

EDUKASI KESEHATAN TENTANG BAHAYA MEROKOK PADA REMAJA DI SMAN 1 BAITUSSALAM

Health Education on the Dangers of Smoking Among Adolescents at SMAN 1 Baitussalam

**Eva Rosdiana¹⁾, Alfitri Wahyuni²⁾, Mira Abdullah³⁾, Febri Yusnanda⁴⁾, Ratna Willis⁵⁾,
Ismail⁶⁾**

^{1,2}Program Studi S-1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ubudiyah Indonesia

³Program Studi S-1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

⁴Program Studi D-III Kebidanan, Stikes Flora Medan, Indonesia

⁵Program Studi DIV Terapi Gigi, Poltekkes Kemenkes Aceh

⁶Program Studi Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Aceh, Indonesia

*Corresponding Author : eva_rosdiana@uui.ac.id

Abstrak

Perilaku merokok pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang semakin mengkhawatirkan. Aktivitas yang dahulu identik dengan orang dewasa kini telah merambah ke kalangan pelajar, bahkan pada usia sekolah dasar. Data global menunjukkan sekitar 38 juta remaja berusia 13–15 tahun merupakan perokok aktif, dengan tren peningkatan dari tahun ke tahun (Wijayanti & Ronoatmodjo, 2025). Di Indonesia, prevalensi perokok remaja mencapai lebih dari 20% dan menempatkan negara ini sebagai peringkat ketiga tertinggi di dunia (Fauziah et al., 2020; Vivy Maharani et al., 2021). Sebagian besar remaja mulai merokok pada usia sangat muda, yaitu 12–15 tahun (Rahayuwati & Castillo, 2020), yang meningkatkan risiko penyakit kronis di usia dewasa (Winelis, 2021). Melihat tingginya angka tersebut, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan tentang bahaya merokok. Kegiatan edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai dampak negatif merokok terhadap kesehatan fisik, mental, dan masa depan mereka. Dengan pelaksanaan edukasi di SMA Negeri 1 Baitussalam Kabupaten Besar, diharapkan siswa mampu memahami risiko merokok serta menumbuhkan sikap menolak terhadap perilaku merokok sejak dini. Tujuan pelaksanaan pengabdian ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman yang lebih luas kepada para siswa-siswi tentang merokok dan dampak negative yang dapat muncul akibat merokok sehingga siswa/i SMAN 1 Baitussalam terhindar dari perilaku merokok. Pelaksanaan pengabdian dilakukan dengan cara memberikan edukasi kesehatan secara langsung ke pada siswa-siswi SMAN 1 Baitussalam pada tanggal 22 Februari 2025. Jumlah siswa yang mengikuti kegiatan ini adalah sebanyak 30 siswa/i. Hasil pelaksanaan kegiatan terlihat bahwa siswa/i menjadi paham tentang bahaya merokok dan dampaknya bagi kesehatan. Hal ini terlihat dari hasil nilai pretes dan postes yaitu 78% remaja mengetahui tentang bahaya merokok saat pretes dan meningkat menjadi 98% pada saat dilakukan posttest. Kesimpulan dari pelaksanaan pengabdian ini siswa/i terlihat antusias mendengarkan edukasi kesehatan yang disampaikan, dan mereka yang sudah terlanjur merokok menyatakan menyesal sudah mengenal rokok dan akan berusaha untuk berhenti merokok.

Kata Kunci : Bahaya Merokok, Edukasi Kesehatan, Remaja

Abstract

Adolescent smoking behavior has become an increasingly concerning public health issue. An activity that was once associated with adults has now spread among students, even at the elementary school level. Global data show that around 38 million adolescents aged 13–15 are active smokers, with an increasing trend from year to year (Wijayanti & Ronoatmodjo, 2025). In Indonesia, the prevalence of adolescent smokers exceeds 20%, placing the country as the third highest in the world (Fauziah et al., 2020; Vivy Maharani et al., 2021). Most adolescents begin smoking at a very young age, between 12–15 years old (Rahayuwati & Castillo, 2020), which increases the risk of chronic diseases in adulthood

(Winelis, 2021). *Considering the high rate of smoking among adolescents, promotive and preventive efforts through health education about the dangers of smoking are urgently needed. This educational activity aims to increase students' knowledge and awareness of the negative impacts of smoking on their physical and mental health, as well as their future. Through the implementation of health education at SMAN 1 Baitussalam, Kabupaten Besar, it is expected that students will be able to understand the risks of smoking and develop a strong attitude to refuse smoking behavior from an early age. The purpose of this community service activity was to provide broader knowledge and understanding to students about smoking and its negative consequences, so that students of SMAN 1 Baitussalam can avoid smoking behavior. The activity was carried out by providing direct health education to the students of SMAN 1 Baitussalam on February 22, 2025, with a total of 30 participants. The results of the activity showed that students became more aware of the dangers of smoking and its health impacts. This was evident from the pretest and posttest results, which showed that 78% of students understood the dangers of smoking before the education, and this increased to 98% after the session. In conclusion, the students were enthusiastic in listening to the health education session, and those who had already smoked expressed regret for having started smoking and stated their intention to quit.*

Keywords: *Dangers of Smoking, Health Education, Adolescents*

PENDAHULUAN

Merokok merupakan sebuah aktivitas yang kini banyak di gandrungi oleh para remaja kita. Dahulu kala merokok hanyalah menjadi bagian dari kehidupan orang-orang tua. Tapi kini merokok sudah merambah ke dalam kehidupan anak-anak sekolah. Dibalik kenikmatan yang dirasakan oleh para perokok tersebut terdapat bahaya yang sangat mematikan bagi dirinya dan kehidupan masa depannya. Hal inilah yang ingin dicegah melalui sosialisasi ini. Karena apabila Merokok telah menjadi sebuah kebiasaan yang dilakukan oleh masyarakat pada umumnya, maka bahaya merokok juga akan mengintai masa depannya. Masa depan perokok akan menjadi suram, lihatlah ketika mereka ketagihan untuk mengkonsumsi sebatang rokok, Jika sudah fatal, maka mereka akan melakukan segala cara untuk dapat menikmati sebatang rokok (Agustina, 2019)(Wahyuni et al., 2024)

Secara global, sekitar 38 juta remaja berusia 13–15 tahun adalah perokok, dengan variasi yang signifikan antar negara (E. Wijayanti dkk., 2025). Global Youth Tobacco Survey menunjukkan tren yang mengkhawatirkan: prevalensi merokok di kalangan pelajar usia 13–15 tahun meningkat dari 18,3% pada tahun 2016 menjadi 19,2% pada tahun 2019 (Wijayanti & Ronoatmodjo, 2025)

Indonesia menempati peringkat ketiga sebagai negara dengan jumlah perokok tertinggi di dunia, dengan angka yang sangat tinggi di kalangan remaja laki-laki (Vivy Maharani dkk., 2021). Survei Global Youth Tobacco yang dilakukan oleh (Fauziah et al., 2020) mendukung temuan tersebut, dengan melaporkan bahwa 20,3% remaja mengonsumsi tembakau. Konsistensi hasil dari berbagai sumber ini menunjukkan bahwa masalah merokok di kalangan remaja di Indonesia bersifat signifikan dan terus berlanjut.

Sebagian besar remaja perokok mulai merokok pada usia muda: remaja laki-laki biasanya mulai pada usia 12–13 tahun, sedangkan remaja perempuan mulai pada usia 14–15 tahun. Statistik ini menegaskan perlunya strategi pencegahan merokok yang lebih terarah bagi remaja (Rahayuwati & Castillo, 2020) Kebiasaan merokok bagi para remaja bermula karena kurangnya informasi dan kesalahpahaman informasi, termakan iklan atau terbuju rayuan teman (Tahin Wando, 2019).

Merokok merupakan sebuah aktivitas yang kini banyak di gandrungi oleh para remaja kita. (Jannah, 2021) Dahulu kala merokok hanyalah menjadi bagian dari kehidupan orang-orang tua. Tapi kini merokok sudah merambah ke dalam kehidupan anak-anak sekolah mulai dari SMA-SMP dan yang paling parahnya lagi sudah ada sebagian anak SD yang sudah pandai Merokok. Orang-orang yang menjadi perokok aktif mengatakan bahwa merokok itu mengasyikkan dan menyenangkan karena dapat menghilangkan stress. Tetapi dibalik kenikmatan yang dirasakan oleh para perokok tersebut terdapat bahaya yang sangat mematikan bagi dirinya dan kehidupan masa depannya. Apabila Merokok telah menjadi sebuah kebiasaan yang dilakukan oleh masyarakat pada umumnya, maka bahaya merokok juga akan mengintai masa depannya. Masa depan perokok akan menjadi suram, lihatlah ketika mereka

ketagihan untuk mengonsumsi sebatang rokok, Jika sudah fatal, maka mereka akan melakukan segala cara untuk dapat menikmati sebatang rokok. Penyakit yang timbul akan tergantung dari kadar zat berbahaya yang terkandung, kurun waktu kebiasaan merokok, dan cara menghisap rokok. Semakin muda seseorang mulai merokok, makin besar risiko orang tersebut mendapat penyakit saat tua (Winelis, 2021)

Perilaku merokok merupakan suatu perilaku yang dapat membahayakan anak di bawah umur baik dari aspek psikologis maupun fisiologis (Oktania et al., 2023) merokok merupakan penyebab kematian dini pada usia produktif karena penyakit kronis. Saat ini sering ditemukan remaja yang merokok sehingga diperlukan melakukan edukasi tentang bahaya merokok bagi remaja untuk meningkatkan pengetahuan (Nurarifah & Sukmawati, 2024) Perilaku merokok di kalangan remaja menjadi permasalahan serius karena berdampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental. Sebagai upaya promotif dan preventif, edukasi mengenai bahaya merokok perlu diberikan secara sistematis (Nurbaiti, 2025)

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk melakukan edukasi kesehatan tentang bahaya merokok pada siswa-siswi SMA 1 Baitussalam Kabupaten Aceh Besar.

METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan 3 (tiga) tahapan sebagai berikut ; tahapan pertama yaitu persiapan yang dilakukan dengan pengurusan izin pengabdian masyarakat ke SMAN 1 Baitussalam, penyiapan proposal, penyusunan materi dan powerpoint, tahapan kedua yaitu pelaksanaan kegiatan yang diawali dengan melakukan pretes untuk menggali pengetahuan responden sebelum di berikan materi, kemudian pemberian materi dan dilanjutkan dengan posttest yaitu menggali pengetahuan responden tentang materi yang disampaikan, dan tahapan ketiga yaitu pelaporan dan publikasi hasil pengabdian

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 22 Februari 2025 Pukul 09:00 WIB di SMAN 1 Baitussalam . Peserta yang menjadi sasaran dalam pengabdian ini adalah Siswa- Siswi Kelas XII yang berjumlah sebanyak 30 Siswa-siswi. Metode yang digunakan dalam promosi kesehatan yaitu dengan melakukan penyuluhan kesehatan tentang Bahaya Merokok pada remaja dengan beberapa tahapan yaitu pembukaan, penjelasan tujuan dilaksanakan penyuluhan/promosi kesehatan, pelaksanaan pretes, penyampaian materi tentang Bahaya Merokok, tanya jawab, pelaksanaan postes dan kesimpulan.

Indikator keberhasilan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan siswa-siswi tentang bahaya merokok pada remaja dan pencegahannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian di laksanakan pada hari Sabtu tanggal 22 Februari 2025 pukul 09.00 hingga selesai dengan tema “Edukasi Kesehatan Bahaya Merokok Pada Remaja di SMAN 1 Baitusalam” dengan jumlah peserta sebanyak 30 siswa-siswi.

Pengetahuan dan pemahaman siswa-siswa tentang merokok dan dampak negatif yang ditimbulkan pada saat dilakukan pretes diperoleh nilai sebanyak 78%, sedangkan setelah diberikan edukasi kesehatan (postes) pemahaman responden tentang merokok dan dampak negatif menjadi meningkat sebanyak 98%. Hal ini menandakan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan ke pada siswa/i SMA 1 Baitussalam memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan pengetahuan dan pemahaman mereka. Sehingga diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan dan pemahaman mereka tentang bahaya merokok maka akan mengubah perilaku yang sebelumnya merokok menjadi berhenti merokok, atau yang sebelumnya ingin mencoba merokok maka dapat menghindari perilaku merokok.

Kegiatan edukasi juga berlangsung secara tertib dan berjalan sesuai dengan rencana. Siswa/i antusias mendengar edukasi kesehatan yang diberikan dan terlihat bahwa mereka sudah paham tentang materi yang diberikan.

Adapun kegiatan promosi yang dilaksanakan dapat dilihat pada dokumentasi kegiatan di bawah ini :



Gambar 1. Foto Sedang Memberikan Edukasi



Gambar 2. Foto Bersama Siswa/i SMA 1 Baitussalam



Gambar 3. Foto Sedang Memberikan Edukasi

4. KESIMPULAN DAN DARAN

Pengabdian masyarakat yang merupakan salah satu dari bentuk Tridharma perguruan tinggi yang diwajibkan bagi seluruh dosen khususnya di lingkungan Universitas Ubudiyah Indonesia. Pada semester ini yaitu semester Genap TA 2024/2025 bentuk pengabdian yang dilaksanakan adalah berupa pemberian Edukasi Kesehatan Tentang Bahaya Merokok Pada Remaja di SMAN 1 Baitussalam. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 22 Februari 2025 pukul 09.00 sampai dengan selesai. Sasaran dalam pengabdian ini siswa/i SMAN 1 Baitussalam yang berjumlah 30 siswa-siswi. Hasil promosi kesehatan diperoleh bahwa adanya peningkatan pengetahuan siswa/i tentang bahaya merokok. Sehingga pelaksanaan promosi kesehatan diharapkan dapat terus dilakukan tidak hanya pada siswa/I SMAN 1 Baitussalam namun juga pada seluruh siswa/I di seluruh Aceh.

REFERENSI

- Fauziah, D. A., Ronoatmodjo, S., & Riono, P. (2020). Pengaruh Distres Emosional Terhadap Perilaku Merokok Remaja Di Indonesia (Analisis Data Riskesdas 2013). *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 11–19. <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i1.52>
- Jannah, M. (2021). Determinan Perilaku Merokok Pada Remaja Sekolah Menengah Atas (Sma) Di Kota Palopo. *Jurnal Kesehatan*, 14(1), 6–12. <https://doi.org/10.32763/juke.v14i1.276>
- Nurarifah, N., & Sukmawati, S. (2024). Peningkatan Pengetahuan Melalui Edukasi Bahaya Merokok Pada Remaja. *Abdi: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 6(4), 719–724. <https://doi.org/10.24036/abdi.v6i4.946>
- Nurbaiti, N. (2025). Edukasi Bahaya Perilaku Merokok Sebagai Langkah Preventif Dalam Pencegahan Penyakit Hipertensi Pada Siswa SMA 1 GU Kabupaten Buton Tengah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 3(4), 551–557. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v3i4.213>
- Oktania, N. P., Widjarnako, B., & Shaluhiah, Z. (2023). Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja the Causes Smoking Behavior in Adolescents. *Jambura Health and Sport Journal*, 5(1), 85–92.
- Rahayuwati, L., & Castillo, E. C. (2020). Students' needs concerning smoking prevention: A qualitative comparative analysis among public, private, and islamic school. *Universal Journal of Educational*

Research, 8(3), 755–763. <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.080304>

- Tahin Wando, M. (2019). Pengaruh Merokok Bagi Remaja Terhadap Perilaku Dan Pergaulan Sehari-Hari. *Institut Ilmu Kesehatan Strada Indonesia*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Wahyuni, T., Nur Safitri, A., & Astuti Purnawati, D. (2024). Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-Laki. *Jurnal Riset Keperawatan Dan Kesehatan*, 1(2), 44–49. <https://doi.org/10.71203/jrkk.v1i2.10>
- Wijayanti, E., & Ronoatmodjo, S. (2025). Literatur Review: Pengaruh Teman Sebaya dan Perilaku Merokok pada Remaja. *Jurnal Ners*, 9(2), 2685–2690. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.43680>
- Winelis, G. A. (2021). *Bahaya dan Dampak Merokok Bagi Remaja*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:240737371>