

**PROGRAM REBAS (REMAJA BEBAS ASAP ROKOK) MENCEGAH
DAN MENGATASI ADIKSI ROKOK PADA REMAJA MASJID
NURUL HUDA DESA PUNGGUR KECIL KECAMATAN
SUNGAI KAKAP KABUPATEN KUBU RAYA**

Sri Ariyanti¹, Uji Kawuryan², Hartono³

^{1,2} Keperawatan/Ners, STIK Muhammadiyah Pontianak
sriariyanti.mkep4444@gmail.com¹, uji@stikmuhtk.ac.id², 4rtono@gmail.com³

Abstract

Keywords:

Fokus Group Discussion,
Remaja
Remaja Bebas Asap Rokok
(REBAS)
Rokok.

The Global Youth Tobacco Survey (GYTS) states that Indonesia as the country with the highest teenage smoking rate of 2014, is mostly male with age 12-13 years when first smoked and female at 14-15 years old. Based on data indicated by the Ministry of Health that the prevalence of adolescents aged 16-19 years increased 3-fold from 1995 from 7.1% to 20.5% in 2014. According to the result, this study aimed to prevent and address smoking addiction in adolescents by using a program that focuses on preventive and curative that is by using innovation program of REBAS (Remaja Bebas Asap Rokok). The participants who involved in the program were 38 students. The REBAS program given to the participants used the method of group discussion forums, where participants were given pretest and post test to know the level of knowledge about smoking, and were invited to discuss through played a video and discussed in a small groups accompanied by two facilitators. The event ended with a material review and pronunciation of the REBAS pledge that was spoken together. Conclusion: After the ongoing program of REBAS, participants can realize the importance of the dangers of smoking and the importance of improving anti-smoking movement early on. Recommendation: There is needs of regular program for prevention smoking to adolescents.

Abstrak

Global Youth Tobacco Survey (GYTS) menyatakan bahwa Indonesia sebagai negara dengan angka perokok remaja tertinggi tahun 2014, sebagian besar merupakan laki-laki dengan usia 12-13 tahun saat pertama kali merokok dan perempuan pada usia 14-15 tahun. Berdasarkan data yang ditunjukkan oleh Kemenkes bahwa prevalensi remaja usia 16-19 tahun meningkat 3 kali lipat dari tahun 1995 dari 7,1% menjadi 20,5% di tahun 2014. Melihat dari hasil data tersebut. Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini bertujuan untuk mencegah dan mengatasi adiksi merokok pada remaja dengan menggunakan sebuah program yang menitikberatkan pada preventif dan kuratif yaitu dengan menggunakan program inovasi REBAS (Remaja Bebas Asap Rokok). Jumlah partisipan dalam program ini adalah 38 siswa dan siswi. Program REBAS yang diberikan kepada peserta menggunakan metode forum group discussion, dimana peserta diberikan pretest dan post test untuk mengetahui tingkat pengetahuan mengenai merokok, dan diajak berdiskusi melalui pemutaran video

dan tanya jawab melalui kelompok kecil yang didampingi oleh dua orang fasilitator. Kegiatan akhir review materi dan pengucapan ikrar REBAS yang diucapkan bersama-sama. Simpulan adalah setelah berlangsungnya program REBAS, peserta meningkat pentingnya bahaya merokok dan pentingnya meningkatkan gerakan anti merokok sejak dini. Saran: perlunya dilakukan pengulangan secara regular program pencegahan merokok untuk menambah keyakinan diri remaja untuk berperilaku tidak merokok.

Corresponding Author:

Sri Ariyanti
Prodi Ners
STIK Muhammadiyah Pontianak
E-mail: sriariyanti.mkep4444@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Para remaja adalah penerus generasi bangsa. Namun, para remaja sekarang seringkali menganggap enteng kesehatan mereka. Mereka hanya memikirkan apa yang akan membuat mereka senang, seperti rokok. Para remaja lebih banyak menggunakan rokok di usia muda tanpa memperhatikan akibat yang akan di timbulkan dari kelakuannya tersebut. Sebenarnya seorang pelajar belum boleh merokok di kalangan sekolah, masyarakat atau kalangan yang lainnya. Karena hal ini dapat berdampak buruk pada kesehatannya, sekolahnya dan lain-lain. Biasanya hal ini dilakukan oleh para pelajar karena kondisi emosi mereka yang tidak stabil membuat mereka melakukan segala hal untuk melampiaskan emosinya. Populasi merokok pada usia dini sangatlah tinggi. Hal ini disebabkan karena kurangnya penyuluhan tentang bahaya rokok di kalangan sekolah atau masyarakat, atau mungkin juga kurangnya kesadaran pada diri mereka sehingga mereka tidak memperhatikan bahayanya dan juga nanti kedepannya.

Produk tembakau merupakan produk yang secara keseluruhan terdiri dari bahan tembakau, sebagai bahan bakunya dan diolah menjadi bahan yang bisa dibakar, dihisap dan atau dihirup asapnya (PP No 99 tahun 2002). Global Youth Tobacco Survey (GYTS) menyatakan bahwa Indonesia sebagai negara dengan angka perokok remaja tertinggi tahun 2014, sebagian besar laki-laki, pertama merokok pada usia 12-13 tahun dan untuk perempuan awal merokok usia 14-15 tahun (WHO, 2014). Data Kementerian Kesehatan menunjukkan peningkatan prevalensi perokok dari 27% pada tahun 1995, meningkat menjadi 36,3% pada tahun 2014. Artinya, jika 20 tahun yang lalu dari setiap 3 orang Indonesia 1 orang di antaranya adalah perokok, maka dewasa ini dari setiap 3 orang Indonesia 2 orang di antaranya adalah perokok. Kebiasaan buruk merokok meningkat pada generasi muda. Data Kemenkes menunjukkan bahwa prevalensi remaja usia 16-19 tahun yang merokok meningkat 3 kali lipat dari 7,1% di tahun 1995 menjadi 20,5% pada tahun 2014. Dan yang lebih mengejutkan, adalah usia mulai merokok semakin muda (dini). Perokok pemula usia 10-14 tahun meningkat lebih dari 100% dalam kurun waktu kurang dari 20 tahun, yaitu dari 8,9% di tahun 1995 menjadi 18% di tahun 2013. Berdasarkan kajian informasi wilayah Kalimantan Barat khususnya di Kabupaten Kubu Raya belum ada Perda dilarang merokok yang dibuat oleh Pemerintah Daerah. Sehingga masih banyak ditemui remaja yang merokok di daerah Punggur Kecil Kecamatan Sungai Kakap Kabupaten Kubu Raya.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan tersebut, maka dirumuskan masalah yaitu “Bagaimana proses terlaksananya program REBAS (Remaja Bebas Asap Rokok) dalam upaya mencegah dan mengatasi Adiksi merokok pada remaja Masjid Nurul Huda di Punggur Kecil Kecamatan Sungai Kakap Kabupaten Kubu Raya Kalimantan Barat.

Tujuan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) melalui program REBAS ini adalah untuk mensintesis gagasan kreatif melalui sebuah program inovasi dengan menitikberatkan pada usaha preventif dan promotif dalam mencegah dan mengatasi adiksi rokok pada remaja. Adapun pilihan program REBAS berdasar kajian bahwa kebutuhan remaja terhadap informasi harus diberikan. Dan bentuk pemberian informasi ini harus sesuai dengan kebutuhan sasaran baik dari sisi metode dan strategi. Sehingga dibuatlah kelompok kecil group siswa untuk menggali keinginan remaja terhadap bentuk pemberian informasi yang sifatnya informal namun akan berdampak pada perubahan pengetahuan dan sikap dalam jangka awal dan perubahan perilaku dalam jangka Panjang. Bentuknya adalah memberikan

pelatihan singkat pada siswa sebagai peer group di lingkungan masyarakat untuk melakukan transfer pengetahuan dan perilaku.

2. METODE PENELITIAN

Metode Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pendidikan kesehatan. Subjek dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah remaja masjid Nurul Huda di Desa Punggur Kecil Kecamatan Sungai Kakap Kabupaten Kubu Raya. Terdapat 38 remaja yang umumnya terdiri dari siswa dan siswi SD, SMP, SMA dari rentang 9-18 tahun, baik terdiri dari laki-laki maupun perempuan. Fokus pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan intervensi untuk pencegahan merokok. Penentuan lokasi kegiatan ini di Rumah Sekretaris Remaja Masjid Nurul Huda Desa Punggur Kecil Kecamatan Sungai Kakap Kabupaten Kubu Raya pukul 09.00-selesai.

Sasaran kegiatan adalah anak usia SD, SMP, SMA. Alasan pilihan sasaran mulai SD karena perilaku merokok pada remaja sekarang ini semakin memprihatinkan dan tampak sudah menjadi trend di kalangan pelajar baik SMP maupun SMA, bahkan sebagian kecil siswa SD juga telah menunjukkan adanya perilaku merokok.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan Focus Group Discussion, dimana menurut Nyumba, et.al (2018), FGD adalah metode eksplorasi suatu isu/fenomena khusus dari suatu kelompok individu yang berfokus pada aktivitas bersama diantara para individu yang terlibat didalamnya untuk menghasilkan suatu kesepakatan bersama. Metode FGD merupakan salah satu metode pengumpulan informasi atau penyampaian pendidikan dengan hasil akhir memberikan data yang berasal dari hasil interaksi sejumlah partisipan dalam suatu kegiatan.

Data yang diperoleh di analisis menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu suatu cara menarik kesimpulan dengan menjabarkan atau mendeskripsikan data-data yang diperoleh dalam bentuk kalimat-kalimat yang akhirnya bisa dijadikan untuk menarik hasil berupa kesimpulan. FGD digunakan dalam melengkapi metode lain untuk pelaksanaan intervensi. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan dinyatakan dalam bentuk simbolik, seperti pernyataan, tafsiran, tanggapan, lisan maupun tanggapan nonverbal.

Pada tahap selanjutnya dilakukan kegiatan pengukuran melalui proses pengumpulan data kemudian di analisis dan disajikan dalam laporan. Satu hari sebelum pelaksanaan, beberapa tim pelaksana mendiskusikan secara teknis acara yang telah dibuat. Selain itu dilaksanakan briefing memastikan persiapan-persiapan yang sudah dilaksanakan untuk hari pelaksanaan.

Hasil diskusi menunjukkan bahwa peserta dapat menjawab pertanyaan terkait rokok yang diberikan oleh fasilitator. Secara umum pengetahuan mereka tentang bahaya rokok ini sudah baik. Ada salah satu peserta yang bercerita bahwa di sekolahnya juga sudah beberapa kali diberi tahu tentang rokok dan bahayanya, namun tetap saja lingkungan tidak mendukung. Seperti masih ada guru yang merokok di depan muridnya dan tidak ditegur.

Respon dari peserta terlihat baik dan antusias serta memperlihatkan bahwa program ini menambah pengetahuan mereka. Seperti bahaya merokok apa saja, secara umum peserta dapat mereview kembali. Selain itu, untuk peserta yang berani menjawab ketika ditanya oleh narasumber diberi hadiah. Hadiah tersebut berupa satu toples atau tempat makan plastik serta kenang-kenangan untuk masjid yaitu gelas prasmanan set.

3. PEMBAHASAN

Peserta yang hadir berjumlah 38 orang dengan karakteristik: 1) laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 9-18 tahun; Sebagian besar dari mereka adalah siswa-siswi SMP. Dari kegiatan yang telah dilaksanakan, program terlaksana dengan baik dan lancar. Namun pada pelaksanaannya terdapat beberapa kendala, saat pemutaran video mengenai bahaya rokok, remaja kurang memahami isi dari video tersebut dikarenakan video yang ditayangkan di layar proyektor tidak terlihat jelas karena cahaya matahari yang masuk ke ruangan terlalu menyilaukan. Akhirnya setelah kegiatan peer education, diputarkan kembali video melalui laptop agar remaja dengan jelas menonton video tersebut dan beliau berdiskusi dengan remaja mengenai pendapat remaja mengenai bahaya rokok, kesan-pesan mengikuti kegiatan ini dan manfaatnya.

Ketika pelaksanaannya, peserta yang datang bukan hanya remaja saja tetapi ada beberapa peserta yang masih duduk di sekolah dasar sehingga seluruh tim harus menyesuaikan materi yang disampaikan agar dapat diterima oleh seluruh peserta. Secara umum, pada awal program REBAS pengetahuan siswa dan siswi tentang merokok hanyalah sebatas informasi dari media yang didapatkan secara umum tanpa ada filter manakah informasi yang tepat dan tidak. Sebagian besar remaja tidak mengetahui dengan spesifik efek merokok dan kerugian berperilaku merokok. Hal ini ditunjukkan pada saat pelaksanaan awal dan diskusi ada beberapa pertanyaan yang menunjukkan bahwa informasi yang dipahami oleh remaja tentang rokok dan pencegahan sangat terbatas.

Beberapa pernyataan remaja menunjukkan bahwa faktor keluarga dan lingkungan juga penting dalam menentukan apakah seseorang tersebut akan menjadi perokok atau tidak. Remaja yang berada di

lokasi tersebut sudah memahami dampak buruk asap rokok bagi kesehatan. Namun beberapa dari mereka hanya paham bahwa asap rokok hanya berbahaya bagi perokok aktif sedangkan mereka belum mengetahui dampak bagi perokok pasif. Ada beberapa peserta yang memahami tentang bahaya rokok bagi perokok aktif dan pasif, serta mengetahui bahwa asap rokok dampaknya jauh lebih berbahaya bagi perokok pasif. Setelah diberikan intervensi dengan menonton video tentang bahaya merokok dan melakukan tanya jawab dengan fasilitator, hampir seluruh peserta memahami bahaya asap rokok bagi kesehatan.

Peserta awalnya tidak mengerti isi dari video yang diberikan namun setelah diberikan dan penjelasan mengenai isi video yang ditayangkan, peserta akhirnya memahami bahwa asap rokok memang sangat berbahaya bagi kesehatan perokok aktif maupun perokok pasif. Setelah pelaksanaan intervensi maka ditutup dengan ikrar, bertujuan untuk menguatkan keyakinan dan motivasi dalam melawan keinginan merokok, serta mampu menyampaikan keinginan untuk selalu berusaha terhindar dari perilaku merokok. Dan ikrar adalah sebagai bagian penguatan melalui pengucapan lisan partisipan untuk dapat digunakan dalam membentuk keyakinan diri yang lebih kuat. Pembahasan Akibat buruk kebiasaan merokok bagi kesehatan telah banyak dibahas.

Hasil penelitian di Inggris menunjukkan bahwa kurang lebih 50% para perokok yang merokok sejak remaja akan meninggal akibat penyakit-penyakit yang berhubungan dengan kebiasaan merokok. Kebiasaan merokok telah terbukti berhubungan dengan kurang lebih 25 jenis penyakit dari berbagai organ tubuh manusia. Penyakit tersebut, antara lain: kanker mulut, esophagus, faring, laring, paru, pancreas, kandung kemih, dan penyakit pembuluh darah. Hal itu dipengaruhi pula oleh kebiasaan meminum alkohol serta faktor lain. Umumnya, remaja yang mendapatkan pendidikan kesehatan tidak banyak mengetahui informasi dan pengetahuan tersebut. Perokok dapat dikategorikan sebagai tiga kelompok, yaitu perokok aktif, perokok pasif, dan perokok ketiga (benda yang dapat menyimpan residu asap rokok). Menjadi perokok pasif adalah salah satu hal yang harus dihindari oleh anak-anak karena dapat merusak organ tubuh mereka, tetapi sayangnya masih banyak anak-anak di Indonesia yang orangtuanya tidak menyadari hal ini. Dampak sosial saat menjadi perokok adalah asap yang dihasilkan dari rokok menyebabkan polusi khususnya di ruangan yang tertutup atau di dalam mobil sehingga asapnya mengganggu. Berada pada suatu ruangan tertutup bersama orang yang merokok sama halnya dengan menghisap sepuluh batang rokok. Perokok yang terserang TBC, Influenza atau lainnya bisa menular lewat batuk. Dampak asap rokok dan rokok diketahui oleh sebagian remaja namun tidak spesifik. Secara ekonomi merokok merupakan perbuatan menghambur-hamburkan harta tanpa manfaat disampaikan oleh beberapa remaja.

Belum lagi dengan biaya bila perawatan kesehatan akibat perilaku merokok. Dampak sosial bagi yang kecanduan rokok juga dipahami oleh sebagian siswa siswa partisipan dengan menyatakan bahwa efek kebiasaan merokok dan kebutuhan terhadap uang untuk membeli rokok juga dilakukan dengan banyak cara, terkadang mencuri uang orang tuanya atau tetangganya hanya untuk membeli rokok. Lebih lanjut, berdasarkan data dari pengadilan, 95% pelaku tindakan kriminal adalah para perokok. Terdapat kecenderungan rokok bisa menegangkan saraf. Oleh karena itu para perokok sangat mudah untuk marah, bertengkar, mencuri dan melakukan kekerasan. Berdasarkan beberapa kajian maka diperlukan suatu pembangunan karakter untuk membina generasi mudah dari perilaku merokok (Giannakopoulos, et.al. 2010; Hammado, 2014).

Program pencegahan merokok yang dilakukan secara regular bisa menyadarkan dan mengingatkan kembali tentang pentingnya waspada terhadap rokok dan asap rokok. Oleh karena itu dirasa penting untuk bekerjasama dengan program lintas sektor secara komprehensif agar kegiatan prevensi bisa menjadi suatu strategi yang tepat untuk menghindarkan remaja dari perilaku merokok.

4. KESIMPULAN DAN SARAN/REKOMENDASI

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan program pengabdian masyarakat yang dilakukan Pada Remaja Masjid Nurul Huda di Desa Punggur Kecil Kecamatan Sungai Kakap Kabupaten Kubu Raya dengan tema “Program REBAS” peneliti merumuskan beberapa simpulan tentang pencegahan asap rokok pada remaja dapat membantu menyadarkan remaja tentang bahaya merokok dan pentingnya pencegahan merokok di lingkungan mereka. Selanjutnya pada saat kegiatan evaluasi, peserta dapat menjawab dan menjelaskan bahaya dari asap rokok dengan baik. Peserta juga menyampaikan ikrar remaja bebas asap rokok bersama-sama dengan peneliti secara antusias. Peserta sudah memahami bahwa gerakan anti rokok harus dimulai sejak dini karena sasaran produsen rokok sekarang adalah anak-anak remaja yang masih mencari jati diri.

4.2 Saran/Rekomendasi

Saran yang bisa dipertimbangkan yaitu: 1) Perlunya sosialisasi pada setiap sekolah, dan masyarakat mengenai bahaya dari rokok dan diterapkan sanksi yang tegas untuk siswanya yang merokok; 2) Perlu dukungan dari semua pihak, baik pihak keluarga, guru maupun teman sebayanya untuk tidak merokok di depan anak remaja. 3) Perlu diterbitkannya Aturan yang ditegakkan oleh Pemerintah Daerah

(ditetapkannya Perda) di Kabupaten Kubu Raya sehingga akan menjadikan acuan para siswa untuk mentaati aturan dilarang merokok, sehingga program REBAS ini bisa tercapai.

5. UCAPAN TERIMA KASIH (JIKA ADA)

Kepada Ketua STIK Muhammadiyah Pontianak (Haryanto, S.Kep., Ners, MSN., P.hD beserta jajaran pimpinan). Kepala Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat Yang Diwakili Oleh Pemegang Program KTR (Ns. Abang Apri Setiawan, S.Kep), Ketua Litbang STIK Muhammadiyah Pontianak (Dr. Wida Kuswida Bhakti, M.Kep beserta Tim). Seluruh Civitas Akademika STIK Muhammadiyah Pontianak. Peserta Pengabdian Masyarakat: Remaja Masjid Nurul Huda Desa Punggur Kecil Kecamatan Sungai Kakap Kabupaten Kubu Raya.

REFERENSI

- Alimul, A (2011). Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. Jakarta: Salemba Medika
- Ardini dan Hendriani (2012). Proses Berhenti Merokok Secara Mandiri pada Mantan Pecandu Rokok dalam Usia Dewasa Awal. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Vol. 1 No. 02 .
- Aula ,L E. (2011). Stop Merokok. Jogjakarta: Gara ilmu
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2013). Perilaku Merokok Masyarakat Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. (2014, Oktober 17). Semangat Generasi Muda DIY Berperan Serta Dalam Cegah Tangkal Bahaya Merokok “Sehat Tanpa Asap Rokok”. Yogyakarta : DIY
- CDC. (2012). A Report of the Surgeon General Preventing Tobacco Use Among Youth and Young Adults: We Can The Next Generation Tobacco Free. USA: Center for Disease Control and Prevention Office on Smoking and Health.
- Hammado, N. (2014). Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan dan Pembentukan Karakter Manusia. Jurnal Kedokteran dan Farmasi, Volume 1 Nomor 1, 77-84.
- Nyumba, Tobias O, Kerrie Wilson, Christina J. Derrick, Nibedita Mukherjee. (2018). The use of focus group discussion methodology: Insights from two decades of application in conservation. British Ecological Societ. <https://doi.org/10.1111/2041-210X.12860>
- Riskesdas. (2013). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- WHO. (2015). Global Youth Tobacco Survey (GYTS): Indonesia report, 2014. New Delhi: World Health Organization, Regional Office for South-East Asia.
- WHO. (2016). WHO Report on the Global Tobacco Epidemic. Diakses 1 Februari, 2021. Available from: <http://www.who.int/tobacco/mpower/en/index.html>.



