey Evidence From a Telehealth Intervention in a Low-Income Population. *J Health Commun*. 2016;21(1):125-33.
- [13] Sari P, Putri D, Harinal A. Edukasi Perilaku Merokok pada Remaja di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kecamatan Koto Tangah. *Jurnal Abdimas Sainatika Jurnal Abdimas Sainatika*. 2017;59-64.
- [14] Kartikadewi A, Tadjally A. Penyuluhan dan Pelatihan Konselor Berhenti Merokok sebagai Upaya Menurunkan Perokok Aktif di Desa Polaman. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*:483-7.
- [15] Sutaryono S, Deti A S, Putri AR, Wahyuningsih E. Pengembangan Produk Unggulan Daerah Tembakau Asepan Klaten. *ABDIMAS J Pengabd Masy*. 2020;3(2):298-303.