

Jurnal Peduli Masyarakat

Volume X Nomor Y, Bulan 2020

p-ISSN 2715-6524

<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>



PENGABDIAN MASYARAKAT PADA SISWA MELALUI EDUKASI KESEHATAN BAHAYA MEROKOK

Della Eltika Sari¹, Novita Rahmawati², Marwan Prasetya Putro³,

Maya Cobalt Angio Septianingtyas⁴, Dratia Eka Fajarani⁵

^{1,2,3}STIKES Telogorejo Semarang, Jl Arteri Yos Sudarso/Jl. Puri Anjasmoro Semarang,
Jawa Tengah 50144, Indonesia

⁴Puskesmas Halmahera Semarang, Jl Halmahera Raya No. 38, Karangtempel, Kec.
Semarang Timur, Kota Semarang, Jawa Tengah 50126, Indonesia

maya@universitastelogorejo.ac.id

ABSTRAK

Merokok merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang serius di kalangan remaja karena berdampak buruk terhadap kesehatan jangka panjang serta berpotensi menimbulkan kecanduan nikotin. Upaya pencegahan sejak dini melalui penyuluhan kesehatan diperlukan untuk menekan angka perokok pemula. Kegiatan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan bahaya merokok dalam meningkatkan tingkat pengetahuan siswa SMA Negeri 5 Semarang. Metode yang digunakan adalah studi deskriptif komparatif dengan pendekatan pre-test dan post-test. Penyuluhan diberikan melalui ceramah interaktif yang disertai sesi tanya jawab dengan materi meliputi pengertian rokok, dampak merokok terhadap kesehatan, faktor penyebab remaja merokok, upaya pencegahan, serta manfaat berhenti merokok. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan siswa setelah diberikan penyuluhan, yang ditunjukkan oleh peningkatan persentase kategori baik dan sangat baik pada hasil post-test. Kesimpulan kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan bahaya merokok efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Oleh karena itu, kegiatan edukasi kesehatan mengenai bahaya merokok perlu dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah.

Kata kunci: merokok; remaja penyuluhan kesehatan; pengetahuan

OPTIMIZING HYPERTENSION PREVENTION IN THE COMMUNITY THROUGH THE CERDIK PROGRAM

ABSTRACT

Smoking is a serious health problem among adolescents due to its long-term negative health impacts and the risk of nicotine addiction. Early prevention through health

education is essential to reduce the number of new smokers. This activity aimed to evaluate the effectiveness of counseling on the dangers of smoking in improving students' knowledge at SMA Negeri 5 Semarang. This study used a descriptive comparative design with a pre-test and post-test approach. Counseling was delivered through interactive lectures and discussions covering the definition of smoking, health impacts, contributing factors to adolescent smoking, prevention strategies, and the benefits of quitting smoking. The results showed an increase in students' knowledge levels after the counseling, as indicated by a higher proportion of students in the "good" and "very good" knowledge categories in the post-test. The conclusion indicates that counseling on the dangers of smoking is effective in increasing students' knowledge. Therefore, regular and continuous health education programs are recommended as preventive efforts in the school setting.

Keywords Smoking; Adolescents; Health Education; Knowledge

PENDAHULUAN

Merokok merupakan perilaku mengonsumsi rokok yang diawali dengan proses membakar, menghirup, dan mengepulkan asap tembakau yang mengandung berbagai zat berbahaya, seperti tar, nikotin, dan karbon monoksida. Zat-zat tersebut diketahui memberikan dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan. Meskipun risiko merokok telah banyak diketahui dan dipublikasikan, perilaku ini masih banyak ditemukan di masyarakat, termasuk pada kelompok usia remaja (Purnamasari, 2021).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO), konsumsi tembakau masih menjadi salah satu penyebab utama kematian yang dapat dicegah di dunia, dengan estimasi lebih dari 8 juta kematian setiap tahun, termasuk sekitar 1,3 juta kematian akibat paparan asap rokok pasif. Sekitar 80% dari 1,3 miliar pengguna tembakau di dunia berasal dari negara berpenghasilan rendah dan menengah, termasuk Indonesia. Hasil Global Adult Tobacco Survey (GATS) menunjukkan bahwa prevalensi perokok dewasa di Indonesia mencapai 34,5% atau sekitar 70,2 juta orang dan meningkat menjadi 79,3 juta orang pada tahun 2022 (Yenti et al., 2025). Data Riskesdas Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 juga menunjukkan bahwa angka kematian akibat penyakit terkait rokok di Provinsi Jawa Tengah mencapai 12,8%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional sebesar 10,9% (Riskesdas, 2018).

Remaja berusia 10–19 tahun merupakan kelompok yang rentan terhadap perilaku merokok karena berada pada fase perkembangan di mana fungsi korteks frontal sebagai pusat pengambilan keputusan belum berkembang secara optimal. Sebaliknya, sistem otak yang memproses rasa penghargaan dan kesenangan berkembang lebih cepat. Kondisi ini menyebabkan remaja cenderung bersikap impulsif dan lebih mudah terpengaruh untuk mencoba zat adiktif, termasuk rokok, baik karena rasa ingin tahu maupun tekanan dari lingkungan sosial (Mat Hassan et al., 2020)

Di Indonesia, perilaku merokok pada remaja merupakan permasalahan kesehatan dan sosial yang kompleks. Faktor-faktor yang memengaruhi antara lain pengaruh teman sebaya, persepsi keliru bahwa merokok merupakan simbol kedewasaan, kemudahan akses terhadap rokok, kurangnya pengawasan keluarga, serta maraknya iklan dan

promosi rokok. Apabila perilaku ini tidak ditangani secara tepat, maka dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit kronis, seperti penyakit jantung, kanker, dan gangguan pernapasan sejak usia dini (Muslim et al., 2023).

Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Ristiani, Mahendra, and Eryta, yang menjelaskan bahwa terdapat perubahan yang diperoleh setelah dilakukannya penyuluhan bahaya merokok pada SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru. Yang awalnya sebelum melakukan penyuluhan diberikan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa-siswi SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru dan diperoleh nilai rata-rata 61. Setelah dilakukan penyuluhan, diberikan juga post-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa-siswi SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru dan terdapat peningkatan dengan nilai rata-rata 73,5 (Perdi Nopianto, 2022).

Tujuan dilakukannya pengabdian masyarakat dengan metode penyuluhan bahaya merokok bagi remaja yang dilaksanakan di SMA Negeri 5 Semarang adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa-siswi SMA Negeri 5 Semarang tentang bahaya merokok serta memberikan pemahaman tentang bahaya merokok dan dampak yang diakibatkan ketika merokok.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan desain studi deskriptif komparatif dengan pendekatan pre-test dan post-test, yang bertujuan untuk membandingkan tingkat pengetahuan dan kesadaran siswa sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa penyuluhan tentang bahaya merokok. Pendekatan ini digunakan untuk menilai perubahan pengetahuan dan sikap siswa sebagai dampak dari kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan.

Subjek dalam kegiatan pengabdian ini adalah siswa laki-laki kelas X dan XI SMA Negeri 5 Semarang yang teridentifikasi sebagai perokok, dengan jumlah responden sebanyak 30 siswa. Kegiatan dilaksanakan pada 22 Januari 2026 di Ruang aula SMA Negeri 5 Semarang, selama 1,5 jam, yaitu pukul 09.30–11.00 WIB.

Pengumpulan data dilakukan melalui pemberian pre-test dan post-test menggunakan instrumen berupa kuesioner yang disusun sesuai dengan materi penyuluhan. Kuesioner tersebut disusun menggunakan skala Guttman dengan pilihan jawaban benar dan salah, kemudian diinput ke dalam Google Form untuk memudahkan proses pengisian dan pengumpulan data.

Tabel 1. Range Skala Tingkat Pengetahuan Siswa

No	Tingkat Pengetahuan	Nilai Skala Peringkat
1	Sangat baik	90% - 100%
2	Baik	80% - 70%
3	Cukup Baik	50% - 60%
4	Kurang Baik	30% - 40%

5	Sangat Kurang Baik	0% - 20%
---	--------------------	----------

Berdasarkan tabel 1 diatas Tingkat pengetahuan siswa diklasifikasikan ke dalam lima kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup baik, kurang baik, dan sangat kurang baik. Pre-test diberikan sebelum kegiatan penyuluhan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal siswa mengenai bahaya merokok. Selanjutnya, dilakukan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah interaktif dan tanya jawab, yang mencakup materi tentang pengertian rokok, prevalensi merokok pada remaja, dampak merokok terhadap kesehatan, faktor-faktor yang memengaruhi perilaku merokok pada remaja, upaya pencegahan, serta manfaat berhenti merokok.

Setelah kegiatan penyuluhan selesai, siswa diberikan post-test menggunakan instrumen yang sama untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan dan kesadaran siswa setelah intervensi. Data hasil pre-test dan post-test selanjutnya dianalisis secara komparatif untuk melihat adanya peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap siswa terhadap perilaku merokok sebagai indikator efektivitas kegiatan penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diawali dengan sambutan dari Kepala Sekolah SMA Negeri 5 Semarang yang dilaksanakan pada hari Kamis, 22 Januari 2026, pukul 09.30 WIB, bertempat di aula SMA Negeri 5 Semarang. Setelah sambutan, kegiatan dilanjutkan dengan pembagian dan pemindaian scan barcode kuesioner melalui Google Form sebagai pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal siswa mengenai bahaya merokok.



Gambar 1 Pemberian kuesioner pre-test pada siswa

Selanjutnya, dilakukan pemberian edukasi kesehatan oleh tim kesehatan dari Puskesmas Halmahera bekerja sama dengan mahasiswa keperawatan Universitas Telogorejo Semarang. Kegiatan edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa tentang bahaya merokok bagi kesehatan. Edukasi disampaikan dalam bentuk penyuluhan dengan materi yang meliputi pengertian rokok, prevalensi perilaku merokok di kalangan remaja, dampak merokok bagi kesehatan, faktor-faktor penyebab remaja merokok, cara mencegah kebiasaan merokok, serta manfaat berhenti merokok.



Gambar 2 Pemberian edukasi merokok

Setelah kegiatan edukasi selesai, siswa kembali diminta untuk mengisi kuesioner melalui Google Form sebagai post-test guna mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan.



Gambar 3 Pemberian kuesioner post-test pada siswa

Tabel 1 Distribusi Tingkat Pengetahuan siswa Pre- Test dan post Test

Tingkat Pengetahuan	Pre-Test (N)	Pre-Test (%)	Post-Test (N)	Post-Test (%)
Sangat Baik	6	20,00	13	43,33
Baik	15	50,00	12	40,00
Cukup Baik	7	23,33	4	13,33
Kurang Baik	2	6,67	1	3,33

Sangat Kurang Baik	30	0,00	0	0,00
Total	30	100	30	100

Berdasarkan tabel 2 di atas menggambarkan distribusi pengetahuan sebelum dan sesudah pemaparan materi, dari analisis data tabel pre-test dan post-test terhadap 30 siswa terdapat hasil pre-test, sebagian besar siswa berada pada kategori baik, yaitu sebanyak 15 siswa (50,00%). Selanjutnya, kategori cukup baik sebanyak 7 siswa (23,33%) dan kategori sangat baik sebanyak 6 siswa (20,00%). Sementara itu, kategori kurang baik berjumlah 2 siswa (6,67%) dan tidak terdapat siswa pada kategori sangat kurang baik. Total skor nilai pre-test yang diperoleh adalah 115. Setelah diberikan intervensi keperawatan berupa penyuluhan, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan tingkat pemahaman siswa. Kategori sangat baik meningkat menjadi 13 siswa (43,33%), sedangkan kategori baik sebanyak 12 siswa (40,00%). Kategori sedikit paham menurun menjadi 4 siswa (13,33%), dan kategori tidak paham menjadi 1 siswa (3,33%). Tidak terdapat siswa pada kategori belum sangat kurang baik. Total skor nilai post-test meningkat menjadi 127. Jika dilihat dari gabungan kategori sangat baik dan baik, tingkat pengetahuan siswa mengalami peningkatan dari 70,00% pada pre-test menjadi 83,33% pada post-test. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan intervensi keperawatan berupa penyuluhan.

Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Ristiani, Mahendra, and Eryta, yang menjelaskan bahwa terdapat perubahan yang diperoleh setelah dilakukannya penyuluhan bahaya merokok pada SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru. Yang awalnya sebelum melakukan penyuluhan diberikan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa-siswi SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru dan diperoleh nilai rata-rata 61. Setelah dilakukan penyuluhan, diberikan juga post-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa-siswi SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru dan terdapat peningkatan dengan nilai rata-rata 73,5 (Perdi Nopianto, 2022).

Pemahaman merupakan proses pencapaian pengetahuan yang diperoleh individu melalui aktivitas penginderaan terhadap suatu objek secara terfokus (Kurnia et al., 2023). Secara umum, pemahaman diperoleh melalui pancaindra, terutama indera penglihatan dan pendengaran (Jannah & ., 2022). Pemahaman termasuk dalam ranah kognitif yang berperan penting dalam pembentukan perilaku individu (overt behaviour) (Mahyar Suara et al., 2020). Oleh karena itu, pemahaman mengenai bahaya rokok bagi kesehatan pada anak didik perlu diberikan secara berkelanjutan, baik melalui proses pembelajaran di sekolah maupun melalui kegiatan sosialisasi dalam bentuk penyuluhan (Sumarna et al., 2021).

Pemberian informasi yang jelas, sistematis, dan terprogram terbukti dapat meningkatkan pengetahuan siswa sebagai dasar dalam memahami pentingnya menjaga kesehatan (Suaib et al., 2023). Hal ini dibuktikan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test yang menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan siswa setelah diberikan

penyuluhan tentang bahaya merokok. Penyuluhan sebagai bentuk edukasi promotif dan preventif efektif dalam memengaruhi aspek kognitif siswa. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan mampu mendorong terbentuknya sikap yang lebih positif terhadap perilaku hidup sehat, sehingga siswa laki-laki SMA Negeri 5 Semarang, sebagai kelompok yang memiliki risiko lebih tinggi terhadap perilaku merokok, memiliki kesadaran dan motivasi yang lebih kuat untuk menghindari maupun menghentikan perilaku merokok.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan bahaya merokok di SMA Negeri 5 Semarang menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan siswa setelah diberikan intervensi keperawatan. Hasil perbandingan pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan persentase kategori baik dan sangat baik dari 70,00% menjadi 83,33%. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai bahaya merokok. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pembentukan sikap dan perilaku hidup sehat pada remaja. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai bahaya merokok perlu dilakukan secara rutin dan berkelanjutan di lingkungan sekolah sebagai upaya promotif dan preventif untuk menekan perilaku merokok pada remaja.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Halmahera Semarang dan SMA Negeri 5 Semarang atas dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh siswa yang telah berpartisipasi, tim pelaksana, serta pihak-pihak yang telah membantu terselenggaranya kegiatan ini dengan baik. Semoga hasil kegiatan ini dapat memberikan manfaat dalam upaya peningkatan kesehatan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Jannah, M., & . H. (2022). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Rokok Di Sma Negeri 2 Palopo. *An-Nadaa Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 8. <https://doi.org/10.31602/ann.v9i1.5840>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kurnia, S. I., Irawan, F., Nurhasanah, T., & Soebroto, L. (2023). Pelajar Sehat Anti Merokok Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(6), 5683. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i6.17592>.
- Mahyar Suara, Asep Rusman, & Kusnanto. (2020). Penyuluhan Bahaya Rokok Untuk Meningkatkan Kesadaran Remaja Mengenai Dampak Buruk Rokok Bagi Kesehatan Di Kelurahan Jatibening. *Jurnal Antara Abdimas Keperawatan*, 3(1), 26–30. <https://doi.org/10.37063/abdimaskep.v3i1.571>.

Commented [R1]: Gunakan mendeley dengan style APA, minimal 25 referensi

- Mat Hassan, N., Abdul Aziz, A., Husain, R., Daud, N., & Juhari, S. N. (2020). Association of prosocial behavior with ever smoking and alcohol drinking among school-going adolescents. *Heliyon*, 6(7).
- Muslim, N. A., Adi, S., Ratih, S. P., & Ulfah. N. H. (2023). Determinan Perilaku Merokok Remaja SMA/Sederajat di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(1), 3.
- Perdi Nopianto, I. Y. (2022). Efektivitas penerapan pengetahuan dampak bahaya merokok terhadap kesehatan reproduksi pada siswa/siswi kelas 10 di SMA Pusaka Nusantara 2 Bekasi. *Efektivitas Penerapan Pengetahuan Dampak Bahaya Merokok terhadap Kesehatan Reproduksi pada Siswa/Siswi Kelas 10 di SMA Pusaka Nusantara 2 Bekasi*, 4(2), 1–5.
- Purnama Sari, I., Putri, P., Tivanny, T., & Fuanida, U. (2021). Pendidikan kesehatan bahaya merokok pada remaja. *Seminar Nasional ADPI Mengabdikan untuk Negeri*, 3(1), 142–149.
- Suaib, S., Dwijayanto, I. M. R., Situmorang, B. H. L., Distriani, A. E., Sinta, S., Mahadali, S. A., & Dahlan, P. A. M. (2023). Edukasi Peningkatan Pengetahuan Dan Kesadaran Bahaya Merokok Bagi Kesehatan Pada Siswa/Siswi Madrasah Tsanawiyah Desa Baliase. *EJOIN : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(12), 1551–1554. <https://doi.org/10.55681/ejoin.v1i12.2047>.
- Sumarna, U., Rosidin, U., & Purnama, D. (2021). Penyuluhan Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa-Siswi Smkn 2 Pangandaran. *Dharmakarya*, 10(4), 344. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v10i4.29015>.
- Yenti, M., Haq, A., Putri, A. P., Putri, H. E., Sari, D. D., & Erika, S. (2025). Faktor Orang Tua dalam Perilaku Merokok Remaja: Studi Perbandingan di Daerah Rural dan Urban. *Perilaku dan Promosi In Journal of Holistic Nursing and Health Science* (Vol. 5, Issue 1). <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs>.
- Susanto, D. H., Fransiska, S., Warubu, F. A., Veronika, E., & Dewi, W. (2019). Faktor Risiko Ketidapatuhan Minum Obat Anti Hipertensi pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kecamatan Palmerah Juli 2016. *Jurnal Kedokteran Meditek*. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v24i68.1698>.