

EDUKASI RUMAH SEHAT TANPA ASAP ROKOK DI GAMPONG CEURIH KECAMATAN ULEE KARENG KOTA BANDA ACEH TAHUN 2022

Tahara Dilla Santi^{1*}, Vera Nazhira Arifin¹, Farisan Azhim², Winda Gustina², Cut Tiara Maijora², Aditya Candra³

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Aceh

²Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Aceh

³Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama

* tahara.dilla@unmuha.ac.id, veraeyabogor@gmail.com, azhim.farisan@gmail.com, windagustina20@gmail.com, majoracuttiara@gmail.com, dradityacandra@gmail.com

Submitted: 11-06-2022

Revised: 14-07-2022

Accepted: 15-07-2022

ABSTRAK

Perokok pasif memiliki risiko gangguan kesehatan tiga kali lebih besar daripada perokok aktif. Di Banda Aceh, perokok di dalam ruangan tertutup sebesar 68,37% dan asap rokok ini dihirup oleh perokok pasif. Upaya yang harus dilakukan berupa penyuluhan kesehatan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengedukasi masyarakat mewujudkan rumah sehat tanpa asap rokok di gampong Ceurih Kota Banda Aceh. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemaparan materi melalui power point sebagai sarana penyuluhan dan pembagian booklet edukasi rumah sehat tanpa asap rokok. Kegiatan ini dilaksanakan di Meunasah gampong Ceurih yang diikuti oleh 20 orang masyarakat dari empat dusun (Pande meuh, Tgk dicot, Pusara habib, Podihagu) di gampong Ceurih. Tim PkM memberikan pre test sebelum kegiatan dimulai dan diakhir PkM dibagikan kuesioner post test dan bingkisan kepada peserta. Hasil kegiatan penyuluhan dan pembagian booklet dapat meningkatkan pengetahuan peserta dengan nilai post test (48 ± 17.2) dan nilai pre test (25.1 ± 4.1). Keaktifan peserta sebesar 100%. Penyuluhan kesehatan dan pembagian booklet dapat meningkatkan pengetahuan peserta dan mengedukasi untuk menciptakan rumah sehat tanpa asap rokok di gampong Ceurih. Selain itu kehadiran empat orang kepala dusun dapat menjadi motivator dan penggerak terwujudnya lingkungan sehat dengan udara bersih di gampong Ceurih.

Kata kunci : edukasi, rokok, penyuluhan

ABSTRACT

Passive smokers have three times the risk of health problems than active smokers. In Banda Aceh, 68.37% of smokers in a closed room are inhaled and this smoke is inhaled by passive smokers. Efforts must be made in the form of health education. The purpose of this activity is to educate the public to create a healthy house without cigarette smoke in the Ceurih village, Banda Aceh City. The method used in this activity is the presentation of material through power points as a means of counseling and distribution of healthy home education booklets without cigarette smoke. This activity was carried out at Meunasah gampong Ceurih which was attended by 20 people from four hamlets

(Pande meuh, Tgk dicot, Pusara habib, Podihagu) in Ceurih village. The PkM team gave a pre-test before the start and at the end of the PkM distributed the post-test questionnaires and gifts to the participants. The results of the counseling and the distribution of booklet scores could increase participants' knowledge with the post-test (48 ± 17.2) and pre-test scores (25.1 ± 4.1). The activeness of participants is 100%. Health counseling and distribution booklets can increase participants' knowledge and educate them to create a smoke-free healthy home in the Ceurih village. In addition, the presence of four hamlet heads can be a motivator and mover for the realization of a healthy environment with clean air in the Ceurih village.

Keywords: education, cigarettes, counseling

PENDAHULUAN

Merokok merupakan gaya hidup yang tidak sehat dan membahayakan orang yang berada di sekitarnya. Asap rokok mengandung sekitar 500 partikel gas berbahaya, (tar dan nikotin). Asap rokok dari perokok aktif yang ada di dalam rumah dapat menyebabkan gangguan kesehatan perokok pasif atau anggota keluarga. Anak-anak, balita dan bayi yang terpapar asap rokok berisiko tinggi mengalami iritasi mata, infeksi telinga, alergi, asma, bronkitis, pneumonia, meningitis [1], [2].

Rokok memiliki kandungan zat adiktif yang menyebabkan gangguan kesehatan bahkan kematian [3]. Berdasarkan Peraturan Pemerintah No. 109 Tahun 2012 tentang pengamanan bahan yang mengandung zat adiktif berupa produk tembakau bagi kesehatan salah satunya rokok.

Asap rokok merupakan bahan pencemar paling banyak ditemui di dalam rumah yang anggota keluarganya sebagai perokok aktif. Asap rokok yang dihisap oleh perokok pasif masuk ke dalam paru-parunya disebut sebagai asap rokok utama (*mainstream smoke*) sedangkan asap rokok dari ujung rokok yang terbakar disebut asap rokok samping (*sidestream smoke*). Trend saat ini *third hand smoke* yaitu perokok tangan ketiga yang mendapatkan zat-zat berbahaya dalam rokok meskipun tidak kontak langsung dengan perokok [4]. Hal ini sangat berisiko bagi perokok pasif yang memiliki waktu tinggal lebih lama di dalam rumah. Perokok pasif merupakan orang yang tidak merokok namun ikut menghirup asap rokok dari perokok aktif [5], [6]. Penelitian Rahim, 2019 [7] menyebutkan bahwa 10.2% bayi berat lahir rendah (BBLR) disebabkan paparan asap rokok. Efek rokok pada anak-anak lebih parah karena diameter saluran pernafasan masih sempit dan jumlah asap rokok yang masuk lebih banyak serta sistem imun tubuh yang belum sempurna. Anak-anak menderita asma bronkial akibat orangtuanya merokok di dalam rumah sebanyak 10 batang per hari [8].

Berdasarkan *The Global Tobacco Epidemic* tahun 2017, prevalensi pengguna tembakau muda di Indonesia laki-laki sebesar 21,4% dan perempuan sebesar 1,5% serta perokok aktif pria dewasa sebesar 64,9% [9]. Data *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) jumlah perokok aktif di Indonesia 67.4% laki-laki dan 4.5% perempuan [10]. Perokok berusia ≥ 10 tahun yang merokok di dalam

gedung atau ruangan tertutup di Kota Banda Aceh sebesar 68, 37% [11]. Dari hasil tersebut, dapat diperkirakan bahwa jumlah perokok pasif atau orang yang terpapar asap rokok jumlahnya lebih banyak dari jumlah perokok aktif [12]

Berdasarkan hasil data Puskesmas Ulee Kareng, masalah merokok di dalam rumah menempati posisi teratas dan masih perlu upaya-upaya preventif untuk menyelesaikan permasalahan ini. Gampong Ceurih merupakan salah satu gampong yang berada di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng dan termasuk dalam target Puskesmas terkait meminimalkan merokok di dalam rumah. Survey pendahuluan di gampong Ceurih, masih banyak terdapat anggota keluarga yang merokok di dalam rumah. Oleh karena itu perlu diberikan edukasi tentang rumah sehat tanpa asap rokok di gampong Ceurih Kota Banda Aceh.

Masih kurangnya informasi dan kesadaran masyarakat tentang dampak bahaya merokok di dalam rumah. Anggota keluarga yang berperan sebagai perokok aktif dapat menyumbang gangguan kesehatan bagi bayi, balita, anak-anak dan orang tua yang berada di dalam rumah (perokok pasif). Pengabdian ini bertujuan memberikan edukasi tentang rumah sehat tanpa asap rokok di gampong Ceurih Kota Banda Aceh, memberikan kesadaran bahwa perokok aktif membahayakan anggota keluarga, dan meningkatkan peran serta anggota keluarga dalam mewujudkan rumah sehat tanpa asap rokok

METODE PENELITIAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berlangsung pada tanggal 1 Juni 2022 di Gampong Ceurih Kota Banda Aceh. Peserta kegiatan PkM adalah ibu dan bapak yang berdomisili di gampong Ceurih dan bersedia untuk hadir pada saat kegiatan berlangsung. Alat-alat yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan berupa laptop dan LCD.

Sebelum memulai kegiatan, maka dibagikan kuesioner pengetahuan awal sebagai pretest. Pada pengabdian masyarakat ini menggunakan metode pemaparan materi tentang edukasi rumah sehat tanpa asap rokok melalui power point dan pembagian booklet terkait tema pengabdian. Metode ini akan digunakan pada saat edukasi dengan memaparkan pengertian perokok aktif, perokok pasif, bahaya terpapar asap rokok, upaya mewujudkan rumah sehat tanpa asap rokok, serta dilanjutkan dengan tanya jawab dengan para peserta yang hadir. Sebelum kegiatan ditutup diberikan post test untuk menilai pengetahuan peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian telah dilaksanakan pada tanggal 1 Juni 2022 di Gampong Ceurih Kecamatan Ulee Kareng Kota Banda Aceh. Peserta pengabdian edukasi rumah sehat tanpa asap rokok berjumlah 20 orang dengan mayoritas peserta adalah ibu-ibu. Kegiatan ini diawali dengan temu ramah dimana tim PkM memperkenalkan diri kepada masyarakat yang telah hadir di Meunasah gampong

Ceurih. Selanjutnya pembagian kuesioner (pre test) oleh tim PkM sekaligus membantu mengarahkan peserta. Hasil pre test menunjukkan bahwa peserta PkM belum sepenuhnya memiliki pengetahuan tentang pentingnya rumah sehat tanpa asap rokok. Masih banyaknya kepala keluarga yang merokok di dalam rumah dan dampak merokok di dalam rumah masih ada yang menjawab tidak tahu.

Hasil analisis diperoleh bahwa nilai rata-rata dan standar deviasi dari pre test sebesar 25.1 ± 4.1 . Setelah selesai melaksanakan pre test maka dibagikan booklet kepada peserta sebagai bahan bacaan tentang edukasi rumah sehat tanpa asap rokok. Tim PkM melanjutkan kegiatan dengan memaparkan materi penyuluhan dan peserta sangat bersemangat dan 100% aktif mengikuti kegiatan (Gambar 1). Kondisi ini terus berlanjut pada sesi tanya jawab, semua peserta mengacungkan tangan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh tim PkM. Sebagai penghargaan, setiap peserta yang menjawab pertanyaan dengan benar mendapatkan doorprize yang disediakan oleh Tim PkM.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan oleh Tim PkM

Untuk menguji pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan, maka tim PkM memberikan post test dengan pertanyaan yang sama. Hasil analisis didapatkan bahwa nilai rata-rata dan standar deviasi dari post test sebesar 48 ± 17.2 yang menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah kegiatan PkM. Peserta menjadi tahu tentang rumah sehat tanpa asap rokok, bahayanya perokok pasif, risiko yang diperoleh saat anggota keluarga menghirup asap rokok, dan kandungan berbahaya yang terdapat pada asap rokok. Tim PkM mengharapkan setelah kegiatan ini akan terbentuk perubahan perilaku di masyarakat gampong Ceurih sehingga terwujudnya rumah sehat tanpa asap rokok. Di akhir kegiatan, tim PkM melakukan foto bersama dengan peserta (Gambar 2).

Seiring dengan mudahnya akses rokok di masyarakat menyebabkan banyaknya perokok yang dijumpai di gampong Ceurih bahkan di tempat-tempat umum seperti kantor kepala desa, meunasah, dan lainnya. Walaupun sebenarnya perokok aktif sadar bahwa kebiasaan merokok berdampak buruk bagi orang di sekelilingnya, namun mereka tetap merokok dan mengaku sulit untuk menghentikan

kebiasaan tersebut. Ironisnya, beberapa kepala keluarga merokok di hadapan bayi dan balita tanpa rasa bersalah. Padahal perokok pasif lebih berisiko menderita penyakit dan gangguan kesehatan akibat asap rokok dari perokok aktif. Dalam sebatang rokok terkandung 4000 zat kimia berbahaya diantaranya nikotin yang menyebabkan adiksi, tar penyebab kanker, karbon monoksida menyebabkan penurunan level oksigen di dalam darah sehingga terganggunya konsentrasi bahkan memicu penyakit berbahaya lainnya. Dampak asap rokok bagi balita berupa gangguan pernafasan, radang paru, mudah cemas, terganggunya fungsi hidung dan mata [13].



Gambar 2. Foto Bersama Tim PkM dan Peserta Kegiatan

Upaya menciptakan rumah sehat tanpa asap rokok yaitu dengan pendidikan kesehatan pada masyarakat di gampong Ceurih. Salah satu upaya pendidikan yang dilakukan yaitu dengan pemberian booklet (Gambar 3) dan penyuluhan. Penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat [14]. Masyarakat memperoleh informasi dari penyuluhan yang dilakukan sehingga sadar akan bahaya asap rokok dan berupaya untuk menjaga rumah sehat dan tentunya bebas asap rokok.

BOOKLET



EDUKASI RUMAH SEHAT TANPA ASAP ROKOK DI GAMPONG CEURIH KECAMATAN ULEE KARENG KOTA BANDA ACEH TAHUN 2022



DISUSUN OLEH

Tim PkM



Gambar 3. Cover Booklet yang Dibagikan Pada Kegiatan PkM

Undang-undang No. 36 Tahun 2009 tentang kesehatan membahas tentang upaya terciptanya lingkungan sehat, menghormati hak orang lain untuk mendapatkan lingkungan sehat secara fisik, biologi dan sosial [15]. Setiap orang memiliki kewajiban berperilaku sehat untuk mewujudkan, mempertahankan dan memajukan kesehatan yang setinggi-tingginya. Perilaku tidak merokok merupakan solusi terciptanya udara bersih dan sehat dalam mewujudkan kawasan rumah sehat tanpa asap rokok. Pendidikan kesehatan seperti penyuluhan dan pembagian booklet memiliki peran penting dalam mengubah perilaku kesehatan masyarakat sebagai hasil dari pengalaman belajar.

KESIMPULAN

Kegiatan PkM di Gampong Ceurih dilaksanakan dengan metode pembagian booklet dan penyuluhan telah berhasil meningkatkan pengetahuan peserta dengan hasil pre test 25.1 ± 4.1 naik signifikan menjadi 48 ± 17.2 pada hasil post test. Booklet yang dibagikan dirancang dengan gambar dan penjelasan yang menarik sehingga peserta memahami materi dengan mudah. Hal ini didukung dengan penyuluhan yang menampilkan power point yang didesain sangat baik sehingga respon positif diperoleh selama kegiatan berlangsung. Semua peserta aktif (100%) dalam bertanya dan menjawab pertanyaan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada LP4M Universitas Muhammadiyah Aceh, masyarakat gampong Ceurih dan semua pihak yang telah membantu kegiatan PkM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ramdhani, H.T., Wahyudin., Nursela, AA, “Perilaku Orangtua Yang Merokok Terhadap Kesehatan Anak (0-5 Tahun),” *J. Keperawatan ‘Aisyiyah*, vol. 5, no. 1, pp. 31–44, 2018.
- [2] Putri, N.U.E., Alibasjah, RW., Khasanah, U, “Hubungan Antara Ibu Hamil Perokok Pasif Dengan Kelahiran Bayi Berat Lahir Rendah Di Kota Cirebon Tahun 2014-2016,” *Tunas Med. J. Kedokt.*, vol. 4, no. 1, pp. 5–9, 2018.
- [3] Wasliati, B., Saputri, I.N., Panjaitan., D.B., Octavariny, R., Octavia, C, “Sosialisasi Kebijakan Kawasan Tanpa Rokok (KTR) di RSUD Lubuk Pakam Deli Serdang,” *J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 1, no. 1, pp. 2018–212, 2021.
- [4] Siregar, H. R, “Penyuluhan Kesehatan: Dampak Paparan Asap Rokok Terhadap Kesehatan Keluarga di Desa Manunggang Jae Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Kota Padangsidimpuan,” *J. Pengabdi. Masy. Aufa*, vol. 3, no. 2, pp. 25–27, 2021.
- [5] Munawaroh, M., Nugrahawati, L.R., Furqaani, A.R, “Scoping Review: Pengaruh Paparan Asap Rokok Terhadap Kadar Nikotin Dalam Tubuh Perokok Pasif,” *J. Integr. Kesehat. dan Sains*, vol. 3, no. 2, pp. 233–238, 2021.
- [6] Jatmika, S. E. D, “Edukasi Rumah Tangga Bebas Asap Rokok,” *J. Pengabdi. Masy.*, vol. 5, no. 1, pp. 98–103, 2020.
- [7] Rahim, F.K., Muharry, A, “Karbon Monoksida (CO) Pada Ibu Hamil (Perokok Pasif) Terhadap Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) di Wilayah Kabupaten Kuningan,” *J. Ilmu Kesehat. Bhakti Husada Heal. Sci. J.*, vol. 10, no. 1, pp. 68–73, 2019.
- [8] Susanto, A., Pratiwi, R.I., Sunardi, S, “Peningkatan Kesadaran Bahaya Asap Rokok Bagi Kesehatan Pada Siswa SMP Negeri 1 Tegal,” *Din. J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 4, no. 1, pp. 68–73, 2020.
- [9] WHO, “WHO Report on Fact Sheets: Tobacco,” 2017.
- [10] WHO, “WHO Report on the Global Tobacco Epidemic, Raising taxes on tobacco, mpower.”, 2015.
- [11] Riskesdas, “Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.”, 2018.
- [12] Boseke, M.B., Engkeng, S., Tucunan, A. A. T, “Determinan Perilaku Merokok Kepala Keluarga di Kelurahan Woloan 1 Utara Kecamatan Tomohon Barat Kota Tomohon,” *J. KESMAS*, vol. 8, no. 7, pp. 319–327, 2019.
- [13] Simbolon, *Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM)*. Yogyakarta: Deepublish., 2016.
- [14] Santi, T.D., Candra, A, “Penyuluhan Jajanan Sehat Untuk Anak Indonesia Sehat,” *J. Inov. dan Pengabdi. Masy. Indones.*, vol. 1, no. 2, pp. 9–11, 2022.
- [15] Undang-undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009, *Kesehatan. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 5063*. Jakarta., 2009.