

Edukasi Dan Pencegahan Risiko Penyakit Terkait Kebiasaan Merokok Di Desa Sebewe***Education And Prevention Of Disease Risks Associated With Smoking Habits In Sebewe Village*****Rafi'ah Rafi'ah^{1*}, Iga Maliga², Ana Lestari³, Asri Reni Handayani⁴, David Hariyanto⁵**^{1,2,4} Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Griya Husada Sumbawa³ Program Studi D3 Kebidanan, STIKES Griya Husada Sumbawa*Korespondensi penulis: rafiahstikesghs@gmail.com**Article History:**

Received: Desember 28, 2023

Accepted: Januari 29, 2024

Published: Januari 31, 2024

Keywords: education, smoking, habit.

Abstract: Smoking is a habit that has serious negative impacts on human health and the surrounding environment. The importance of increasing public understanding of the risks of smoking is a crucial step in the effort to prevent smoking-related diseases. The education provided should include information about harmful substances in cigarettes and their effects on the human body. The purpose of this community service activity is to enhance public awareness of the health risks associated with smoking habits. This activity involves community participation and the delivery of education door-to-door in the Sebewe village, conducted from December 2023 to January 2024. The service encompasses the entire process, from preparation to evaluation. The method used in this community service activity is a socialization method to provide information to the community regarding disease prevention and risks associated with smoking habits. Evaluation results indicate that although the community is aware of the health risks caused by smoking, their knowledge of the dangers of smoking is still low. Therefore, it is hoped that this activity will increase awareness and knowledge in the community regarding disease prevention and risks associated with the habit of smoking.

Abstrak

Merokok merupakan kebiasaan yang berdampak negatif serius terhadap kesehatan manusia dan lingkungan sekitarnya. Pentingnya meningkatkan pemahaman masyarakat tentang risiko merokok menjadi langkah krusial dalam upaya pencegahan penyakit terkait merokok. Edukasi yang disampaikan harus mencakup informasi mengenai zat berbahaya dalam rokok dan dampaknya pada tubuh manusia. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang risiko penyakit akibat kebiasaan merokok. Kegiatan ini melibatkan partisipasi masyarakat dan penyampaian edukasi secara *door to door* di desa Sebewe, yang dilakukan dari bulan Desember 2023 hingga Januari 2024. Pengabdian mencakup seluruh proses, mulai dari persiapan hingga evaluasi. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah metode sosialisasi untuk memberikan informasi kepada masyarakat terkait pencegahan penyakit dan risiko yang terkait dengan kebiasaan merokok. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa meskipun masyarakat memiliki kesadaran terhadap risiko penyakit yang disebabkan oleh merokok, pengetahuan mereka tentang bahaya merokok masih rendah. Oleh karena itu, diharapkan bahwa kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan penyakit dan risiko yang muncul akibat kebiasaan merokok.

Kata Kunci: edukasi, merokok, kebiasaan.**PENDAHULUAN**

Merokok telah menjadi penyebab sejumlah risiko serius terhadap kesehatan manusia dan dampak negatif pada lingkungan sekitarnya. Fenomena ini tidak hanya menjadi masalah individu, tetapi juga menginduksi risiko kesehatan masyarakat yang lebih luas. Kebiasaan merokok tidak hanya merugikan perokok aktif, tetapi juga dapat berdampak pada perokok pasif yang terpapar asap rokok. Sebagian besar dari masyarakat sudah cukup terpapar dengan

* Rafi'ah Rafi'ah, rafiahstikesghs@gmail.com

informasi tentang bahaya merokok melalui berbagai media sarana yang dilakukan oleh pemerintah dan instansi kesehatan. Akan tetapi, dengan semua usaha yang telah dilakukan, masih banyak juga masyarakat yang dijumpai aktif dalam merokok (Manoppo, 2023). Oleh karena itu, inisiatif untuk memberikan edukasi dan melakukan upaya pencegahan risiko penyakit terkait kebiasaan merokok menjadi sangat penting.

Edukasi dan pencegahan risiko penyakit terkait merokok serta kebiasaan merokok sangat penting dalam menjaga kesehatan masyarakat. Merokok telah lama menjadi isu kesehatan global karena dampak negatifnya yang luas terhadap individu dan populasi secara keseluruhan. Kebiasaan rokok dimulai dengan adanya rokok pertama. Kebiasaan merokok pada remaja di- pengaruhi oleh orang tua, teman sebaya, kepribadian dan media informasi yang mengiklankan rokok. Menurut Green, perilaku seseorang dipengaruhi oleh faktor pendahulu (predisposing) yang meliputi pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai dan tradisi (Rahmadi et al., 2013). Oleh karena itu, edukasi dan pencegahan menjadi kunci dalam upaya mengurangi prevalensi merokok dan dampak kesehatan yang ditimbulkannya.

Menurut data dari Badan Pusat Statistik tahun 2020-2022, presentase penduduk merokok usia ≥ 15 tahun di Indonesia adalah sebesar 28,26% (8). Sementara data hasil dari Global Adult Tobacco Survey (GATS) tahun 2021 oleh Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa adanya kenaikan jumlah perokok dewasa dari 60,3 juta orang pada tahun 2011 menjadi 69,1 juta orang pada tahun 2021 (Fazmi et al., 2023). Merokok adalah kebiasaan merugikan yang dapat menyebabkan berbagai penyakit serius, termasuk penyakit jantung, kanker paru-paru, bronkitis kronis, dan penyakit paru obstruktif kronis (PPOK). Selain itu, perokok pasif atau orang yang terpapar asap rokok juga berisiko mengalami dampak kesehatan yang serius. Oleh karena itu, kesadaran masyarakat tentang risiko merokok dan kebiasaan merokok sangat penting untuk mengurangi beban penyakit dan meningkatkan kualitas hidup.

Edukasi menjadi landasan utama dalam mengubah perilaku merokok. Penting untuk memberikan informasi yang akurat dan terkini tentang dampak kesehatan merokok, baik pada individu yang merokok maupun pada orang di sekitarnya. Asap rokok tidak hanya mengancam kesehatan perorangan, tetapi juga dapat mencemari lingkungan, merugikan tumbuhan, hewan, dan sumber daya alam lainnya. Masyarakat Indonesia masih banyak yang tidak tahu dengan bahayanya ketergantungan atau kecanduan terhadap perilaku merokok. Berbagai usaha sudah dilakukan seperti sosialisasi ke sekolah, kantor desa, perkantoran, namun mendapatkan hasil yang nihil. presentase individu dengan tingkat kematian yang semakin meningkat akibat normalisasi kebiasaan merokok (Amelia et al., 2023).

Dengan memahami latar belakang tersebut, diharapkan inisiatif edukasi dan pencegahan risiko penyakit terkait kebiasaan merokok di Desa Sebewe dapat dirancang dan diimplementasikan secara tepat sasaran. Pemahaman mendalam terhadap faktor-faktor lokal yang memengaruhi kebiasaan merokok akan menjadi landasan yang kuat untuk merancang program yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan mencegah risiko kesehatan yang terkait dengan merokok.

METODE

Lokasi pengabdian masyarakat berada di Desa Sebewe kecamatan moyo utara, Sumbawa Besar. Sasaran pengabdian masyarakat ini ditujukan masyarakat di daerah tersebut. Pengabdian Masyarakat Ini akan dilaksanakan Pada bulan Desember 2023 sampai dengan Januari 2024. Pengabdian ini telah dilakukan dengan metode sosialisasi. Pengabdian ini melibatkan mahasiswa sebagai pelaksana teknis. Adapun program dalam pengabdian ini adalah sebagai berikut :

1. Metode Pendekatan

Mengacu pada target luar yang diharapkan, Sosialisasi melakukan pendekatan secara personal dengan masyarakat di desa Sebewe.

2. Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan yang dilakukan adalah membangun kepercayaan dengan remaja. Setelah itu remaja diberi edukasi terkait dengan perilaku merokok dan juga memberikan kuesioner untuk mengevaluasi pengetahuan terkait dengan merokok.

3. Tahapan-Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Langkah-langkah yang akan dilaksanakan untuk melancarkan kegiatan yaitu sebagai berikut :

- a. Survei lokasi yang akan digunakan untuk Sosialisasi.
- b. Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat.
- c. Materi kegiatan yang dilaksanakan adalah :

Tabel 1 Rincian Kegiatan

No	Pokok Bahasan	Petugas
1	Mengenalkan dan memberi pengetahuan yang benar tentang pencegahan dan risiko penyakit terkait dengan perilaku kebiasaan merokok.	Pemateri
2	Tanya Jawab dan Diskusi	
3	Membagikan kuesioner	

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tanggal 2 Januari 2024 pukul 09.00 WITA, telah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat yang terdiri dari beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap persiapan Pada tahap ini, tim pengabdian masyarakat melakukan proses surat menyurat dan perizinan di lokasi pengabdian, serta melakukan survei lokasi yang akan digunakan untuk penyelenggaraan kegiatan di Desa Sebewe.
2. Tahap pelaksanaan Setelah mendapatkan izin dari pihak terkait, tim mulai melakukan tindakan seperti memberikan edukasi tentang pencegahan dan risiko penyakit terkait dengan perilaku kebiasaan merokok, memberikan lembar leaflet untuk dibaca dan dipelajari oleh masyarakat, dan melakukan dokumentasi kegiatan pengabdian pada masyarakat.
3. Tahap evaluasi Evaluasi dilakukan dengan melakukan wawancara singkat dengan masyarakat dan juga memberikan kuesioner terkait dengan perilaku kebiasaan merokok. Hasilnya menunjukkan bahwa masyarakat memiliki kesadaran terhadap risiko penyakit yang disebabkan oleh merokok, pengetahuan mereka tentang bahaya merokok masih rendah. masyarakat memberikan tanggapan positif terkait dengan kegiatan pengabdian ini dan masyarakat lebih memahami tentang pencegahan dan risiko penyakit terkait dengan perilaku kebiasaan merokok. Oleh karena itu, diharapkan bahwa kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan penyakit dan risiko yang muncul akibat kebiasaan merokok.



Gambar 1. Proses Survei Lokasi Untuk Kegiatan Edukasi



Gambar 2 : Edukasi dan Skrining penyakit terkait kebiasaan merokok



Gambar 3. Evaluasi pengetahuan masyarakat dengan kuesioner tentang perilaku kebiasaan merokok

Merokok dianggap sebagai perilaku berisiko karena, menurut World Health Organization (WHO), rokok merupakan zat adiktif yang mengandung lebih dari 4000 elemen, di mana 200 elemennya diidentifikasi sebagai berpotensi merugikan bagi kesehatan tubuh. Asap rokok juga mengandung ribuan bahan kimia beracun dan zat karsinogenik yang dapat menyebabkan kanker. Saat rokok dibakar, nikotin dilepaskan dalam bentuk uap air, dan zat ini dapat dengan mudah diserap oleh berbagai permukaan di sekitar, seperti lantai, dinding, sofa, karpet, pakaian, dan perabotan (Yusuf et al., 2023).

Penyakit yang disebabkan oleh merokok meliputi batuk kronis, penyakit paru-paru, kesulitan untuk hamil (infertilitas), masalah kesehatan selama kehamilan, arteriosklerosis, dan beberapa kondisi kesehatan lainnya yaitu kanker mulut dan kanker paru (Rosalin, 2013). kesadaran masyarakat tentang dampak serius merokok terhadap kesehatan sangat penting, dan upaya pencegahan yang efektif perlu diperkuat untuk mengurangi beban penyakit yang disebabkan oleh kebiasaan merokok ini. Menurut RISKESDAS tahun 2010 mengenai individu yang merokok di Indonesia, ditemukan bahwa tingkat kecenderungan merokok tertinggi pada saat itu terjadi pada kelompok usia 24-64 tahun, dengan rentang prevalensi antara 30,7% hingga 32,2%. Untuk mengurangi jumlah perokok, langkah-langkah tertentu perlu diambil oleh pihak yang terlibat. Ini mencakup memberikan penyuluhan kesehatan mengenai risiko merokok, mengimplementasikan peraturan bagi penjual rokok untuk mengontrol penjualan, mengurangi iklan rokok, dan menerapkan aturan yang melarang pembelian rokok (Virly, 2017).

Kebiasaan merokok telah dimulai sejak umur remaja, bahkan umur awal merokok menunjukkan kecenderungan umur semakin muda. Perilaku merokok kurang dari 20 tahun cenderung mengalami peningkatan dan lebih dari separuh perokok mengkonsumsi lebih dari 10 batang per hari (Handayani, 2019). Kebiasaan merokok merupakan tindakan berulang yang dilakukan tanpa disadari bahwa hal ini berpotensi merugikan kesehatan. Meskipun diketahui bahwa merokok membawa risiko dan adanya paparan asap rokok, perilaku ini sulit untuk dihentikan, dan masyarakat masih menjadikannya sebagai kebiasaan (Agung., 2023).

Perilaku merokok merupakan faktor risiko terhadap berbagai paparan penyakit tidak menular seperti asma, penyakit paru obstruktif kronis, kanker paru, hipertensi, jantung koroner, gagal jantung dan stroke. Saat ini perilaku merokok tidak hanya ditemukan di kalangan orang dewasa melainkan telah menjadi gaya hidup bagi sebagian remaja di Indonesia (Utami, 2020), sehingga Penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai bahaya perilaku merokok sebagai langkah pencegahan yang efektif. Program edukasi yang terarah dapat memberikan informasi yang akurat tentang risiko kesehatan yang terkait dengan merokok dan konsekuensi negatifnya terhadap individu, keluarga, dan lingkungan. Penyuluhan kesehatan di sekolah, tempat kerja, dan masyarakat dapat memainkan peran kunci dalam membentuk persepsi yang benar terhadap merokok dan mendorong perilaku sehat. Kampanye pencegahan yang kreatif melalui berbagai media, seperti televisi, radio, dan sosial media, dapat membantu mencapai audiens yang lebih luas. Selain itu, melibatkan tokoh masyarakat, organisasi non-pemerintah, dan profesional kesehatan dalam upaya pencegahan dapat memperkuat pesan-pesan anti-merokok. Dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, diharapkan masyarakat akan lebih mampu membuat keputusan yang lebih baik terkait kebiasaan merokok, dan akhirnya, mengurangi prevalensi merokok untuk menciptakan masyarakat yang lebih sehat.

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian pada masyarakat maka dapat disimpulkan bahwa meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terkait dengan perilaku kebiasaan merokok diharapkan prevalensi merokok dapat berkurang, dan kesehatan masyarakat secara keseluruhan dapat ditingkatkan. Kesimpulan ini menegaskan bahwa edukasi dan pencegahan terkait perilaku merokok merupakan investasi penting dalam menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan berkelanjutan.. Proses kegiatan ini melibatkan 28 peserta, adapun tanggapan masyarakat mengenai kegiatan ini sangat positif dan diharapkan untuk dilanjutkan lagi.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih diucapkan kepada semua pihak yang telah membantu kegiatan pengabdian ini khususnya perangkat pemerintah desa dan segenap masyarakat desa Sebewe.

DAFTAR REFERENSI

- Amelia, S. P., Sopiah, P., & Ridwan, H. (2023). Hubungan Patologi Dan Patofisiologi Pada Individu Akibat Normalisasi Perilaku Merokok Di Indonesia. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 7(1), 23–28. <https://doi.org/10.36341/jka.v7i1.3360>
- Agung, S. (2023). Hubungan antara pengetahuan tentang bahaya rokok dengan perilaku merokok kebiasaan.
- Fazmi, T. I. K., Artanti, K. D., & Setiawan, H. W. (2023). Hubungan Perilaku Merokok Terhadap Kualitas Hidup Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK). *AVERROUS: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 9(1), 47. <https://doi.org/10.29103/averrous.v9i1.11036>
- Handayani, D. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Merokok Santriwan Di Pondok Pesantren Al-Jihad Surabaya. *Medical Technology and Public Health Journal*, 3(2), 120–126. <https://doi.org/10.33086/mtphj.v3i2.1130>
- Manoppo, M. W. (2023). Pengetahuan Dan Perilaku Merokok Pada Masyarakat. *Klabat Journal of Nursing*, 5(2), 42. <https://doi.org/10.37771/kjn.v5i2.974>
- Rahmadi, A., Lestari, Y., & Yenita, Y. (2013). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Rokok Dengan Kebiasaan Merokok Siswa SMP di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2(1), 25. <https://doi.org/10.25077/jka.v2i1.62>
- Rosalin, D. m. (2013). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Bahaya Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Putra. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Bahaya Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Putra Di Sma Negeri I Tompasobaru, 1(1), 46–66. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/download/2176/1734>
- Utami, N. (2020). The Impact of Parent's Smoking Behavior on Adolescent Smoking Behavior in Indonesia. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 327–335. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v16i3.9801>
- Virly, M. (2017). Hubungan Persepsi Tentang Bhaya Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Karyawan di PT Sintas Kurama Perdana Kawasan Industri Pupuk Kujang Cikampek. *Keperawatan*, 12–20, 1–123.
- Yusuf, A., Sakti S, R. P., & Cahyadi, I. (2023). Hubungan Perilaku Kebiasaan Merokok di dalam Rumah Terhadap Kejadian Infeksi Saluran Pernapasan atas (ISPA) pada Balita di Puskesmas Pamengkang Kabupaten Cirebon. *Malahayati Nursing Journal*, 5(12), 4457–4471. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i12.12511>