

Pencegahan Kebiasaan Merokok di Dalam Rumah Melalui Upaya “GERAK MASBRO”

Dian Utami¹, Qonita Adzki¹, Ucha Maulana¹, Evi Susanti Sinaga^{2*}

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

²Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

Email: ¹dian030001700034@std.trisakti.ac.id, ¹qonita030001700092@std.trisakti.ac.id,

¹ucha030001700120@std.trisakti.ac.id, ^{2*}sinaga.evisusanti@trisakti.ac.id

(* : coresponding author)

Abstrak – Perilaku merokok di Indonesia menjadi perhatian utama karena dampaknya terhadap kesehatan masyarakat, terutama dengan peningkatan jumlah perokok dewasa dari 60,3 juta pada 2011 menjadi 70,2 juta pada 2021 dan prevalensi merokok pada remaja usia 10-18 tahun dari 7,2% menjadi 9,1% pada 2018. Laki-laki mendominasi perokok dewasa dengan prevalensi 64,7%, sementara perempuan 2,3%. Merokok di dalam rumah berdampak signifikan pada kesehatan anggota keluarga, terutama perempuan dan anak-anak yang lebih rentan terhadap paparan asap rokok pasif. Data menunjukkan 56,8% rumah tangga terpapar asap rokok, yang meningkatkan risiko penyakit jantung, PPOK, asma, kanker, pneumonia, bronkitis, dan SIDS. Oleh karena itu, edukasi mengenai bahaya rokok di rumah sangat dibutuhkan. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai dampak bahaya asap rokok dan upaya berhenti merokok di dalam rumah melalui “GERAK MASBRO” yaitu gerakan masyarakat bebas asap rokok. Peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan, media edukasi, dan pembentukan gubuk merokok dapat meningkatkan kesadaran masyarakat sehingga mampu mencegah perilaku kebiasaan merokok di dalam rumah.

Kata Kunci: Edukasi, Pencegahan, Penyuluhan, Perilaku Merokok

Abstract – Smoking behavior in Indonesia is a major concern because of its impact on public health, especially with the increase in the number of adult smokers from 60,3 million in 2011 to 70,2 million in 2021 and the prevalence of smoking in adolescents aged 10-18 years from 7,2% to 9,1% in 2018. Men dominate adult smokers with a prevalence of 64,7%, while women are 2,3%. Smoking at home has a significant impact on the health of family members, especially women and children who are more vulnerable to exposure to passive cigarette smoke. Data shows that 56,8% of households are exposed to cigarette smoke, which increases the risk of heart disease, COPD, asthma, cancer, pneumonia, bronchitis, and SIDS. Therefore, education about the dangers of smoking at home is needed. This community service activity aims to increase public knowledge about the dangerous impacts of cigarette smoke and efforts to stop smoking at home through "GERAK MASBRO", namely the smoke-free community movement. Increasing knowledge through counseling, educational media, and the establishment of smoking huts can raise public awareness so that they can prevent smoking habits at home.

Keywords: Education, Prevention, Counseling, Smoking Behavior

1. PENDAHULUAN

Perilaku merokok di Indonesia telah menjadi perhatian utama karena dampaknya terhadap kesehatan masyarakat. Hasil *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) 2021 yang diluncurkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), terjadi penambahan jumlah perokok dewasa sebanyak 9,9 juta orang, yaitu dari 60,3 juta pada 2011 menjadi 70,2 juta perokok pada 2021 (World Health Organization, 2021). Data dari Survei Kesehatan Nasional (Riskesmas) 2018 menunjukkan prevalensi merokok di kalangan remaja juga mengalami tren peningkatan dari 2013 sampai 2018, dengan prevalensi merokok pada remaja usia 10-18 tahun dari 7,2 % menjadi 9,1% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Jika dilihat dominasi perokok berdasarkan jenis kelamin, laki-laki masih mendominasi jumlah perokok di Indonesia, dengan prevalensi merokok pada laki-laki dewasa adalah 64,7%, sedangkan pada perempuan hanya sekitar 2,3% (World Health Organization, 2021).

Selanjutnya perilaku merokok di dalam rumah merupakan masalah yang signifikan karena dampaknya terhadap kesehatan terutama kesehatan anggota keluarga yaitu pada perempuan dan anak-anak. Anggota keluarga terutama perempuan dan anak-anak lebih berisiko terkena paparan asap rokok pasif (Swarnata et al., 2024). Berdasarkan data Riskesdas 2018 menunjukkan sebesar

56,8% rumah tangga di Indonesia terpapar asap rokok di dalam rumah (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Dampak merokok pada kesehatan akibat paparan asap rokok dialami baik perokok aktif maupun perokok pasif. Beberapa penyakit dimana salah satu faktor risikonya adalah merokok antara lain adalah penyakit jantung koroner, penyakit pernafasan seperti Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) dan asma, kanker seperti kanker mulut dan kanker paru-paru dan lain-lain. Sedangkan penyakit pada anak-anak misalnya adalah infeksi saluran pernafasan yaitu pneumonia dan bronkitis, dan sindrom kematian bayi mendadak (SIDS). Bayi yang tinggal dengan seorang perokok dan terpapar asap rokok memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami kematian mendadak (Budreviciute et al., 2020; Holipah et al., 2020; Holm et al., 2021; Jiang et al., 2020).

Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan, diketahui bahwa terdapat beberapa faktor yang berhubungan dengan kejadian pneumonia pada balita dan salah satunya adalah perilaku kebiasaan merokok di dalam rumah (Alnur et al., 2017). Pneumonia yang merupakan penyebab kematian pada balita di dunia, terjadi karena selain faktor *host* (status gizi), juga dipengaruhi faktor lingkungan yaitu paparan asap rokok (Sinaga et al., 2023; Yunus et al., 2020). Selain itu, dari studi yang ada mengatakan bahwa paparan asap rokok menjadi salah satu faktor risiko terhadap kejadian penyakit seperti TB dan ISPA (Azzahra et al., 2024; Baya, 2022). Oleh karena itu, sangat dibutuhkan kegiatan pemberian edukasi mengenai bahaya rokok di rumah dan di lingkungan rumah.

2. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh dosen dan mahasiswa dari tanggal 14 sampai dengan 17 September 2023. Sebelum kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan, dilakukan wawancara kepada petugas puskesmas untuk menilai masalah kesehatan yang terdapat di wilayah Kelurahan Manggarai. Kemudian, diperoleh data bahwa belum tercapainya target dari indikator keluarga sehat terkait keluarga tidak merokok dengan nilai cakupan sebesar 63,82%.

Berdasarkan masalah di atas, maka tim dosen dan mahasiswa melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan meningkatkan capaian program keluarga tidak merokok pada indikator keluarga sehat. Adapun kegiatan pengabdian ini terdiri dari dua kegiatan utama yaitu melakukan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai bahaya rokok. Kegiatan kedua adalah “GERAK MASBRO” yaitu singkatan dari gerakan masyarakat bebas asap rokok, merupakan kegiatan pembagian media edukasi mengenai bahaya merokok dan upaya berhenti merokok dan pembuatan gubuk merokok. Gubuk merokok merupakan area yang dapat digunakan oleh masyarakat di sekitar RT 03 untuk merokok. Dengan tujuan mengurangi perilaku merokok di dalam rumah sehingga dapat mengurangi risiko terpapar asap rokok terhadap anggota keluarga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat telah berjalan dengan baik pada tanggal 17 September 2023 di wilayah kelurahan Manggarai. Adapun pengabdian terdiri dari dua kegiatan utama yaitu penyuluhan dan Gerakan Masyarakat Sehat Bebas Asap Rokok (GERAK MASBRO) melalui kegiatan pemberian media edukasi dan peresmian gubuk merokok.

3.1 Penyuluhan

Penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai bahaya merokok. Kegiatan ini berlangsung pada tanggal 17 September 2023 di Kelurahan Manggarai, RW 12. Penyuluhan mengenai bahaya rokok dan upaya berhenti merokok dilakukan di kantor sekretariat RW 012 Kelurahan Manggarai dengan menggunakan media edukasi berupa *powerpoint* dan poster, paparan materi berisikan mengenai bahaya merokok dan dampak merokok bagi keluarga. Kegiatan ini dihadiri oleh 46 orang responden, kemudian diukur tingkat pengetahuannya dengan memberikan *pre-test* dan *post-test*. *Pre-test* dan *post-test* diberikan kepada responden sebelum dan setelah diberikan penyuluhan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik jenis kelamin	n	Persentasi (%)
Laki-laki	39	84,8
Perempuan	7	15,2
Total	46	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa dari 46 responden yang mengikuti penyuluhan, sebanyak 84,8% adalah laki-laki dan 15,2% adalah perempuan. Kemudian berdasarkan nilai *pre-test*, sebagian besar pengetahuan masyarakat mengenai bahaya merokok adalah pengetahuan kurang dengan jumlah persentasi sebesar 67,4%. Namun, setelah diberikan penyuluhan dan diberikan *post-test*, diperoleh hasil pengetahuan baik sudah mencapai 100%, seperti yang disajikan dalam tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden

Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	n	%	n	%
Baik (nilai >50)	15	32,6	46	100
Kurang (nilai ≤50)	31	67,4	0	0
Total	46	100	46	100

Berdasarkan tabel di atas sebanyak 31 responden (67,4%) mendapatkan nilai kurang dan sebanyak 15 responden (32,6%) mendapatkan nilai baik dalam *pre-test*. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan mengenai rokok dan bahaya merokok terutama ditingkat keluarga masih kurang pengetahuannya. Setelah dilakukan penyuluhan dan dilakukan *post-test*, didapatkan hasil seluruh responden (100%) mendapatkan nilai yang baik, hal ini menandakan bahwa penyuluhan yang diberikan dapat dipahami dengan baik.

Kemudian, analisis dilanjutkan dengan menggunakan uji statistik untuk mengetahui terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat dengan melihat berdasarkan uji beda rerata nilai *pre-test* dan *post-test*. Hasil analisis bivariat tentang uji beda rerata nilai *pre-test* dan *post-test* disajikan pada tabel 3. di bawah ini.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden

Nilai	n	Mean	Minimum	Maximum	P-value
<i>Pre-test</i>	46	50	30	60	0,000
<i>Post-test</i>	46	72,8	80	90	

Berdasarkan tabel diatas dari total 46 responden mendapatkan nilai rerata *pre-test* sebesar 50, nilai terendah 30 dan tertinggi 60. Pada nilai *post-test* didapatkan rerata 72,8, dengan nilai terendah 80 dan nilai tertinggi 90. Berdasarkan hasil uji normalitas dengan *Saphiro Wilk* didapatkan nilai *p-value* <0,05 sehingga dapat disimpulkan data tidak berdistribusi normal. Hal ini mendasari untuk uji selanjutnya menggunakan uji Wilcoxon. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon dari total 46 responden diperoleh nilai *p-value* = 0,000 yang dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan nilai rerata *pre-test* dan *post-test* yang bermakna secara statistik. Artinya, penyuluhan yang diberikan efektif meningkatkan pengetahuan responden mengenai bahaya merokok.

3.2 Kegiatan “GERAK MASBRO” (Gerakan Masyarakat Sehat Bebas Asap Rokok)

3.2.1 Pembagian Media Edukasi

Media edukasi diberikan dengan alasan bahwa belum tersedianya media edukasi dalam bentuk poster dan leaflet. Pada media edukasi tersebut dijelaskan mengenai bahaya merokok, dampak merokok bagi keluarga, cara agar berhenti merokok, dan mengenalkan terdapatnya program upaya berhenti merokok berupa konseling di puskesmas. Dengan harapan masyarakat teredukasi dan mau merubah perilaku melalui upaya berhenti merokok berupa konseling yang dilayani di puskesmas. Pembagian leaflet dan pemasangan poster dilakukan dari tanggal 14 sampai dengan 17 September 2023 di wilayah Manggarai RT 03 RW 12.



Gambar 1. Poster kesehatan

3.2.2 Pembuatan Gubuk Merokok

Masalah yang ditemukan adalah masih banyaknya warga yang merokok di dalam lingkungan rumah. Salah satu faktor yang mengakibatkan hal ini terus berlangsung adalah karena tidak tersedianya area khusus untuk merokok di wilayah perumahan penduduk dan kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai himbauan tidak boleh merokok di dalam rumah. Oleh karena itu, diinisiasi area tempat merokok yang disebut dengan istilah gubuk merokok di wilayah RT 03 RW 12 Kelurahan Manggarai.



Gambar 2. Kegiatan peresmian gubuk merokok

Pembuatan Gubuk Merokok sebagai salah satu upaya menghindari perilaku merokok di dalam rumah, di dalam gubuk merokok di tempelkan beberapa poster mengenai bahaya merokok. Gubuk merokok di resmikan dan dihadiri langsung oleh pos polisi, ketua RW, seluruh ketua RT, Lembaga Masyarakat Kelurahan (LMK), Warga RT 03, perwakilan dari puskesmas.

Selanjutnya, setelah satu minggu peresmian gubuk merokok, dilakukan pemantauan dan evaluasi terhadap pemanfaatan gubuk merokok tersebut. Ditemukan bahwa gubuk merokok dimanfaatkan sebagai kawasan merokok oleh masyarakat di RT 03 dan masyarakat sekitar.

4. KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan baik dan sesuai dengan yang telah direncanakan. Penyuluhan telah dilaksanakan kepada masyarakat dan terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai bahaya rokok. Selanjutnya kegiatan pembagian media edukasi telah berjalan, gubuk merokok telah diresmikan dan dimanfaatkan masyarakat sebagai upaya mencegah dan mengurangi kebiasaan merokok di dalam rumah.

REFERENCES

- Alnur, R. D., Ismail, D., & Padmawati, R. S. (2017). Kebiasaan merokok keluarga serumah dengan kejadian pneumonia pada balita di kabupaten Bantul tahun 2015. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(3), 119–124.
- Azzahra, A. A., Farich, A., Amirus, K., Sari, N., & Perdana, A. A. (2024). Pengaruh Status Gizi, Keterpaparan Rokok Dan Riwayat Kontak Serumah Dengan Kejadian Tuberkulosis Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedaton Bandar Lampung. *PROFESSIONAL HEALTH JOURNAL*, 5(2), 654–670.
- Baya, N. (2022). Keberadaan anggota keluarga yang merokok dan status gizi balita dengan kejadian ISPA. *AACENDIKIA: Journal of Nursing*, 1(1), 10–14.
- Budreviciute, A., Damiati, S., Sabir, D. K., Onder, K., Schuller-Goetzburg, P., Plakys, G., Katileviciute, A., Khoja, S., & Kodzius, R. (2020). Management and prevention strategies for non-communicable diseases (NCDs) and their risk factors. *Frontiers in Public Health*, 8, 574111.
- Holipah, H., Sulistomo, H. W., & Maharani, A. (2020). Tobacco smoking and risk of all-cause mortality in Indonesia. *PLoS One*, 15(12), e0242558.
- Holm, S. M., Miller, M. D., & Balmes, J. R. (2021). Health effects of wildfire smoke in children and public health tools: a narrative review. *Journal of Exposure Science & Environmental Epidemiology*, 31(1), 1–20.
- Jiang, C., Chen, Q., & Xie, M. (2020). Smoking increases the risk of infectious diseases: A narrative review. *Tobacco Induced Diseases*, 18.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Sinaga, E. S., Rasyid, I. A., Mubarak, M. R., Sudharma, N. I., & Nolia, H. (2023). Pemantauan Konsumsi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Dalam Meningkatkan Berat Badan Balita Dengan Masalah Gizi. *ABDI MOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 6(1), 1–8.
- Swarnata, A., Kamilah, F. Z., Melinda, G., & Adrison, V. (2024). The Impoverishing Effect of Tobacco Use in Indonesia. *Nicotine and Tobacco Research*, ntae088.
- World Health Organization. (2021). GATS: Global Adult Tobacco Survey Fact Sheet Indonesia 2021. *Fact Sheet Indonesia*, 1–2.
- Yunus, S. R., Ekawati, M., & Savitri, P. M. (2020). Status gizi, perilaku merokok di dalam rumah dengan kejadian pneumonia. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 1(1), 29–35.