



PEMBERDAYAAN REMAJA SEKOLAH MINGGU SEBAGAI PEER EDUCATOR DALAM RANGKA UPAYA PENCEGAHAN PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA

Mersy Dely Kainama¹, Andrie Vaisal Salawane², Trixie Leunupun³

^{1,2,3} Universitas Kristen Indonesia Maluku



***Corresponding author**

Mersy Dely Kainama

Email : mersydelty@gmail.com

HP: 08115430344

Kata Kunci:

Peer Educator,
Merokok,
Remaja,
Perilaku

Keywords:

Peer Educators,
Smoke,
Teenager,
Behavior

ABSTRAK

Perilaku merokok merupakan permasalahan yang susah untuk diatasi karena permasalahan ini begitu kompleks. Jemaat Gereja Protestan Maluku Waiheru, yang berlokasi di Desa Waiheru, Kecamatan Baguala, melihat bahwa pentingnya pengetahuan terkait dengan perilaku merokok sehingga perlu pembinaan khusus serta pelatihan dan pemberian informasi terkait bahaya rokok kepada remaja. Kegiatan sosialisasi dan pelatihan dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan kepekaan bagi remaja untuk bisa saling menjadi penggerak utama dalam menyelesaikan masalah rokok pada remaja. Kegiatan PkM dilakukan dengan baik, hasil pra test menunjukkan minimnya pengetahuan yakni 80% memiliki pengetahuan kurang 20% memiliki pengetahuan baik. Setelah melakukan sosialisasi dan pada saat post tes terjadi peningkatan yakni semua peserta memiliki pengetahuan baik. Dengan demikian kegiatan PkM ini dianggap penting untuk menambah pengetahuan serta memupuk rasa kepedulian kepada sesama untuk menghindari rokok.

ABSTRACT

Smoking behavior is a problem that is difficult to overcome because this problem is so complex. The congregation of the Maluku Waiheru Protestant Church, located in Waiheru Village, Baguala District, sees the importance of knowledge related to smoking behavior so that it requires special guidance as well as training and providing information regarding the dangers of smoking to teenagers. Socialization and training activities are carried out to increase knowledge and provide sensitivity for teenagers so that they can become the main movers in solving the problem of smoking in teenagers. PkM activities were carried out well, the pre-test results showed minimal knowledge, namely 80% had poor



knowledge, 20% had good knowledge. After conducting socialization and during the post test, there was an increase, namely that all participants had good knowledge. Thus, this PkM activity is considered important to increase knowledge and foster a sense of concern for others to avoid smoking.

PENDAHULUAN

Perilaku merokok merupakan permasalahan yang susah untuk diatasi karena permasalahan ini begitu kompleks. Perilaku ini seakan telah menjadi bagian dari budaya masyarakat. Dalam berbagai kegiatan kemasyarakatan hampir selalu disediakan rokok oleh pihak penyelenggara. Perokok seakan memiliki hak prerogratif tentang di mana dan kapan melakukan kegiatan tersebut (Susanto 2020).

Menurut WHO (2015) terkait persentase penduduk dunia yang mengonsumsi tembakau didapatkan sebanyak 57% pada penduduk Asia dan Australia, 14% pada penduduk Eropa Timur dan Pecahan Uni Soviet, 12% penduduk Amerika, 9% penduduk Eropa Barat dan 8% pada penduduk Timur Tengah serta Afrika. Sementara itu ASEAN merupakan sebuah kawasan dengan 10% dari seluruh perokok dunia dan 20% penyebab kematian global akibat tembakau.

Sekitar satu dari sepuluh anak berusia 10-18 tahun di Indonesia adalah perokok saat ini—menandakan salah satu tingkat merokok tertinggi di kalangan remaja secara global. Jumlahnya kian bertambah. Meskipun ada larangan membeli tembakau untuk mereka yang berusia di bawah 18 tahun, lebih dari 40 persen pelajar Indonesia berusia 13-15 tahun telah mengonsumsi produk tembakau, menurut Survei Tembakau (Pemuda Global 2019). Secara nasional, sebanyak 21,69% penduduk usia 15 tahun ke atas di perkotaan merokok, sementara di perdesaan 25,35% (Badan Pusat Statistik (BPS) 2022). Merokok membahayakan kesehatan anak dan remaja, terutama membahayakan fungsi paru.

Rokok mengandung banyak radikal bebas yang memicu stress oksidatif dan inflamasi pada tubuh (Carnevale et al. 2016). Perokok anak dapat menyebabkan penurunan fungsi paru lebih awal pada usia muda. Hal ini juga merupakan faktor risiko utama bagi penyakit paru obstruktif kronik (PPOK) yang sering ditemui pada perokok usia dewasa. Oleh karena itu, penting sekali untuk mencegah perilaku merokok pada anak dan remaja (Mustofa et al. 2020).

Saat ini diperlukan pencegahan yang lebih efektif, dengan dimana melibatkan para remaja yang masih labil untuk menjadi bagian dari penyuluhan bebas rokok tersebut. Konseling teman sebaya adalah salah satu cara untuk memberikan informasi dan komparasi tentang dunia di luar keluarga, melalui metode ini para remaja dapat saling menerima masukan/umpan balik dari setiap teman-temannya tentang kemampuannya dalam menilai apa saja yang dilakukannya dengan apa yang remaja lain kerjakan. Remaja yang telah dididik menjadi konselor dapat menjadi sumber informasi bagi peer-nya. Program konselor sebaya ini efektif dalam upaya berhenti merokok (Mustofa et al. 2020).

Kegiatan ini penting untuk dilakukan. Karena, mencerdaskan masyarakat merupakan salah satu tugas dan fungsi utama dosen sekaligus memberikan dampak yang baik bagi kesehatan. Diperlukan usaha nyata yang menyentuh langsung ke

masyarakat untuk menjadikan berbagai riset, kajian dan diskusi akademik bermanfaat secara luas dalam bentuk implementasi dan diseminasi.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan pada Tanggal 21 Maret 2023 yang dilaksanakan di Gedung Gereja Nasirat Jemaat GPM Waiheru. Dalam kegiatan ini dilakukan program pelatihan yang mengintegrasikan peningkatan pengetahuan siswa mengenai bahaya rokok bagi kesehatan, pola dukungan antar teman sebaya, dan keterampilan komunikasi sebagai konselor kesehatan bagi teman sebaya. Metode yang digunakan adalah pemberian penyuluhan dengan diskusi dan membentuk kader teman sebaya untuk kesehatan remaja kepada 25 orang peserta.

HASIL PEMBAHASAN

1. Hasil

Hasil pretest dan posttest Pengetahuan remaja tentang perilaku merokok dan bahayanya

Tabel 1 Hasil Pretest dan Posttest Pengetahuan Peserta

Kategori Nilai	Pretest				Posttest			
	N	%	Mean	Median	n	%	Mean	Median
Kurang (< 70)	20	80	2,1	1,00	0	0	1,03	1,00
Baik ($\geq$ 70)	5	20			35	100		
Total	25	100	-	-	35	100	-	-

Sumber : Data Sekunder

Tabel diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi tentang Perilaku Merokok dan bahayanya, dimana pada tabel pretest dapat dilihat bahwa hampir semua peserta/mitra belum memiliki pengetahuan yang baik, dimana dari 25 peserta yang mengikuti penyuluhan hanya 5 (20%) orang yang berpengetahuan baik dan 30 (80%) orang berpengetahuan kurang, akan tetapi setelah diberikan penyuluhan dan juga edukasi dapat dilihat pada tabel posttest terjadi peningkatan pengetahuan dimana dari 30 peserta, semuanya berpengetahuan baik.



Gambar 1 Kegiatan Sosialisasi dan pelatihan



Gambr 2 Poster Hasil Pelatihan yang dibuat secara bersama



Gambar 3 Foto Bersama dalam Kegiatan Sosialisasi

PEMBAHASAN

Jemaat GPM Waiheru berada di Desa Waiheru dimana : Waiheru adalah desa di kecamatan Teluk Ambon Baguala, Kota Ambon, Maluku, Indonesia. Desa Waiheru adalah salah satu Desa dari 4 (empat) desa, 2 (dua) negeri, dan 1 (satu) kelurahan di Kecamatan Teluk Ambon Baguala Kota Ambon. Desa Waiheru terletak pada wilayah pesisir dan dataran tinggi dengan luas 2.250 Ha, dan panjangnya sekitar 1,5 Km dengan jarak tempuh ke Ibu kota Ambon adalah 17 Km. Remaja yang memiliki pengetahuan, pemahaman dan penghayatan mengenai nilai-nilai agama dengan kata lain memiliki religiusitas yang tinggi, maka akan berhati-hati dalam berucap, bersikap dan bertingkah laku yang kecenderungannya mengarah pada kenakalan atau perilaku yang melanggar norma-norma agama.

Perilaku merokok merupakan perilaku yang menjadi trend dikalangan remaja. Perilaku ini didorong oleh sikap keingin tahuan dari remaja serta ingin mencoba-coba. Banyak alasan yang melatarbelakangi perilaku merokok remaja. Secara umum, perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya,

perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri juga disebabkan faktor lingkungan. Faktor dalam remaja dapat dilihat dari kajian perkembangan remaja yang mulai merokok berhubungan dengan krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangan, ketika mereka sedang mencari jati diri (Rachmat, Thaha, and Syafar 2013).

Berdasarkan hasil pra test dan post test diketahui terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi dan pelatihan tentang merokok dan bahaya merokok, dimana pada tabel pretest dapat dilihat bahwa hampir semua peserta/mitra belum mengetahui tentang zat yang terkandung serta bahaya merokok bagi remaja, dimana dari 25 peserta yang mengikuti penyuluhan dan pelatihan hanya 5 (20%) orang yang berpengetahuan baik dan 20 (80%) orang berpengetahuan kurang, akan tetapi setelah diberikan penyuluhan dan juga edukasi dapat dilihat pada tabel posttest terjadi peningkatan pengetahuan dimana dari 25 peserta, semuanya berpengetahuan baik.

Sekitar satu dari sepuluh anak berusia 10-18 tahun di Indonesia adalah perokok saat ini—menandakan salah satu tingkat merokok tertinggi di kalangan remaja secara global. Jumlahnya kian bertambah. Meskipun ada larangan membeli tembakau untuk mereka yang berusia di bawah 18 tahun, lebih dari 40 persen pelajar Indonesia berusia 13-15 tahun telah mengkonsumsi produk tembakau, menurut Survei Tembakau (Pemuda Global 2019). Secara nasional, sebanyak 21,69% penduduk usia 15 tahun ke atas di perkotaan merokok, sementara di pedesaan 25,35% (Badan Pusat Statistik (BPS) 2022). Merokok membahayakan kesehatan anak dan remaja, terutama membahayakan fungsi paru.

Sosialisasi dan pelatihan perilaku merokok dianggap sangat penting terkhususnya kepada para remaja yang semnata dalam masa pertumbuhan serta memiliki pergulan yang cukup luas dan berada di masa ingin mencoba-coba. Sehingga kegiatan ini mampu mengubah pola pikir remaja untuk dapat menjaga kesehatan dengan menghindari rokok sejak dini serta sebagai penggerkan juga dalam memberikan informasi bagi teman sebaya untuk dapat menjadi remaja yang produktif tanpa merokok.

KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Jemaat GPM Waiheru, dapat disimpulkan Bahwa :

1. Terjadi Peningkatan Pengetahuan remaja terkait Rokok dan bahaya merokok
2. Diperlukan peningkatan pemberian informasi terkait dengan Rokok dan bahaya merokok
3. Mampu menjadikan remaja yang produktif dengan sebagi peer educator
4. Mampu melatih remaja dalam membuat poster-poster kesehatan secara khusus tentang rokok yang menarik perhatian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan Ketua Majelis Jemaat GPM Waiheru yang sudah menerima dan memfasilitasi kami untuk melakukan Pengabdian kepada Masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andry Sartika¹ et al. 2021. "EDUCATION ON THE KNOWLEDGE OF YOUTH ABOUT YOUTH CARE HEALTH SERVICES (PKPR)." 2: 6.
- Carnevale, Roberto et al. 2016. "Acute Impact of Tobacco vs Electronic Cigarette Smoking on Oxidative Stress and Vascular Function." *Chest* 150(3): 606–12. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chest.2016.04.012>.
- Ghina Septiany Nurul Wahdah, and Lia Nurcahyani. 2022. "Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Seksual Pada Remaja." *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)* 17(1): 106–14.
- Kusumastuti, F. 2018. "Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Seksual Pranikah Remaja Karya Tulis Ilmiah."
- Lestari, Sri puji, tut wuri Prihatin, and elsa ayu giartika. 2019. "Life Style Remaja Dengan Perilaku Seksual Pranikah." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa* 1(1): 1–10.
- Mustofa, Syazili et al. 2020. "Pemberdayaan Siswa Sebagai Peer Educator Dalam Rangka Upaya Pencegahan Perilaku Merokok Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ruwa Jurai* 5(1): 77–83.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan R. 2019. *Ituasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia. InfoDATIN. 2019. p. 12.*
- Rachmat, Muhammad, Ridwan Mochtar Thaha, and Muhammad Syafar. 2013. "Perilaku Merokok Remaja Sekolah Menengah Pertama." *Kesmas: National Public Health Journal* 7(11): 502.
- Susanto, Agus. 2020. "Peningkatan Kesadaran Bahaya Asap Rokok Bagi Kesehatan Melalui Penyuluhan Pada Siswa Smp Negeri 1 Tegal." *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(1): 68–73.
- Yuni, Komang et al. 2013. "Perilaku Seks Pranikah Remaja Premarital Premarital Sexual Inisiation of Adolescence." *Kesehatan Masyarakat Nasional* 7(11): 180–85.