

Penyuluhan Tentang Merokok di SMA 1 Liang Kabupaten Banggai Kepulauan

Helmi Juwita
STIKES Amanah Makassar

Abstract

Complementary feeding is food given to infants in addition to breast milk to fulfill their nutritional needs. Complementary feeding is given from 6-24 months of age and is a transition food from breast milk to family meals. The introduction and provision of complementary foods should be done gradually in both form and quantity. The purpose of complementary foods is to increase the energy and nutrients needed by the baby because breast milk cannot meet the baby's needs continuously. Normal child growth and development can be known by looking at the condition of a child's weight gain, if the child does not experience an increase, it shows that the baby's energy needs are not met. community service in the form of counseling, demonstrations, and role play. The results of community service in an effort to increase family support for complementary foods can be absorbed and accepted by families and communities. This community service activity can be improved by health workers with the support of families and communities.

Keywords: Smoking, SMA N 1 Liang, Counseling

Abstrak

Menurut data *World Health Organization (WHO)*, jumlah perokok diseluruh dunia kini mencapai 1,2 milyar orang dan 800 juta diantaranya berada dinegara berkembang berpenghasilan rendah dan menengah. Terutama bermasalah adalah pengguna tembakau, termasuk bentuk-bentuk pengguna lain selain rokok, terus meningkat di kalangan remaja dibanyak negara, dan cenderung membahayakan kemajuan dalam mengurangi penyakit kronis dan kematian yang berhubungan dengan tembakau. Tujuan Untuk mengetahui gambaran pengetahuan siswa tentang Bahaya Merokok di SMA N 1 Liang. Pelaksanaan kegiatan pengabdian menggunakan Metode Ceramah dan Diskusi. Pemateri memberikan materi dalam bentuk ceramah dengan bantuan brosur yang berisi materi. Selanjutnya dilakukan diskusi dengan peserta terkait materi yang diberikan.. Hasil pengabdian . Berdasarkan evaluasi yang dilakukan maka rekomendasi yang kami ajukan bagi kegiatan ini adalah kegiatan serupa seharusnya dilaksanakan secara kontinyu untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang tentang bahaya rokok dan manfaat kesehatan yang diperoleh jika menghindari rokok.

Kata Kunci: Merokok, SMA N 1 Liang, Penyuluhan

Correspondensi : Helmi Juwita
Email : helmi.uwita@gmail.com

I. PENDAHULUAN

Menurut data *World Health Organization (WHO)*, jumlah perokok diseluruh dunia kini mencapai 1,2 milyar orang dan 800 juta diantaranya berada dinegara berkembang berpenghasilan rendah dan menengah. Terutama bermasalah adalah pengguna tembakau, termasuk bentuk-bentuk pengguna lain selain rokok, terus meningkat di kalangan remaja dibanyak negara, dan cenderung membahayakan kemajuan dalam mengurangi penyakit kronis dan kematian yang berhubungan dengan tembakau

(WHO 2018).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018), prevalensi jumlah perokok di Indonesia di atas usia 15 Tahun mencapai 33,8% dan penduduk usia 10-18 Tahun meningkat dari 7,2% di tahun 2018. Berdasarkan data hasil Riskesdas Provinsi Sumatera utara tahun 2018 sendiri memiliki cakupan persentase merokok sebanyak 54,512% antara lain 22,38% perokok setiap hari sedangkan perokok kadang-kadang 4,78% sedangkan mantan merokok 4,93% (Riskesdas 2018).

Merokok merupakan salah satu yang sangat merugikan. Bagi pelakunya merokok dapat menyebabkan berbagai macam penyakit seperti tekanan darah tinggi dan gangguan kerja jantung yang disebabkan oleh pengaruh bahan-bahan kimia yang terkandung didalam rokok seperti nikotin dan tar. Pada keadaan merokok pembuluh darah di beberapa bagian tubuh akan mengalami penyempitan, dalam keadaan ini dibutuhkan tekanan yang lebih tinggi supaya darah dapat mengalir ke alat-alat tubuh dengan jumlah yang tetap. Untuk itu jantung harus memompa darah lebih kuat, sehingga tekanan pada pembuluh darah meningkat. Selain itu juga menyebabkan penurunan sensitivitas indra penciuman dan pengecapan bagi pelakunya (Trisanti, K, Dwi Cahya 2016).

Menurut Effendi, M (2007:136), kebiasaan merokok telah menyebabkan 1 dari 10 kematian orang dewasa di seluruh dunia dan telah mengakibatkan 5,4 juta kematian. Fakta memperlihatkan, bahwa 1 kematian untuk setiap 6,5 detik fakta tersebut sangat mengejutkan. Tingginya angka kematian akibat merokok mungkin akan semakin meningkat lagi dalam setiap tahunnya, mengingat kebiasaan merokok kini telah merambah hingga ke kalangan anak-anak dan siswa (Effendi, Onong Uchjana 2008:144).

Menurut Erikson, siswa mulai merokok berkaitan dengan adanya krisis dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya. Dalam masa remaja ini, sering dilukiskan sebagai masa badai dan topan karena ketidaksesuaian antara perkembangan psikis dan sosial (Komalasari, D., Helmi, A. F 2012).

Ironisnya kebiasaan merokok ini, khususnya di Indonesia seakan sudah membudaya, meskipun banyak perokok yang sebenarnya menyadari dan mengakui adanya bahaya bahwa kebiasaan merokok akan dapat memicu timbulnya kanker dalam tubuh mereka. Tetapi mereka tetap tidak mau berhenti merokok dengan alasan bahwa sudah terlambat bagi mereka untuk berhenti. Sebagian besar masyarakat Indonesia masih menganggap merokok adalah perilaku yang wajar dalam kehidupan sosial. Generasi muda memiliki tingkat penyebaran yang tinggi menjadi perokok pemula, bahkan di wilayah tertentu merokok dimulai di usia balita. Terdapat masyarakat yang juga dikenal kelompok rentan, yaitu kelompok dengan prevalensi tinggi sehingga memiliki kemungkinan yang besar melakukan tindakan merokok. Masyarakat rentan berhubungan dengan tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan dan perilaku, terutama pemahaman bahaya merokok. Selain itu tingkat ekonomi keluarga khususnya keluarga miskin dan keluarga yang lebih memprioritaskan belanja rokok dibanding kebutuhan lainnya (Wismanto, Bagus 2008).

II. METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian menggunakan Metode Ceramah dan Diskusi. Pemateri memberikan materi dalam bentuk ceramah dengan bantuan brosur yang berisi materi. Selanjutnya dilakukan diskusi dengan peserta terkait materi yang diberikan.

”.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang “*Penyuluhan Tentang Merokok*” di SMA N 1 Liang pada tanggal 20 November 2020, Alhamdulillah dapat terlaksana dengan baik. Kegiatan pengabdian diikuti sebanyak 25 orang siswa SMA N 1 Liang. Berdasarkan evaluasi yang dilakukan maka rekomendasi yang kami ajukan bagi kegiatan ini adalah kegiatan serupa seharusnya dilaksanakan secara kontinyu untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang bahaya rokok dan manfaat kesehatan yang diperoleh jika menghindari rokok.

IV. KESIMPULAN

1. Pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dengan tema “Penyuluhan tentang Merokok” pada siswa SMA N 1 Liang dapat terlaksana dengan baik.
2. Output yang diharapkan dapat tercapai dengan baik dimana terjadi
3. peningkatan pengetahuan dari para peserta kegiatan pengabdian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran pelajar sebagai periode penting untuk meningkatkan kesadaran dalam menurunkan dan menanggulangi peningkatan jumlah perokok di kalangan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- CDC. (2012). A Report of the Surgeon General Preventing Tobacco Use Among Youth and Young Adults: We Can The Next Generation TobaccoFree.USA: Center for Disease Control and Prevention Office on Smoking and Health.
- Riskesdas. (2010). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Riskesdas. (2013). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- WHO. (2015). Global Youth Tobacco Survey (GYTS): Indonesia report, 2014. New Delhi: World Health Organization, Regional Office for South-East Asia.
- WHO. (2016). WHO Report on the Global Tobacco Epidemic. Diakses 1 Februari, 2017. Available from: <http://www.who.int/tobacco/mpower/en/index.html>.