

Penyuluhan Bahaya Merokok terhadap Kesehatan di Masyarakat Dusun Tojangan

Sitti Harma

Prodi S1 Kesehatan Masyarakat, STIKes Bina Bangsa Majene

e-mail : sitti.harma@gmail.com

Abstrak

Merokok adalah suatu kegiatan atau perilaku yang melibatkan membakar rokok lalu menghisap dan menghirup asapnya. Merokok adalah kebiasaan yang sangat umum dan tersebar luas, dan asap yang dihasilkan dari pembakaran dan pernafasan dapat terhirup oleh orang-orang di sekitar Anda, yang dapat menimbulkan efek negatif baik bagi perokok maupun orang-orang di sekitarnya. Kurang lebih 8 juta orang mengalami kematian setiap tahun yang disebabkan oleh kebiasaan merokok. Pada tahun 2017, penyakit tidak menular (PTM) menyumbang jumlah kematian tertinggi yang disebabkan oleh gaya hidup manusia, termasuk merokok. Ada sekitar 7 juta orang lebih setiap tahunnya meninggal karena konsumsi rokok secara langsung, dan 1,2 juta lainnya meninggal karena perokok pasif. Saat orang membakar sebatang rokok, asap rokok mengandung lebih dari 7.000 bahan kimia, 69 di antaranya bersifat karsinogenik dan membuat ketagihan. Tujuan dilaksanakannya kegiatan ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan meningkatkan kesadaran masyarakat. Peserta pengabdian masyarakat adalah bapak-bapak dan ibu-ibu serta anak remaja sebanyak 25 orang. Metode yang digunakan adalah penyuluhan. Hasil dari pemberian penyuluhan dari aspek Pengetahuan, beberapa warga belum memahami mengenai bahaya yang ditimbulkan dari merokok terhadap kesehatan baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Dari aspek Sikap, masih sedikit warga yang mengurangi banyaknya jumlah rokok yang dikonsumsi setiap harinya.

Kata Kunci: Merokok, Pengetahuan, Sikap, Tindakan

PENDAHULUAN

Perilaku merokok yang dilakukan seseorang dapat berupa pembakaran dan pengasapan, sehingga menghasilkan asap yang dapat dihirup oleh orang disekitarnya. Merokok merupakan perilaku yang kompleks karena merupakan hasil interaksi aspek kognitif, keadaan psikologis dan fisiologis. Perilaku merokok juga dapat diartikan sebagai aktivitas subjek yang berkaitan dengan perilaku merokok, diukur dari intensitas merokok, durasi merokok, dan fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari. (Nasution, 2013).

Merokok itu menakjubkan. artinya meskipun dampak negatif rokok sudah diketahui, namun jumlah perokok masih tetap tinggi. Perilaku merokok dianggap sebagai penyakit, kecanduan yang berhubungan dengan zat. Perilaku merokok kini juga masuk dalam daftar *International Classification of Disorders (ICD) 10* dan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM)*. (Diah Prihatiningsih, dkk. 2024).

Indonesia juga merupakan negara dengan jumlah perokok terbesar keempat di dunia dan produsen rokok terbesar ketujuh di dunia. Provinsi dengan jumlah perokok terbanyak adalah Sulawesi Barat dengan jumlah rokok yang dihisap sebesar 16,93 batang per hari. Bangka Belitung menduduki peringkat kedua dengan 16,65 batang rokok per hari, disusul oleh Riau (16,21 batang/hari), Jambi (16,2 batang/hari), dan Kalimantan Tengah (15,75 batang/hari).

Berbagai penelitian ilmiah menunjukkan bahwa merokok merupakan faktor risiko yang signifikan terhadap penyakit jantung, kanker, penyakit paru-paru kronis, diabetes, dan penyakit lain yang dapat menyebabkan kematian, dan bahkan jika ada perokok pasif, hal ini menunjukkan bahwa hal tersebut dapat terkena dampak dari asap rokok orang perokok aktif. (Marlina dkk, 2019).

Tujuan dan manfaat dilaksanakan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan meningkatkan kesadaran masyarakat.

Perilaku merokok disebabkan oleh pengaruh lingkungan dan individu. Artinya perilaku merokok tidak hanya disebabkan oleh faktor internal saja, namun juga faktor lingkungan. (FKKMK-UGM, 2018).

METODE

Pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan di Dusun Tojangan melalui penyuluhan dengan panduan kuesioner. Diharapkan dapat menambah wawasan kepada masyarakat bahwa kebiasaan merokok dapat dicegah dan dihentikan, juga memberikan informasi kepada masyarakat agar meningkatkan peran serta keluarga dan masyarakat dalam pencegahan dan pengendalian penyakit akibat dari perilaku kebiasaan merokok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan di dusun Tojangan desa Pasiang Kecamatan Matakali Kabupaten Polewali Mandar, Proses kegiatan (PkM) Pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan oleh Tim Dosen dan Mahasiswa STIKes Bina Bangsa Majene. Kegiatan penyuluhan berlangsung dengan lancar, masyarakat sangat antusias dan menyambut baik kegiatan ini. Baik bapak dan ibu maupun anak remaja aktif bertanya, sehingga proses diskusinya memakan waktu yang cukup lama, karena ada beberapa warga yang menceritakan pengalamannya mulai dari menjadi perokok berat hingga akhirnya berhasil berhenti merokok. Warga lain mengatakan sulit untuk berhenti atau mengurangi kebiasaan merokok. Pemerintah kota akan terus melakukan kampanye kesadaran masyarakat dalam skala besar untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang berhenti merokok, karena banyak warga terutama generasi muda yang merokok. Tidak hanya di Dusun Tojangan RT 01, tetapi juga semua RT di Dusun Tojangan sendiri. Di sisi lain, angka kejadian penyakit akibat merokok semakin meningkat. Masyarakat juga menyampaikan harapan bahwa sosialisasi topikal tambahan dan pemeriksaan kesehatan dapat dilakukan di masa depan dengan partisipasi warga lainnya.

Dari Aspek Pengetahuan, dengan berpedoman pada kuesioner yang sudah disiapkan terlebih dahulu oleh tim penyuluhan, Terlihat sebagian besar masyarakat belum begitu mengetahui dan memahami tentang bahaya merokok dan beberapa warga menganggap hal ini tidak berdampak signifikan terhadap kesehatan mereka dan juga penyakit yang dapat disebabkan oleh kebiasaan merokok.

Berdasarkan aspek Sikap masih banyak warga dusun Tojangan yang kurang peduli terhadap bahaya yang mungkin ditimbulkan dari perilaku kebiasaan merokok. Hal ini menjadi kegiatan tindakan lanjutan yang perlu dilakukan untuk mencegah peningkatan berbagai macam penyakit tidak menular.

Kemudian dari aspek Tindakan masih sedikit Warga yang mengurangi banyaknya jumlah rokok yang dikonsumsi setiap harinya. Ini terjadi karena kondisi warga yang sudah mengalami kecanduan atau ketergantungan terhadap nikotin, yang umumnya terdapat pada produk tanaman tembakau seperti rokok.

SIMPULAN

Dari aspek pengetahuan, terlihat sebagian besar masyarakat belum begitu mengetahui dan memahami tentang bahaya merokok dan beberapa warga menganggap hal ini tidak berdampak signifikan terhadap kesehatan mereka dan juga penyakit yang dapat disebabkan oleh kebiasaan merokok. Berdasarkan aspek sikap masih banyak warga dusun Tojangan yang kurang peduli terhadap bahaya yang mungkin ditimbulkan dari perilaku kebiasaan merokok. Hal ini menjadi kegiatan tindakan lanjutan yang perlu dilakukan untuk mencegah peningkatan berbagai macam penyakit tidak menular. Kemudian dari aspek tindakan masih sedikit Warga yang mengurangi banyaknya jumlah rokok yang dikonsumsi setiap harinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Diah Prihatiningsih. (2024). Penyuluhan Bahaya Rokok Untuk Meningkatkan Kesadaran Remaja Mengenai Dampak Buruk Rokok Bagi Kesehatan Di Smp Tawwakal Denpasar. *Jurnal Pengabdian Kesehatan. Vol 7, No. 2.*
- FKKMK-UGM. (2018). *Perilaku Merokok dan Tantangan Promosi Kesehatan.* Universitas Gadjah Mada.
- Nasution. (2013). *Perilaku Merokok Pada Remaja.* Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Reski Eka, P.A, dkk (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Bahaya Merokok Terhadap Sikap Peserta Didik Laki-Laki Di Smk Cokroaminoto Kota Manado. *Jurnal KESMAS, Vol. 8, No. 7.*