

Penyuluhan Bahaya Merokok pada Remaja Putra di SMKN 07 Detuena

^{1a*}Gabriel Mane, ^{1b}Asri Sulistianingrum, ^{1c}Christian Romario, ^{1d}Falentina Faustina Ngode,
^{1e}Maria Agustina Soru

^{1a-e}STIKES St. Elisabeth Keuskupan Maumere

Korespondensi: gabrielmane270@gmail.com

Abstrak: Perilaku merokok pada remaja putra masih menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia. Remaja merupakan kelompok yang sangat rentan terpapar iklan rokok, pengaruh teman sebaya, serta minimnya pengetahuan tentang bahaya merokok. Rokok mengandung lebih dari 4.000 bahan kimia berbahaya, termasuk zat karsinogenik yang dapat memicu penyakit kronis seperti kanker paru-paru, jantung, stroke, hingga gangguan reproduksi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putra di SMKN 07 Detu Ena terhadap bahaya merokok melalui pendekatan edukatif dan partisipatif. Metode yang digunakan berupa ceramah interaktif, diskusi kelompok, serta penyebaran media edukatif seperti leaflet dan poster. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 7 Mei 2025 dan diikuti oleh 29 siswa, dengan 21 di antaranya berpartisipasi aktif dan 6 siswa mengajukan pertanyaan. Evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap dampak negatif merokok. Kegiatan ini juga menghasilkan luaran berupa materi edukasi, dokumentasi kegiatan, dan peningkatan sikap kritis siswa terhadap perilaku merokok. Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang bersifat partisipatif efektif membangun kesadaran remaja tentang bahaya rokok dan pentingnya hidup sehat. Kegiatan serupa sangat direkomendasikan diterapkan di sekolah lain sebagai upaya preventif untuk menekan angka perokok usia muda, membentuk generasi muda yang lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan sejak dini.

Kata Kunci : Penyuluhan, Merokok, Remaja, Bahaya Rokok, PKM

Abstract: Smoking behavior among male adolescents continues to be a critical public health concern in Indonesia. Teenagers are highly susceptible to cigarette advertising, peer influence, and a lack of knowledge about the harmful effects of smoking. Cigarettes contain more than 4,000 toxic chemicals, including carcinogens that contribute to chronic illnesses such as lung cancer, cardiovascular diseases, stroke, and reproductive disorders. This community service initiative aimed to enhance the knowledge and awareness of male students at SMKN 07 Detu Ena regarding the dangers of smoking through an educational and participatory approach. The method used included interactive lectures, group discussions, and the distribution of educational materials such as leaflets and posters. The program was conducted on May 7, 2025, and involved 29 students, with 21 actively participating and 6 posing questions. Evaluation results indicated improved student understanding of the negative impacts of smoking. The program also produced key outcomes such as educational materials, activity documentation, and a noticeable shift in student attitudes toward smoking. This community engagement activity demonstrated that participatory counseling is effective in fostering adolescents' critical awareness of smoking dangers and encouraging healthier lifestyle choices. Similar initiatives are strongly recommended for other schools as a preventative measure to reduce youth smoking rates and support the development of a health-conscious young generation.

Keywords : Adolescents, Smoking, Health Education, Awareness, Community Service

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang berada dalam masa pencarian jati diri dan sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan, termasuk dalam hal perilaku merokok. Data dari World Health Organization¹ menunjukkan bahwa sekitar 10% dari total perokok aktif global berasal dari kelompok remaja. Di Indonesia, prevalensi merokok pada usia 10–18 tahun terus mengalami peningkatan dari 7,2% (2013) menjadi 9,1%

pada tahun 2018². Fenomena ini menjadi perhatian serius mengingat merokok di usia muda berdampak langsung terhadap perkembangan otak, kesehatan paru-paru, hingga risiko kecanduan jangka panjang³. Merokok juga diketahui sebagai faktor risiko utama berbagai penyakit tidak menular seperti kanker paru, penyakit jantung koroner, dan stroke yang menimbulkan beban ekonomi dan sosial pada masa mendatang.

Berbagai faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja di antaranya adalah pengaruh teman sebaya, norma sosial di lingkungan sekitar, serta minimnya edukasi dan media informasi yang tepat sasaran⁴. Sebuah studi oleh Sari dkk menyebutkan bahwa remaja yang tidak pernah mendapat edukasi tentang bahaya merokok lebih berisiko menjadi perokok aktif dibandingkan mereka yang mendapatkan informasi melalui program penyuluhan atau pendidikan kesehatan di sekolah⁵. Di SMKN 07 Detu Ena, Kecamatan Kelimutu, Kabupaten Ende, berdasarkan hasil observasi awal ditemukan bahwa sebagian besar siswa putra telah mengenal atau bahkan aktif merokok. Selain itu, belum tersedia media edukasi visual tentang bahaya merokok, dan belum ada kegiatan penyuluhan kesehatan yang secara rutin diberikan kepada siswa. Melihat kondisi tersebut, maka diperlukan suatu intervensi dalam bentuk penyuluhan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif yang mampu meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap kritis siswa terhadap bahaya merokok.

Untuk itu dilaksanakan kegiatan PKM ini sebagai upaya promotif-preventif dengan tujuan meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya hidup sehat tanpa rokok. Penyuluhan dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, serta pemanfaatan media edukatif berupa leaflet dan presentasi visual. Melalui kegiatan ini diharapkan akan terjadi perubahan pemahaman dan sikap siswa terhadap kebiasaan merokok, serta terbentuknya budaya sekolah yang mendukung perilaku hidup sehat di kalangan remaja.

METODE

Kegiatan PKM ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dalam bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk memberikan penyuluhan dan meningkatkan kesadaran siswa terhadap bahaya merokok. Kegiatan ini dilaksanakan di SMKN 07 Detu Ena, Kecamatan Kelimutu, Kabupaten Ende, Nusa Tenggara Timur, pada tanggal 7 Mei 2025. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara singkat dengan guru serta pengamatan lingkungan sekolah, ditemukan bahwa perilaku merokok di kalangan remaja putra cukup tinggi. Kurangnya pemahaman tentang dampak merokok terhadap kesehatan, minimnya upaya preventif melalui edukasi kesehatan, serta tidak tersedianya media informasi visual di lingkungan sekolah menjadi latar belakang permasalahan mitra. Oleh karena itu, kegiatan ini dirancang sebagai bentuk intervensi promotif dengan melibatkan 29 siswa putra kelas XII sebagai peserta. Tahapan kegiatan dimulai dari koordinasi dengan pihak sekolah dan penyusunan materi edukatif berupa leaflet, SAP, dan media presentasi. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk ceramah interaktif dan diskusi kelompok, didahului oleh pre-test untuk mengukur pengetahuan awal dan diakhiri dengan post-test untuk menilai peningkatan pemahaman siswa. Evaluasi dilakukan berdasarkan partisipasi siswa, antusiasme terhadap materi, serta kemampuan mereka dalam mengemukakan pendapat dan bertanya. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif terhadap hasil pre-test dan post-test, serta kualitatif melalui observasi langsung dan tanggapan siswa selama kegiatan berlangsung. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong siswa untuk membangun kesadaran kritis terhadap bahaya merokok serta menumbuhkan perilaku hidup sehat di lingkungan sekolah.

Tabel 1. Permasalahan Mitra

NO	Permasalahan	Uraian
1.	Rendahnya tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya merokok.	Siswa akan diberikan pertanyaan penuntun, kemudian diberikan penyuluhan setelah itu diberikan pertanyaan untuk mengukur pengetahuan yang didapatkan oleh siswa setelah penyuluhan
2.	Tingginya jumlah siswa putra yang menjadi perokok aktif.	Dilakukan pendekatan persuasif melalui diskusi kelompok, penyampaian dampak rokok dan terhadap kesehatan fisik dan sosial, serta ajakan hidup sehat tanpa rokok
3.	Belum adanya media edukasi visual tentang rokok di lingkungan sekolah.	Disiapkan dan disebarluaskan media edukatif seperti leaflet, poster serta penggunaan presentasi (Power point) selama penyuluhan untuk meningkatkan daya Tarik dan pemahaman siswa

Tahapan pelaksanaan

Tim pengabdian melakukan survei di Dusun Oka Desa Detuena Kecamatan Kelimutu Kabupaten Ende yang menjadi mitra dalam kegiatan PKM ini. Dilakukan MMD 1-2 yang bertujuan menemukan solusi yang tepat yang dapat diimplementasikan dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat agar tepat sasaran. Setelah dilakukan MMD 1-2 sehingga diperoleh tahapan pelaksanaan sebagai berikut:

- a. Sosialisasi
Melakukan pendekatan awal kepada siswa putra SMKN 07 DETUENA sasaran melalui kordinasi dengan guru dari sekolah SMKN 07 DETUENA
- b. Pelatihan
Penyuluhan dilakukan dalam bentuk diskusi singkat dengan materi dampak merokok dan bahaya merokok terhadap kesehatan ekonomi dan sosial
- c. Penerapan teknologi
Teknologi yang dipakai menggunakan media visual seperti PPT, leaflet dan SAP, untuk meningkatkan pemahaman siswa pura SMKN 07 DETUENA
- d. Pendampingan dan evaluasi
Pendampingan dan evaluasi melibatkan guru-guru, Ketua Komite, dan sekretaris sekolah dan dosen pendamping peserta dalam diskusi singkat untuk mengevaluasi pemahaman mereka terkait penyuluhan dampak merokok dan bahaya merokok.
- e. Keberlanjutan program
Mendorong Masyarakat untuk mendorong siswa SMKN 07 DETUENA untuk membentuk komunitas merokok dan menjalin kerja sama lanjutan dengan lembaga Kesehatan setempat (NAKES puskesmas MONI)
- f. Monitoring dan Pendampingan
- g. Pelaporan dan Publikasi Media Massa

Peran masing-masing anggota tim

Tabel 2. Tahapan dan Peran Masing-masing Anggota Tim

No	Tahapan Dan Peran Masing-Masing Anggota Tim
1.	Ketua pelaksana: Menyusun proposal pengabdian masyarakat dan rencana kegiatan secara keseluruhan, melakukan koordinasi dengan mitra, memimpin rapat dan pelaksanaan kegiatan, menyusun laporan akhir kegiatan, memuat kerangka laporan kegiatan, dan menyiapkan kerangka luaran kegiatan.
2.	Anggota 1: Menyusun materi penyuluhan (leaflet, PPT), bertugas sebagai pemateri utama saat kegiatan penyuluhan, bertanggung jawab atas dokumentasi kegiatan, melakukan koordinasi media dan dokumentasi visual
3.	Anggota 2: Menjadi moderator saat penyuluhan berlangsung, membantu dalam pembuatan materi edukasi bertugas mengorganisasi sesi diskusi dan tanya jawab, Menyusun SAP penyuluhan dan membantu penyebaran edukatif
4.	Mahasiswa: Membantu pelaksanaan pelatihan dan membantu mengarahkan mitra saat praktik serta saat pendampingan sosialisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada Rabu, 7 Mei 2025 di ruang kelas XII SMKN 07 Detu Ena. Jumlah peserta sebanyak 29 siswa, dengan 21 siswa aktif dalam diskusi dan 6 siswa mengajukan pertanyaan. Antusiasme peserta terlihat dari partisipasi selama kegiatan berlangsung.



Gambar 1. Penyuluhan Menggunakan Video Edukatid Tentang Merokok dan Bahaya Merokok di SMKN 7 Desa Detuena

Kegiatan dimulai dengan pembukaan dan penjelasan tujuan. Penyampaian materi dilakukan selama 20 menit, dilanjutkan sesi tanya jawab. Media visual seperti poster dan leaflet dinilai sangat efektif dalam menyampaikan pesan bahaya merokok. Evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan.

Tabel 3. Hasil Capaian Kegiatan Pelaksanaan

No	Indikator Hasil	Capaian
1	Jumlah peserta yang hadir	29 siswa(100%dari target sasaran)
2	Partisipasi aktif dalam diskusi	21 siswa (72%) aktif berdiskusi
3	Jumlah siswa yang mengajukan pertanyaan	6 siswa (20,7%) menunjukkan minat melalui pertanyaan

4	Media Edukatif yang digunakan	Leaflet, poster, PowerPoint
5	Ketersediaan dokumen edukasi (luaran penyuluhan)	Leaflet, SAP, dokumentasi foto, daftar hadir
6	Peningkatan pemahaman siswa (berdasarkan observasi)	Siswa mampu menjelaskan kembali dampak negatif rokok setelah penyuluhan
7	Perubahan sikap terhadap kebiasaan merokok	Mayoritas siswa menyatakan niat untuk mengurangi atau berhenti merokok
8	Evaluasi keberhasilan program	Penyuluhan berjalan lancar, sesuai rencana, dengan respons siswa yang baik

Kegiatan penyuluhan mengenai bahaya merokok yang dilaksanakan di SMKN 07 Detu Ena menunjukkan hasil yang cukup positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa. Hal ini terlihat dari partisipasi aktif siswa selama penyuluhan berlangsung, baik dalam sesi ceramah maupun diskusi kelompok. Sebanyak 21 dari 29 siswa menunjukkan keterlibatan aktif, dan 6 siswa berani mengajukan pertanyaan terkait materi yang diberikan. Peningkatan pemahaman juga tercermin dari hasil post-test yang menunjukkan perubahan jawaban secara signifikan dibanding pre-test. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pendekatan edukatif berbasis diskusi dapat meningkatkan pemahaman remaja terhadap isu kesehatan yang kompleks, termasuk merokok⁶. Selain itu, metode ceramah interaktif dengan penggunaan media visual terbukti efektif dalam menarik perhatian peserta, memperjelas informasi, dan memperkuat pesan edukatif^{7,8, 9}

Merokok pada remaja sering kali dipengaruhi oleh rendahnya literasi kesehatan, ketidaktahuan terhadap dampak jangka panjang, serta norma sosial yang membiarkan perilaku tersebut berkembang⁸. Oleh karena itu, upaya intervensi berbasis sekolah dinilai sangat strategis karena institusi pendidikan memiliki peran sebagai agen perubahan perilaku. Studi dari Widiyaningsih menyebutkan bahwa keterlibatan aktif sekolah dalam program pencegahan merokok mampu menurunkan angka perokok pemula secara signifikan¹⁰. Dalam konteks kegiatan ini, keterlibatan guru dan tenaga kesehatan dari Puskesmas Moni juga menjadi faktor pendukung penting yang memperkuat pesan edukatif dan memberikan validasi langsung kepada siswa mengenai risiko merokok. Hal ini diperkuat oleh temuan dari Nurbadlina¹¹ dan Kurniawan¹² serta Nina Sumarni, dkk¹³ yang menyatakan bahwa kolaborasi lintas sektor antara institusi pendidikan, tenaga kesehatan, dan masyarakat memperbesar dampak dari intervensi promotif yang dilakukan secara konsisten.

Media edukatif seperti leaflet dan poster juga berkontribusi besar dalam memperkuat daya ingat siswa terhadap materi. Materi visual yang dirancang menarik, singkat, dan kontekstual sangat membantu siswa dalam memahami dan mengingat dampak negatif merokok, baik bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitar¹⁴. Selain itu, kegiatan ini secara tidak langsung memotivasi siswa untuk mulai mempertimbangkan perubahan perilaku, bahkan beberapa siswa menyatakan keinginan untuk berhenti merokok. Hasil ini sejalan dengan temuan dari Muhammad Zakariyah et.al¹⁵ bahwa pendekatan komunikasi visual dan narasi yang dekat dengan kehidupan sehari-hari remaja lebih mampu membangkitkan kesadaran internal. Dukungan lingkungan sekolah yang kondusif juga turut memperkuat hasil intervensi. Hal ini ditegaskan oleh Utari dan Ayi¹⁶ serta Anjani & Hardiyanti¹⁷ bahwa lingkungan belajar yang mendukung program kesehatan mampu menurunkan kebiasaan merokok di kalangan siswa secara signifikan. Oleh karena itu, keberhasilan

penyuluhan ini dapat dijadikan model intervensi serupa yang dapat direplikasi di sekolah-sekolah lain sebagai bagian dari gerakan sekolah sehat dan bebas rokok.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa terhadap bahaya merokok. Penyuluhan dinilai efektif dengan tingkat partisipasi tinggi dan antusiasme peserta. Kegiatan serupa sangat direkomendasikan untuk diterapkan di sekolah lain guna membentuk generasi muda yang lebih sehat dan bebas rokok.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami berterima kasih kepada mitra dalam hal ini SMKN 7, Pemerintah Desa Detuena, Kabupaten Ende yang telah mengizinkan dan menerima kami serta terutama para siswa yang terlibat dalam kegiatan ini. Serta bagi STIKES St. Elisabeth Keuskupan Maumere yang telah membantu dalam seluruh rangkaian kegiatan ini. Semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi Masyarakat sekitar dalam mencegah hipertensi pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO (World Health Organization). WHO global report on trends in prevalence of tobacco use Fourth edition. 2025.
2. Kementerian Kesehatan RI. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. Lembaga Penerbit Balitbangkes. 2018. p. 179.
3. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Buku Informasi Cegah Dan Kendalikan Penyakit Tidak Menular [Internet]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2021. 38 p. Available from: <https://repository.kemkes.go.id/book/126>
4. Katemba Y, Winarti E. Analisis Perilaku Merokok Dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas: Pendekatan Berdasarkan Teori Perubahan Perilaku (Theory Of Planned Behavior - TPB) Dan Teori Kecenderungan Perilaku (Theory Of Reasoned Action - TRA): Liter. J Kesehat Tambusai [Internet]. 2024;5(2):3788–808.
5. Sari SI, Ulandari I, Faramitha D, Priskyani W. Strategi dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Melalui Edukasi dan Promosi Kesehatan terhadap Penyakit tidak Menular: Literatur Review. 2025;4(2):924–34.
6. Purwanti IS, Devhy NLP, Prihatiningsih D, Bintari NWD, Widana A. GO. Pencegahan Perilaku Merokok Remaja Melalui Penyuluhan Bahaya Rokok Elektrik dan Konvensional. J Pengabdian UNDIKMA. 2021;2(2):259.
7. Maryam S. Efektivitas Media Promosi Kesehatan Dalam Pelayanan Kesehatan Remaja: Literature Review. J Kesehat Tambusai. 2024;5(4):11372–8.
8. KEMENKES Republik Indonesia. Tekan Konsumsi Perokok Anak Dan Remaja [Internet]. 2024. Available from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20240802/1946144/tekan-konsumsi-perokok-anak-dan-remaja/#:~:text=Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia,jumlah perokok yang paling signifikan.>
9. Wulandari S, Eko Irianto S, Rahayu D, Pramudho K. Analisis Implementasi Program Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Sebagai Percepatan Penurunan Stunting di Kabupaten Tulang Bawang Barat. J Cendekia Ilm. 2024;3(5):3127–52.

10. Widiyaningsih D, Kattalia Hermaini A, Rustiana Setyowati D, Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta S. Peran Orang Tua Dan Guru Dengan Pencegahan Perilaku Merokok Siswa Smp N 1 Banguntapan Bantul. *ALBAMA J Bisnis Adm dan Manaj [Internet]*. 2023;16(1):14–23.
11. Nurbadlina FR, Shaluhayah Z, Suryoputro A. Kolaborasi Lintas Sektor Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Anak Jalanan. *J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2021;12(2):334–43.
12. Kurniawan R. Upaya Peningkatan Kesadaran Remaja Tentang Bahaya Merokok Melalui Edukasi Dan Diskusi Interaktif Di SMP Kecamatan Blang Bintang. *J Abdimas UNAYA*. 2022;3(2):441–6.
13. Sumarni N, Rosidin U, Sumarna U, Solahhudin I. Peningkatan Wawasan Dengan Edukasi Tentang Bahaya Asap Rokok Pada Remaja Di Rw 03 Kelurahan Kota Wetan, Kecamatan Garut Kota. *J Kreat Pengabdi Kpd Masy [Internet]*. 2023;6(7):2783–93.
14. Anisa. Efektivitas Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Mengenai Sadari Sebagai Deteksi Dini Kanker Payudara. 2023;
15. Zakariyya M, Fradianto I, Priyono D. Media Edukasi Kesehatan Tentang Merokok Yang Tepat Untuk Remaja : Literature Review. *J Proners*. 2020;5(2):2–15.
16. Utari, Darmana A, Nuraini. Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Merokok Remaja Di Sma Sinar Husni Kabupaten Deliserdang Tahun 2019. *Excell Midwifery J [Internet]*. 2020;3(1):1–11.
17. Tri Ardianti Khasanah, Jenie RP, Febriani AF, Miranti AD, Puji Lestari D, Muharomah IK, et al. Penyuluhan Gizi Terkait Anemia dan Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri di SMA Widya Manggala Jakarta Timur. *Dedik J Pengabdi Kpd Masy*. 2024;3(1):402–8.