
PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG BAHAYA MEROKOK

Eva Dinaria¹, Elwan Candra², Yulis Marita³

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat STIKes Al-Ma'arif^{1,2,3}

eva.dinaria88@gmail.com¹

elwanelwan02@gmail.com²

yulismarita88@gmail.com³

ABSTRAK

Latar Belakang: Edukasi bahaya rokok melalui penyuluhan kepada kalangan remaja sangat dibutuhkan dalam meningkatkan pengetahuan sehingga remaja dapat berhenti ataupun tidak mencoba rokok dengan meningkatkan kesadaran, pengetahuan, mempengaruhi sikap dan persepsi untuk berperilaku. **Tujuan Penelitian:** Telah diketahuinya pengaruh penyuluhan kesehatan tentang bahaya rokok terhadap pengetahuan siswa. **Metode:** Desain penelitian menggunakan *quassy experimental* rancangan *one group pre-test post-test* dengan Populasi siswa Kelas X berjumlah 177 orang, tempat penelitian SMA Negeri 1 Semendo, pengambilan sampel dengan metode *purposive sampling* berjumlah 64 responden, dilakukan pada bulan Maret–Agustus Tahun 2023. **Hasil Penelitian:** Rata-rata pengetahuan siswa tentang bahaya rokok sebelum dilakukan penyuluhan adalah 54.70 dengan std deviasi 9.211, setelah dilakukan penyuluhan adalah 84.45 std deviasi 6.244. Perbedaan nilai mean antara pengukuran pengetahuan *pre test* dan *post tes* adalah 29.75. Hasil uji statistik didapatkan nilai 0, 000 maka disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antar pengetahuan siswa tentang bahaya merokok sebelum dan sesudah penyuluhan. **Saran:** Diharapkan pihak sekolah dapat mengadakan penyuluhan rutin mengenai bahaya merokok untuk menambah pengetahuan siswa tentang bahaya merokok dan bagi siswa diharapkan untuk tidak merokok, menghindarinya dengan cara memperbanyak kegiatan berolahraga dan aktifitas positif lainnya.

Kata Kunci : *Pengetahuan, Rokok, Penyuluhan Kesehatan*

ABSTRACT

Background: Smoking habits can change behavioral, cognitive, and physiological phenomena, as well as a strong desire to consume these materials so that it can cause difficulty in controlling their use. Education on the dangers of smoking through counseling to adolescents is needed in increasing knowledge so that adolescents can stop or not try cigarettes by increasing awareness, knowledge, influencing attitudes and perceptions to behave. **Research Objectives:** To determine the effect of health counseling on the dangers of smoking on students' knowledge. **Method:** The research design used *quassy experimental* design *one group pre-test post-test* with a population of Class X students totaling 177 people, the research site was SMA Negeri 1 Semendo, sampling with *purposive sampling* method totaling 64 respondents, conducted in March - August 2023. **Research Results:** The average knowledge of students about the dangers of smoking before counseling is 54.70 with a std deviation of 9.211, after counseling is 84.45 std deviation 6.244. The difference in mean values between pre-test and post-test knowledge measurements is 29.75. The statistical test results obtained a value of 0, 000, it is concluded that there is a significant difference between students' knowledge about the dangers of smoking before and after counseling. **Suggestion:** It is expected that the school can hold routine counseling about the dangers of smoking to increase students' knowledge about the dangers of smoking and for students is expected not to smoke, avoid it by increasing sports activities and other positive activities.

Keywords: *Knowledge, Cigarette, Health Counseling*

PENDAHULUAN

Manusia mempunyai banyak macam kebiasaan, adapun berolahraga, membaca, menulis, dan masih banyak lain, akan tetapi ada salah satu kebiasaan yang paling buruk dan sangat merugikan manusia itu sendiri salah satunya merugikan kesehatan dirinya dan orang lain, tetapi kebiasaan buruk yang masih dilakukan oleh manusia tersebut yaitu kebiasaan merokok. Rokok merupakan hasil olahan tembakau yang terbungkus, dihasilkan dari tanaman *nicotiana tabacum*, *nicotiana rustica* dan spesies lainnya atau sintetisnya yang mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan (Heryani, 2014).

Remaja merupakan laki-laki maupun perempuan berusia sekitar 11 sampai 20 tahun. Masa remaja merupakan masa peralihan sifat maupun perubahan bentuk tubuh. Remaja pria akan mengalami perubahan yang sangat nampak pada suara dan itu bagian dari perubahan fisik yang khas bagi pria (Heryani, 2014).

Remaja yang didefinisikan menurut *World Health Organization* adalah periode usia berkisar antara 10 sampai dengan 19 tahun. Menurut *The Health Resources and Services Administrations Guidelines* Amerika Serikat, rentang usia remaja adalah 11-

21 tahun dan terbagi menjadi 3 tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun) dan remaja akhir (18- 21 tahun).

Kebiasaan merokok pada anak usia sekolah di Indonesia sering terlihat pada siswa SMA, karena pada usia ini merupakan suatu masa peralihan antara masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja termasuk masa yang sangat menentukan karena pada masa ini anak-anak mengalami banyak perubahan pada aspek psikis dan fisiknya. Terjadinya perubahan kejiwaan menimbulkan kebingungan di kalangan remaja, sehingga mereka mengalami penuh gejala emosi dan tekanan jiwa sehingga mudah menyimpang dari aturan dan norma-norma sosial yang berlaku di kalangan masyarakat. Di Jakarta, sekitar 70,7% remaja memiliki pengetahuan yang rendah tentang rokok dan menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku merokok. Dampak dari merokok menjadi salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia.

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa rokok menyebabkan masalah kesehatan yang fatal yang menjadi penyebab kematian kurang lebih 6 juta orang pertahun. Risiko kematian akibat rokok pada perokok aktif lebih tinggi dibandingkan dengan perokok

pasif.

Indonesia merupakan negara peringkat ketiga dengan jumlah perokok terbanyak setelah China dan India. Budaya merokok di Indonesia yang awalnya dilakukan oleh orang dewasa sekarang mulai bergeser pada usia yang lebih muda (pada usia sekolah). Hasil *Global Adult Tobacco Survey (GATS) 2021* yang diluncurkan Kementerian Kesehatan (Kemenkes), terjadi penambahan jumlah perokok dewasa sebanyak 8,8 juta orang, yaitu dari 60,3 juta pada 2011 menjadi 69,1 juta perokok pada 2021. Meskipun prevalensi merokok di Indonesia mengalami penurunan dari 1,8% menjadi 1,6% (Kemenkes, 2022)

Konsumsi rokok di kalangan remaja usia sekolah terus mengalami peningkatan. Di Sumatera selatan, berdasarkan data BPS menunjukkan bahwa presentase remaja usia ≥ 15 tahun yang merokok tahun 2020 sebesar 30,56%, tahun 2021 sebesar 30,65%, tahun 2022 sebesar 30,49% (BPS, Sumsel, 2022)

Pada aspek kesehatan rokok membahayakan serta menimbulkan ketergantungan, yang salah satunya berasal dari kandungan zat adiktif. Perubahan yang muncul sebagai tandanya ialah perilaku, kognitif, dan fenomena

fisiologis, serta keinginan kuat untuk mengonsumsi bahan tersebut yang dimana menimbulkan kesulitan dalam mengendalikan penggunaannya.

Angka konsumsi rokok khususnya pada remaja yang tidak kunjung menurun dapat menimbulkan banyak dampak negatif terhadap perkembangannya. Seseorang dengan usia yang semakin muda mengawali merokok, maka kecenderungan untuk ketagihan dan sulit berhentinya akan lebih besar.

Upaya untuk menekan angka perokok pada siswa yang dilakukan oleh pemerintah dan pihak swasta dapat dikatakan belum berjalan sesuai yang diharapkan berdasarkan data Kementerian Kesehatan tahun 2014. Oleh karena itu dengan pertimbangan ini, masih diperlukannya edukasi bahayanya rokok melalui penyuluhan kepada kalangan remaja dengan harapan adanya peningkatan pengetahuan sehingga dapat berpengaruh terhadap perilaku generasi masa depan Indonesia untuk berhenti ataupun tidak mencoba rokok. Tujuan penyuluhan kesehatan itu sendiri yaitu meningkatkan kesadaran, meningkatkan pengetahuan, mempengaruhi sikap dan persepsi untuk berperilaku, menunjukkan keterampilan sederhana, memotivasi tindakan serta menumbuhkan kebiasaan (Kusumawardani, 2015).

Menurut hasil penelitian dari Zulaikah (2012) menyebutkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pengetahuan tentang bahaya merokok sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan, karena dengan adanya pendidikan kesehatan tentang bahaya merokok siswa yang sebelumnya kurang memahami bahaya merokok secara perlahan pengetahuan siswa terbuka akan tanda bahaya yang ditimbulkan setelah mereka merokok.

Adapun hasil penelitian Puryanto (2013), dimana pendidikan kesehatan berpengaruh pada pengetahuan siswa tentang bahaya merokok, hasil uji statistik dengan T-test diperoleh nilai $p=0,000 \leq \alpha=0,05$, hal ini berarti H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh yang signifikan pada pengetahuan siswa tentang bahaya merokok.

Survey awal yang dilakukan di SMA Negeri 1 Semendo adalah salah satu sekolah yang berada di kota Muara Enim dengan jumlah siswa kelas X sebanyak 177 siswa terdiri dari siswa perempuan 95 dan siswa laki-laki 82. Pada saat dilakukan wawancara pada guru mengatakan sering didapatkan siswa merokok di lingkungan sekolah, dan Saat dilakukan wawancara secara langsung dengan 10 siswa laki-laki tentang bahaya merokok, namun masih banyak

diantaranya yang belum tahu tentang bahaya rokok dan sebagian mereka mengakui bahwa mereka mulai mencoba merokok pada saat duduk dibangku SMA.

METODE PENELITIAN

Kerangka konsep dari penelitian ini adalah konsep penelitian pra eksperimen yaitu suatu rancangan penelitian yang digunakan untuk mencari hubungan sebab akibat dengan adanya keterlibatan penelitian dalam meakuakan manipulasi terhadap variable bebas (Nursalam, 2014). Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pre test dan post test design*. Populasi pada penelitian ini adalah Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Semendo Kecamatan Semendo Darat Laut Tahun 2023 sebanyak 177 Siswa.. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian siswa kelas X SMA Negeri 1 Semendo Kecamatan Semendo Darat Laut Tahun 2023 dengan menggunakan metode *Purposive Sampling* yaitu 64 siswa. Pengambilan data ini dilakukan pada bulan Maret – Agustus 2023. Analisa data menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat. Analisis bivariat yang dipakai menggunakan uji t berpasangan, yaitu membandingkan *mean* antara kelompok satu dan kelompok dua. Apabila nilai t hitung lebih kecil dari

tabel, maka H_a ditolak, jika t hitung lebih besar disbanding tabel maka H_a diterima. Bila tidak memenuhi syarat (selisih nilai *pre-test* dan *post-test*) yaitu uji parametrik yang datanya tidak terdistribusi normal. Maka digunakan uji non parametrik ialah uji *Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Analisa ini dilakukan dengan melihat distribusi nilai pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang bahaya rokok, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1.

Pengetahuan siswa sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan

	<i>N</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviasi</i>
<i>Pretest</i>	64	40	80	54.70	9.211
<i>Posttest</i>	64	75	100	84.45	6.244
<i>Valid N (listwise)</i>	64				

Distribusi nilai pengetahuan siswa tentang bahaya merokok, berdasarkan tabel diatas dapat diketahui dari 64 siswa, pda hasil sebelum dilakukan penyuluhan nilai terendah adalah 45 dan nilai tertinggi adalah 80 dengan standar deviasi 9.211 dan nilai rata-rata adalah 54.70. setelah diberi penyuluhan nilai terendah adalah 75 dan nilai tertinggi adalah 100 dengan standar deviasi 6.244 dan nilai rata-rata 84.45.

Analisa Bivariat

Sebelum analisa bivariat dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji *kolmogorov smirnov* karena jumlah data > 55 responden. Data dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikan (2-tailed)>0,05. Berikut merupakan hasil uji normalitas terhadap data pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang bahaya merokok dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2.

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
<i>Pretest</i>	.190	64	.000	.932	64	.002
<i>posttest</i>	.293	64	.000	.813	64	.000

Berdasarkan hasil analisis uji normalitas diperoleh nilai sig. (<0,05) artinya data tidak berdistribusi normal,

maka uji yang digunakan untuk melihat apakah ada pengaruh setelah diberikan intervensi adalah uji *Wilcoxon*.

Tabel 3.

Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Bahaya Merokok

Pengetahuan	Mean	Std Deviation	p-value	N
<i>Pre Test</i>	54.70	9.211	0.000	64
<i>Post Test</i>	84.45	6.244		

Rata-rata nilai pengetahuan siswa tentang bahaya rokok sebelum dilakukan penyuluhan adalah 54.70 dengan std deviasi 9.211 dan setelah dilakukan penyuluhan adalah 84.45 std deviasi 6.244. perbedaan nilai mean antara pengukuran pengetahuan *pre test* dan *post test* adalah 29.75. hasil uji statistik didapatkan nilai 0,000 maka disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan siswa tentang bahaya merokok sebelum dan sesudah penyuluhan.

PEMBAHASAN

Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa

Nilai rata-rata tingkat pengetahuan siswa sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan sebesar 54.70 dengan std deviasi 9.211, nilai rata-rata setelah dilakukan penyuluhan adalah 84.45 std deviasi 6.244. Hasil analisis bivariat diperoleh *p value* 0,000 artinya ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan tentang bahaya merokok pada siswa SMA Negeri 1

Semendo Kecamatan Semendo Darat laut Kabupaten Muara Enim tahun 2023.

Penelitian ini sejalan dengan Arwani (2013) pengaruh pendidikan kesehatan bahaya merokok terhadap perilaku remaja dimana hasil penelitian ini menggunakan metode *Pra Eksperimental* rancangan *One Group Pre-Post Design* 30 responden. Hasil penelitian sebelum dilakukan pendidikan kesehatan nilai mean 29.87 dan Sdt. Deviasi 4.353 dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan nilai mean 23.60 dan Sdt. Deviasi 1.976 dan hasil uji statistik didapatkan P value 0.000 adanya pengaruh pendidikan kesehatan tentang bahaya merokok.

Sejalan dengan Penelitian Cristy (2013) didapatkan hasil penelitian berupa pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa dianalisa dengan menggunakan uji wilcoxon dengan tingkat kemaknaan (α) 0,05 terdapat adanya pengaruh antara pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya merokok dengan nilai P= 0,000.

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Tanpa pengetahuan seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya pendidikan, pekerjaan, umur, minat, pengalaman, kebudayaan lingkungan sekitar dan informasi (Achmadi 2013). Pendidikan kesehatan adalah proses membantu orang mampu meningkatkan kontrol dan memperbaiki kesehatan individu. Kesempatan yang direncanakan untuk individu, kelompok atau masyarakat agar belajar tentang kesehatan dan melakukan perubahan – perubahan secara sukarela dalam tingkah laku individu (Syafudin,2015).

Adapun asumsi peneliti bahwa sangat pentingnya pendidikan kesehatan untuk menambah pengetahuan seseorang dimana untuk meningkatkan pengetahuan seseorang di pengaruhi oleh pengalaman dan tingkat pendidikan seseorang, minat seseorang dan lingkungan budaya sekitarnya. Pendidikan kesehatan dapat menambah pengetahuan seseorang sehingga dari hasil tahu dapat merubah perilaku, dan metode yang paling tepat adalah pendekatan individual. Tingkat pengetahuan

seseorang dapat meningkat setelah terjadinya suatu upaya yang melibatkan indera untuk menambah pengetahuan itu sendiri, namun hal ini tergantung pada respon setiap individu dalam menerima perlakuan tersebut. Dengan adanya intervensi berupa penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok pada siswa ada perbedaan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan siswa tentang bahaya merokok, terlihat dari nilai rata-rata responden sebelum dilakukan pendidikan kesehatan masih banyak responden yang belum mengerti tentang bahaya merokok karena kebanyakan siswa mendapatkan informasi yang salah tentang rokok, dimana sering ditemukan berbagai macam tanggapan bahwa dengan merokok disebut cowok yang gagah dan lebih percaya diri jika bertemu dengan teman sebayanya, sedangkan rata-rata pengetahuan setelah dilakukan pendidikan kesehatan meningkat karena responden memperhatikan paparan yang dilakukan oleh peneliti.

KESIMPULAN

1. Dari 64 responden, nilai terendah sebelum dilakukan penyuluhan sebesar 45, nilai tertinggi sebesar 80 dan nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum dilakukan penyuluhan sebesar 54.70.

2. Dari 64 responden, nilai terendah sebelum dilakukan penyuluhan sebesar 75, nilai tertinggi sebesar 100 dan nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum dilakukan penyuluhan sebesar 84.45.
3. Ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan siswa tentang bahaya merokok dengan metode ceramah di Sekolah SMA Negeri 1 Semendo Kecamatan Semendo Darat Laut Kabupaten Muara Enim tahun 2023 dengan *p value* 0,000

SARAN

Diharapkan pihak sekolah dapat mengadakan penyuluhan rutin mengenai bahaya merokok untuk menambah pengetahuan siswa tentang bahaya merokok dan cara mengatasi ketergantungan remaja terhadap rokok. Bagi siswa yang telah mendapatkan pengetahuan tentang bahaya merokok diharapkan dapat menerapkannya untuk tidak merokok dengan cara memperbanyak kegiatan berolahraga serta melakukan aktifitas positif lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmadi (2013). *Kesehatan Masyarakat Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rajawali Pers
- Budiman dan Riyanto (2013). *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hartono,GF (2013). *Bahaya Merokok Bagi Kesehatan (disertasi)*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Hersoni, Soni. (2015). *Bahaya Merokok untuk Usia Remaja (disertasi)*. Cimahi: STIKes Jenderal Achmad Yani Cimahi.
- Ikhsan (2013). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Bahaya merokok Terhadap Perilaku Mengurangi Konsumsi Rokok Pada Remaja*.
- Kusumawardani,V (2015). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kinerja Penyuluhan. Dalam: Departemen Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat*. 2(1):1.
- Maulana,HDJ. (2017). *PromosiKesehatan*.Jakarta:EGC.
- Notoatmodjo (2016). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: RinekaCipta.
- Nururrahmah (2014). *Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan dan Pembentukan Karakter Manusia. In Seminar Nasional Pendidikan Karakter*.
- Nurchayyo, Guntur (2015). *Uji Instrumen Penelitian*. Jawa Tengah: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Mirawati, Nurfitriani, Zulfiarini, F. ., & Cahyati, W. . (2018). Perilaku merokok pada

remaja umur 13-14 tahun. *Jurnal Higeia*, 2(3), 396-405.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>

P2PTM Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Akibat Asap Rokok*. Tersedia dari:<http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/akibat-asap-rokok>.

Peraturan Pemerintah RI (2014). *Pengamanan Bahan yang Mengandung Zat Adiktif berupa Produk Tembakau Bagi Kesehatan RI*. Jakarta: Presiden Republik Indonesia.

Puryanto. 2012. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa Tentang Bahaya Rokok*. Semarang : STIKES Telogorejo

Priyoto (2015). *Perubahan Dalam Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Wulansari, Dewi(2013). *Bahaya Merokok Bagi Remaja*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Zulaekah, S. 2012. Pendidikan Gizi dengan Media *Booklet* terhadap Pengetahuan Gizi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Kemas)*, Vol. 7, No. 2, hlm. 127-133.