

Edukasi Interaktif tentang Bahaya Rokok pada Siswa SMP Negeri 4 Limboto

Putri Ayuningtias Mahdang^{1*}, Tri Septian Maksum¹, Nikmatisni Arsad¹, Sunardi¹

¹Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Gorontalo

ABSTRACT

Smoking behavior is a common phenomenon in Indonesian society. For the majority of Indonesians, smoking is a behavioral pattern that occurs in daily life. Smoking habits among adolescents in Indonesia are quite frequent, as this age represents a transitional period from adolescence to adulthood. The development of smoking behavior in adolescents is influenced by the knowledge they possess. Knowledge serves as the most fundamental basis for shaping a person's actions; it is the result of sensory perception or awareness of an object through their senses. The community service activity was conducted at SMP Negeri 4 Limboto with a total of 39 participants, consisting of 7th and 8th grade students. The activity was carried out in May 2025. The method used involved providing interactive education to the students. The activity was implemented in three stages: planning, preparation, implementation, and evaluation. Most of the students already possessed a very good level of knowledge and were aware of the health risks associated with smoking. However, smoking practices among students still occur, mainly due to peer pressure, lack of supervision, and easy access to cigarettes. Through collaboration among all parties, it is hoped that smoking behavior among students can be minimized and a culture of healthy living can be fostered within the educational environment.

Keywords: Adolescents, Education, Knowledge, Smoking Behavior.

Received:	Revised:	Accepted:	Available online:
19.05.2025	23.06.2025	27.06.2025	30.06.2025

Suggested citation:

Mahdang, P.A., Maksum, T.S., Arsad, N., & Sunardi (2025). Edukasi Interaktif tentang Bahaya Rokok pada Siswa SMP Negeri 4 Limboto. *Damhil: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(1), 51-57.

Open Access | URL: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/damhil/index>

¹ Corresponding Author: Program Studi Kesehatan Masyarakat, FOK Universitas Negeri Gorontalo; Jl. Jendral Sudirman No. 6 Dulalowo Timur Kec. Kota Tengah, Gorontalo; email: putriayuningtias@ung.ac.id

PENDAHULUAN

Perilaku merokok merupakan suatu fenomena yang umum di masyarakat Indonesia. Merokok bagi sebagian besar masyarakat Indonesia merupakan pola perilaku yang terjadi sehari-hari. Merokok merupakan perilaku yang sering dijumpai di berbagai tempat dan dianggap sebagai perilaku dalam masyarakat Indonesia. Bahkan perokok di masyarakat Indonesia ternyata tidak hanya di kalangan dewasa saja, tetapi juga pada remaja (Syahry, 2020).

Kebiasaan merokok pada usia remaja di Indonesia sering terjadi, karena usia tersebut merupakan masa peralihan antara masa remaja menuju dewasa. Masa remaja merupakan masa yang sangat menentukan karena anak-anak banyak mengalami perubahan psikis dan fisik pada masa ini. Timbulnya perubahan psikologis tersebut menimbulkan kepanikan pada remaja, sehingga mengakibatkan mereka berada dalam keadaan gejolak emosi dan tekanan mental, sehingga rentan menyimpang dari norma dan norma sosial yang berlaku di masyarakat. Rata-rata usia seseorang mulai merokok secara nasional adalah 17,6 tahun, dengan persentase tertinggi orang yang mulai merokok setiap hari pada usia 15 hingga 25 tahun, sedangkan mereka yang mulai merokok antara usia 5 dan 9 tahun memiliki tingkat pendidikan yang lebih rendah, terutama pada anak-anak yang bersekolah dan cenderung meningkat seiring dengan membaiknya keadaan ekonomi (Permatasari, 2024).

Umumnya remaja perokok tidak mengetahui bahaya adiktif merokok. Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi remaja untuk merokok antara lain kebiasaan perilaku merokok saat masa anak-anak yang akan menyebabkan kebiasaan merokok saat beranjak dewasa, pengaruh dari lingkungan seperti orang tua maupun sahabat yang merokok, nicotine dependen, diurnal type, dan mood seperti ketika depresi, stres dan kesepian. Angka konsumsi rokok khususnya pada remaja yang tidak kunjung menurun dapat menimbulkan banyak dampak negatif terhadap perkembangannya. Seseorang dengan usia yang semakin muda mengawali merokok, maka kecenderungan untuk ketagihan dan sulit berhentinya akan lebih besar (Dinaria et al., 2023)

Perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang dinilai sangat merugikan, baik bagi diri sendiri maupun orang lain di sekitarnya. Meskipun semua orang mengetahui tentang bahaya merokok, hal itu tidak pernah surut dan tampaknya merupakan perilaku yang masih dapat ditolerir oleh masyarakat. Fenomena tersebut bisa dirasakan dalam kehidupan sehari – hari, baik dilingkungan rumah, kantor, angkutan umum, dan jalanan (Syahry, 2020). Mengacu pada hal tersebut maka diperlukan suatu intervensi dalam bentuk edukasi kesehatan yang menginformasikan mengenai bahaya merokok. Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai dampak perilaku merokok terhadap kesehatan dengan metode ceramah dibantu aplikasi Canva serta pemberian leaflet dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan siswa (Nurmawaty & Idris, 2024).

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan pada siswa yang ada di SMP Negeri 7 Limboto tentang bahaya dari perilaku merokok melalui edukasi yang interaktif. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan siswa-siswa mendapatkan pemahaman dan kesadaran mengenai dampak negatif merokok terhadap kesehatan, kehidupan sosial, dan masa depan mereka. Peningkatan pengetahuan kesehatan seseorang dapat menjadi lebih baik dengan cara pemberian pendidikan kesehatan (Hidayati et al., 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Azizah et al., (2023) dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok setelah diberikan intervensi berupa edukasi HISTAR (Hidup Sehat Tanpa Rokok) dimana terdapat peningkatan kategori baik pada pengetahuan sebelum dan setelah penelitian.

Edukasi yang diberikan mencakup berbagai aspek, mulai dari kandungan zat berbahaya yang ada didalam rokok dan dampak negatif dari perilaku merokok. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan siswa yang ada di SMP Negeri 4 Limboto memiliki pemahaman yang lebih baik tentang kandungan berbahaya dalam rokok dan dampaknya terhadap kesehatan jangka pendek dan jangka panjang, siswa menyadari bahwa merokok bukanlah pilihan yang sehat atau keren, melainkan sebuah kebiasaan berisiko yang dapat merusak masa depan mereka, dan terbentuk sikap serta perilaku positif dari siswa sehingga mampu menolak dan tidak terpengaruh oleh lingkungan atau teman sebaya yang merokok. Melalui kegiatan ini juga diharapkan dapat mendorong budaya lingkungan sekolah yang lebih sehat, dan siswa dapat menjadi contoh positif bagi teman sebaya dan keluarga, serta ikut menyampaikan pesan bahaya merokok kepada lingkungan terdekat.

METODE

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini terintegrasi dengan kegiatan praktik belajar lapangan yang dilakukan oleh mahasiswa Jurusan Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo di Desa Biyonga Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo. Sasaran dari kegiatan ini adalah remaja yang merupakan siswa SMP Negeri 4 Limboto dan dilakukan pada tanggal 22 Mei 2025. Pelaksanaan kegiatan menggunakan metode pemberian edukasi secara interaktif. Tahapan pelaksanaan kegiatan terdiri dari empat tahap yaitu: 1) Perencanaan, 2) Persiapan, 3) Pemberian edukasi, dan 4) Evaluasi.

a. Tahap Perencanaan

Pengabdian melakukan identifikasi masalah di sekolah mitra, menetapkan tujuan pengabdian, mengumpulkan data dan informasi, selanjutnya merumuskan strategi dan rencana kerja. Serta berkoordinasi dengan kepala sekolah terkait izin melakukan kegiatan pengabdian, sarana dan prasarana yang digunakan selama pelatihan serta menetapkan jadwal pelaksanaan kegiatan.

b. Tahap Persiapan

Pada tahap ini tim pengabdian mempersiapkan materi, perlengkapan dan sumberdaya yang diperlukan saat pelatihan.

c. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap ini diawali dengan pemberian motivasi dan perkenalan dengan siswa-siswi dan dilanjutkan dengan pemberian edukasi dalam bentuk penyuluhan. Kegiatan penyuluhan disusun secara edukatif, komunikatif, dan sesuai usia remaja. Materi yang diberikan terkait dengan Pengertian rokok, jenis-jenis rokok, kandungan zat-zat berbahaya yang ada didalam rokok, dampak rokok bagi kesehatan, dampak rokok bagi kehidupan sosial dan psikologis, pengaruh lingkungan dan teman sebaya, serta upaya pencegahan dan gaya hidup sehat. Selain itu juga dilakukan aktivitas tambahan berupa kuis dan kuis edukatif tentang bahaya merokok.

d. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi tim pengabdian mengevaluasi kegiatan pengabdian yang telah dilakukan, dengan tujuan untuk mengetahui dampak kegiatan pengabdian yang telah dilakukan. Instrumen evaluasi berupa angket untuk melihat kebermanfaatan kegiatan yang diberikan.

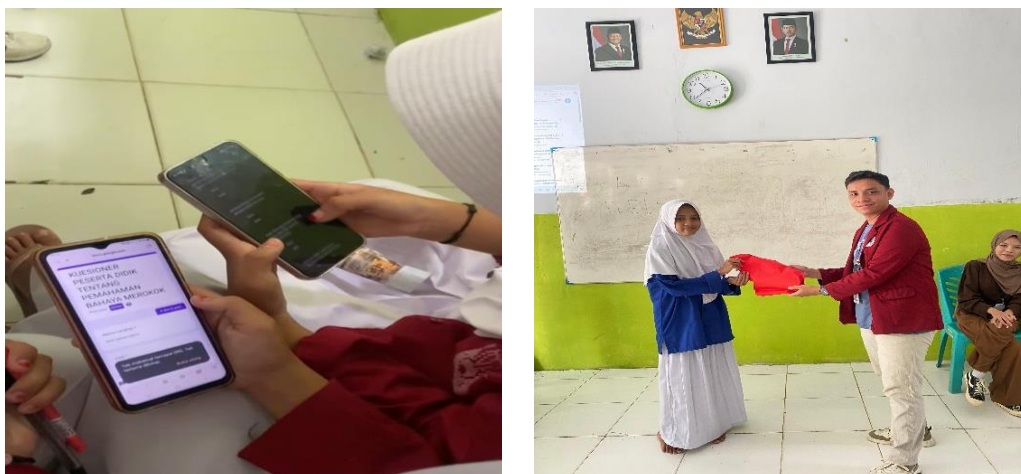
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan berkoordinasi dengan pihak mitra dalam hal ini adalah SMP Negeri 4 Limboto. Kegiatan dilakukan pada bulan Mei Tahun 2025 dengan menghadirkan peserta siswa kelas 7 dan 8 SMP Negeri 4 Limboto yang berjumlah 39 siswa. Pelaksanaan kegiatan menggunakan metode pemberian edukasi secara interaktif. Materi yang diberikan terkait dengan jenis-jenis rokok, kandungan zat-zat berbahaya yang ada didalam rokok, dampak rokok bagi kesehatan, dampak rokok bagi kehidupan sosial dan psikologis, pengaruh lingkungan dan teman sebaya, serta upaya pencegahan dan gaya hidup sehat. Pemberian materi berlangsung selama 1 jam dan dilanjutkan dengan pemberian kuis edukatif.



Gambar 1. Pemberian materi tentang bahaya merokok

Pada tahap akhir kegiatan dilakukan evaluasi dengan membagikan kuesioner kepada siswa melalui googleform. Hal ini bertujuan untuk mengetahui dampak kegiatan pengabdian yang telah dilakukan.



Gambar 2. Pengisian kuesioner oleh siswa dan pemberian hadiah untuk siswa

Berdasarkan hasil kuesioner diketahui bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang baik terkait bahaya rokok. Hasil tersebut diuraikan pada Tabel 1.1.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Siswa Terkait Bahaya Merokok di SMP Negeri 4 Limboto

Tingkat Pengetahuan Siswa	Jumlah	
	n	%
Sangat baik	24	61,6
Baik	11	28,2
Cukup	2	5,1
Kurang	2	5,1
Total	39	100

Sumber : Data primer tahun 2025

Tabel 1.1 menunjukkan bahwa sebanyak 24 siswa (61,65%) memiliki tingkat pengetahuan sangat baik, 11 siswa (28,2%) memiliki tingkat pengetahuan baik, dan 2 siswa (5,1%) masing-masing memiliki tingkat pengetahuan cukup dan kurang. Mahasiswa dengan tingkat pengetahuan sangat baik mengakui telah mengetahui kandungan apa saja yang ada dalam rokok dan apa saja dampak yang timbul akibat perilaku merokok.

Perilaku merokok merupakan aktivitas seseorang terhadap respon rangsangan dari luar yang mempengaruhi seseorang untuk merokok dan dapat diamatai secara langsung. Perilaku merokok sudah menjadi hal yang umum di masyarakat Indonesia. Perokok di Indonesia tidak hanya dari orang dewasa, namun juga remaja (Afifah, 2022). Berbagai faktor dapat mempengaruhi perilaku merokok pada remaja diantaranya adalah pengetahuan remaja terhadap rokok, pengaruh lingkungan sosial, sarana dan prasarana yang tersedia dan alasan psikologis. Remaja lebih meniru kepada apa yang dia lihat atau dia dengar dari orang lain. Pada masa ini remaja menghadapi konflik tentang apa yang mereka lihat dan apa yang mereka pandang tentang struktur tubuh yang ideal (Alamsyah, 2009)

Terbentuknya perilaku merokok pada remaja dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki oleh individu tersebut. Pengetahuan merupakan dasar yang paling penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, pengetahuan adalah hasil penginderaan atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Pengetahuan diperoleh dari pengalaman sendiri ataupun pengalaman orang lain (Agung et al., 2024).

Hasil kegiatan menunjukkan pengetahuan yang dimiliki oleh siswa di SMP Negeri 4 Limboto sebagian besar berada pada kategori sangat baik, meskipun masih terdapat 2 siswa yang memiliki pengetahuan dalam katerogi kurang. Hal ini dibuktikan pada saat pemberian kuis siswa-siswa sangat antusias dalam menjawab pertanyaan dan mampu menjawab pertanyaan dengan benar. Siswa-siswa telah mengetahui kandungan berbahaya yang ada didalam rokok, efek jangka pendek dan panjang dari perilaku merokok, dan gaya hidup sehat tanpa rokok. Pemberian edukasi pada remaja harus dilakukan sedini mungkin agar dapat meningkatkan pengetahuannya. Edukasi yang dapat diberikan berupa edukasi kesehatan tentang bahaya merokok. Edukasi yang diberikan ini digunakan untuk meningkatkan pengetahuan pada remaja sehingga ketika remaja sudah memahami dapat menekan angka kejadian merokok. Meningkatnya pengetahuan pada remaja tentunya dapat menjadi awal yang baik dalam menjaga kesehatan serta dapat menjadi awal yang baik untuk menurunkan kejadian merokok dengan cara mengetahui apa saja bahaya yang akan ditimbulkan.

Meningkatnya pengetahuan pada remaja tentunya dapat menjadi awal yang baik dalam menjaga kesehatan serta dapat menjadi awal yang baik untuk menurunkan kejadian merokok dengan cara mengetahui apa saja bahaya yang akan ditimbulkan. Edukasi kesehatan tentang bahaya merokok ini sangat penting untuk diberikan kepada remaja di seluruh indonesia

dengan diberikannya edukasi kesehatan tentang bahaya merokok ini diharapkan dapat menambah pengetahuan remaja tentang bahaya merokok yang dapat terjadi. Ketika remaja sudah memiliki pengetahuan yang kuat tentang bahaya merokok itu sendiri maka remaja juga akan takut dan tidak akan merokok dan dapat menekan angka kejadian merokok di Indonesia (Ranos et al., 2021) .

Kegiatan penyuluhan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2014) yakni peningkatan pengetahuan masyarakat di bidang kesehatan, tercapainya perubahan perilaku, individu, keluarga, dan masyarakat sebagai sasaran utama penyuluhan kesehatan dalam membina perilaku sehat dan lingkungan sehat serta berperan aktif dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan yang optimal sesuai dengan konsep sehat sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian. Pengetahuan mempunyai manfaat untuk meningkatkan sikap dan perilaku. Disamping itu, Tujuan penyuluhan kesehatan itu sendiri yaitu meningkatkan kesadaran, meningkatkan pengetahuan, mempengaruhi sikap dan persepsi untuk berperilaku, menunjukkan keterampilan sederhana, memotivasi tindakan serta menumbuhkan kebiasaan (Kusumawardani, 2015).

Hasil pengabdian ini juga sejalan dengan penelitian (Herawati et al (2020) yang menyebutkan ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang bahaya merokok pada siswa SMA Yayasan Wanita Kereta Api Palembang dengan nilai $p=0,000$. Hal tersebut menunjukkan perubahan yang positif tentang tingkat pengetahuan siswa akan bahaya rokok setelah dilakukannya pendidikan kesehatan. Penelitian lain yang sejalan dengan hasil pengabdian ini dilakukan oleh Pritatiningsih et al (2020) menyatakan bahwa terdapat peningkatan skor pengetahuan siswa terkait dampak buruk yang ditimbulkan oleh perilaku merokok setelah dilakukan kegiatan penyuluhan.

SIMPULAN

Sebagian besar siswa telah memiliki tingkat pengetahuan sangat baik dan telah mengetahui risiko kesehatan dari merokok, namun praktik merokok di kalangan pelajar masih terjadi, terutama karena pengaruh teman sebaya, kurangnya pengawasan, dan akses yang mudah terhadap rokok. Melalui kegiatan penyuluhan, diskusi interaktif, dan pendekatan persuasif, siswa mulai menunjukkan respons positif dan keterbukaan terhadap informasi yang disampaikan. Edukasi yang berkelanjutan dan dukungan dari pihak sekolah serta orang tua sangat diperlukan untuk membentuk lingkungan sekolah yang bebas rokok. Dengan kolaborasi semua pihak, diharapkan perilaku merokok di kalangan pelajar dapat diminimalisasi dan tercipta budaya hidup sehat di lingkungan pendidikan.

Ucapan Terimakasih

Ucapan Terimakasih disampaikan kepada pihak sekolah SMP Negeri 4 Limboto yang telah bersedia menjadi mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

REFERENSI

- Afifah, N. (2022). *Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Remaja*. Universitas Medan Area.
- Agung, Wibisono, A. Y. G., & Faridah, I. (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuantentang Bahaya Asap Rokok Pada Remaja. *Gudeng Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 213–217.
- Alamsyah, R. M. (2009). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebiasaan Merokok Dan Hubungannya Dengan Status Penyakit Periodontal Remaja Di Kota Medan Tahun 2007*. Universitas Sumatera Utara.
- Azizah, P. T., Rizona, F., & Hikayati. (2023). Aplikasi Histar Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Merokok. *Higeia Journal Of Public Health Research And Development*, 7(4), 486–491.
- Dinaria, E., Candra, E., & Marita, Y. (2023). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 15(2), 197–205.
- Herawati, A., Hidayat, A., & Oktavianoor. (2020). Peningkatan Pengetahuan Dengan Metode Pemberian Edukasi Kesehatan Bahaya Merokok Bagi Kesehatan Reproduksi Remaja Pada Siswa Smpn 20 Banjarmasin Tahun 2020. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(1), 19–27.
- Hidayati, I. R., Pujiana, D., & Fadillah, M. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Tentangbahaya Merokok Kelas Xi Sma Yayasan Wanita Kereta Apipalembang Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 125–135.
- Kusumawardani, V. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kinerja Penyuluhan. *Dalam: Departemen Sains Komunikasi Dan Pengembangan Masyarakat*, 2(1).
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurmawaty, D., & Idris, I. (2024). Edukasi Tentang Dampak Perilaku Merokokpada Kesehatan Remaja Di Mtsnegeri 38 Rorotan Jakarta Utara. *Jaras : Jurnal Abdimas Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(1), 33–41.
- Permatasari, N. (2024). *Gambaran Pengetahuan Dan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Smp Negeri 7 Palangka Raya*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya.
- Pritatiningsih, D., Devhy, N. L. P., Purwanti, I. S., Bintari, N. W. D., & Widana, A. G. O. (2020). 50penyuluhan Bahaya Rokok Untuk Meningkatkan Kesadaran Remaja Mengenai Dampak Buruk Rokok Bagi Kesehatan Di Smp Tawwakal Denpasar. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(1), 50–58.
- Ranos, R., Zulkarnaini, & Rohana. (2021). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Merokok. *Darussalam Indonesian Journal Of Nursing And Midwifery*, 1(1), 10–21.
- Syahry, A. (2020). Perilaku Merokok Pada Pelajar. *Edukasi Ips*, 4(2), 39–44.

Copyright and License



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

© 2025 Putri Ayuningtias Mahdang, Tri Septian Maksum, Nikmatisni Arsad, Sunardi