

ARTIKEL ABDIMAS

**PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG BAHAYA MEROKOK,
NARKOBA DAN DAMPAK PERGAULAN BEBAS
DI SMK BINA KARYA BANGSA-CIANJUR**

PROGRAM KKN TEMATIK CIANJUR MAKMUR TAHUN 2019

***Petrus Geroda Beda Ama¹⁾, Mic Finanto Aryo Bangun²⁾, Ashar Nuzulul Putra³⁾**

¹⁾ Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Mohammad Husni Thamrin

²⁾ Universitas Bhayangkara

³⁾ Stikes Mitra Ria Husada

Correspondence author: petrusgeroda@gmail.com, Jakarta, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v2i2.149>

ABSTRAK

Perilaku merokok sangat berbahaya bagi kesehatan, terlebih jika kebiasaan merokok ini terjadi pada usia dini. Jumlah perokok pada usia dini saat ini pun terus meningkat. Hal ini dipicu oleh perdagangan rokok di Indonesia yang masih sangat bebas dan longgar. Selain itu, semakin maraknya juga penyalahgunaan narkoba yang berdampak pada pergaulan bebas juga semakin marak pada usia remaja. Hal ini sungguh sangat memprihatinkan. Jika tidak dicegah sedini mungkin dampaknya anak merusak generasi bangsa. Kegiatan penyuluhan tentang bahaya merokok, narkoba dan dampak pergaulan bebas sudah banyak dilakukan namun DI SMK Bina Karya Bangsa-Cianjur, belum pernah ada penyuluhan serupa. Oleh karena itu tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang bahaya rokok, bahaya narkoba, bahaya pergaulan bebas, serta menekan perilaku menyimpang pada remaja. Berdasarkan hasil kegiatan dapat disimpulkan bahwa penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa. Hal ini dapat dilihat dari adanya peningkatan pemahaman siswa yang cukup signifikan. Dari nilai rata-rata pretes sebesar 6,5 naik menjadi 9,2. Diharapkan berbagai pihak perlu menaruh perhatian khusus terhadap masalah siswa dan remaja pada umumnya. Hal ini karena penanggulangan masalah remaja harus melibatkan berbagai elemen, baik pihak sekolah, pemerintah, masyarakat dan terutama orang tua.

Kata kunci : Penyuluhan Kesehatan, Bahaya Merokok, Narkoba, Pergaulan Bebas, Siswa SMK.

ABSTRACT

Smoking behavior is very harmful to health, especially if this smoking habit occurs at an early age. The number of smokers at an early age is also increasing. This was triggered by the cigarette trade in Indonesia which is still very free and loose. In addition, the rise of drug abuse that affects free association is also increasing in adolescence. This is very concerning. If not prevented as early as possible the impact of children damages generations of the nation. Counseling activities about the dangers of smoking, drugs and the impact of free association have been widely carried out but at SMK Bina Karya Bangsa-Cianjur, there has never been a similar counseling. Therefore the purpose of this activity is to improve adolescents' understanding of the dangers of cigarettes, the dangers of drugs, the dangers of free association, as well as suppress deviant behavior in adolescents. Based on the results of the activity can be concluded that the counseling carried out successfully increases the knowledge and awareness of students. This can be seen from a significant increase in student understanding. The average pretest score of 6.5 rose to 9.2. It is expected that various parties need to

pay special attention to the problems of students and adolescents in general. This is because tackling youth problems must involve various elements, both school, government, community and especially parents.

Keywords : *Health Counseling, The Dangers of Smoking, Drugs, Free Association, Vocational School Students.*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa dimana seorang individu mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan baik emosi, tubuh, minat, pola perilaku, dan juga penuh dengan masalah-masalah (Hurlock, 2007). Karena itu, anak-anak remaja sangat cenderung mengalami masalah psikososial, khususnya masalah psikologis atau psikologis yang muncul sebagai akibat dari perubahan sosial.

Masa remaja adalah panjangnya eksistensi manusia yang usia dan posisinya sering tidak begitu jelas. Pubertas yang dulunya dianggap sebagai sinyal anak usia dini tidak lagi berlaku sebagai tolok ukur atau batasan untuk kategorisasi remaja karena pubertas yang dulu muncul pada remaja sekitar umur 15-18 tahun kini terjadi lebih awal, dan bahkan sebelum usia 11 tahun. Seorang anak berusia 10 tahun mungkin saja sudah (atau sedang) mengalami pubertas namun tidak berarti ia sudah bisa dikatakan sebagai remaja dan sudah siap menghadapi dunia orang dewasa. Pada kenyataannya ia belum menghadapi dunia orang dewasa yang sebenarnya, meskipun pada saat yang sama ia bukan lagi anak-anak. Tidak seperti bayi atau balita yang perkembangannya pasti dapat diukur, anak remaja hampir tidak memiliki pola perkembangan yang jelas. Dalam perkembangannya mereka seringkali dengan keadaannya, hal ini karena terkadang diperlakukan sebagai anak-anak tetapi di satu sisi mereka dituntut untuk bersikap mandiri dan bersikap dewasa. Memang banyak perubahan pada diri seseorang sebagai tanda keremajaan, namun seringkali perubahan itu hanya merupakan suatu tanda-tanda fisik dan bukan sebagai pengesahan akan keremajaan seseorang. Di zaman modern ini, merokok adalah pemandangan yang sangat tidak asing lagi ditemukan. Merokok dianggap dapat memberikan kesenangan dan kenikmatan bagi perokok, tetapi di sisi lain dapat berdampak buruk pada perokok itu sendiri dan orang-orang di sekitarnya. Hasil Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa Kebiasaan merokok adalah persoalan utama di Indonesia yang sudah menyebabkan tidak kurang dari 25.000 kematian akibat dari asap rokok. Berbagai zat yang terkandung dalam rokok akan berdampak negatif pada tubuh orang yang merokok (Kemenkes RI, 2013).

Beberapa motivasi yang melatarbelakangi seseorang merokok adalah untuk mendapat pengakuan (*anticipatory beliefs*), untuk menghilangkan kekecewaan (*relieving beliefs*), dan menganggap perbuatannya tersebut tidak melanggar norma (*permissive beliefs/ facilitative*) (Martono, 2008). Hal ini sejalan dengan perilaku merokok yang harus dilakukan oleh anak para remaja yang umumnya dilakukan di depan orang lain, khususnya dilakukan di depan teman-temannya, karena pada dasarnya mereka sangat tertarik pada kelompok teman sebaya mereka.

Masa remaja merupakan suatu masa yang menjadi bagian dari kehidupan manusia yang di dalamnya penuh dengan dinamika. Dinamika eksistensi remaja terutama akan mempengaruhi pembentukan diri anak-anak remaja itu sendiri. Masa remaja dapat dicirikan masa dimana rasa keingintahuan yang sangat tinggi dalam diri remaja tentang berbagai hal tidak terkecuali dalam hal seks.

Seiring bertambahnya usia, organ reproduksi berkembang dan kematangan meningkat. Kematangan organ reproduksi dan perkembangan psikologis anak-anak remaja ditandai dengan remaja yang mulai suka akan lawan jenisnya dan hal ini normal serta wajar. Namun Perilaku seksual individu remaja ini pun sangat dipengaruhi oleh pesatnya perkembangan arus media informasi baik elektronik maupun nonelektronik

Salah satu masalah yang sering muncul pada anak-anak terkait dengan kematangan dini organ reproduksi pada kaum remaja adalah terjadinya kehamilan di luar nikah. Apalagi bila kehamilan tersebut terjadi pada usia sekolah. Siswi yang hamil diluar nikah biasanya mendapatkan respon dari dua pihak. Pertama yaitu dari pihak sekolah, biasanya jika terjadi kehamilan pada siswi, maka yang sampai saat ini terjadi adalah sekolah meresponnya dengan sangat buruk dan berujung dengan dikeluarkannya siswi tersebut dari sekolah. Kedua yaitu lingkungan tempat tinggal siswa, akan cenderung mengejek atau mendapat perlakuan yang tidak senonoh. Siswi tersebut juga mungkin dikucilkan dari lingkungan tempat tinggalnya. Hal tersebut terjadi jika karena masih kuatnya nilai norma kehidupan masyarakat kita.

Masalah kehamilan remaja merupakan persoalan yang saat ini mendapat perhatian pemerintah dan masyarakat pada umumnya. Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2102 memperlihatkan bahwa terdapat 3 juta bayi yang dilahirkan oleh remaja perempuan berusia antara 15-19 tahun. Selain persolalah kehamilan pada remaja, permasalahan yang juga sangat memprihatinkan berbagai kalangan adalah masalah HIV /AIDS yang juga banyak terjadi pada masa remaja (Santrock, 2007).

Permasalahan lain pada remaja adalah, cenderung melakukan penyalahgunaan Narkoba. Usia remaja adalah usia dimana merupakan suatu fase perkembangan antara masa anak-anak dan

masa dewasa. Pada masa remaja, justru keinginan untuk mencoba-coba, mengikuti trend dan gaya hidup, serta bersenang-senang sangat besar sekali, termasuk mencoba coba narkoba. Berbagai hasil survei menunjukkan bahwa jumlah pengguna narkoba yang paling banyak adalah kelompok usia remaja.

Berdasarkan dari hal tersebut, Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tematik Cianjur Makmur yang menjadi Program Kementerian Riset dan Teknologi Pendidikan Tinggi (Ristekdikti) dalam hal ini diwakili oleh LL-Dikti Wilayah III yang dilaksanakan di Desa Wangunjaya Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur, dengan salah satu program yang ditawarkan oleh divisi kesehatan adalah Penyuluhan Kesehatan Tentang Bahaya Merokok, Narkoba Dan Dampak Pergaulan Bebas Di SMK Bina Karya Bangsa, sebagai salah satu upaya preventif sedini mungkin agar remaja terutama pada usia SMA, tidak terjebak dalam perilaku menyimpang.

Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah untuk Meningkatkan pemahaman remaja tentang bahaya rokok, bahaya Narkoba, bahaya Pergaulan bebas, serta menekan perilaku menyimpang pada remaja.

METODE PELAKSANAAN

Munculnya kegiatan ini berawal dari banyaknya persoalan remaja terutama anak setingkat SMK yang sudah memasuki masa pubertas. 3 (tiga) persoalan utama yang menjadi perhatian penulis adalah bahaya merokok, narkoba dan pergaulan bebas.

Identifikasi Masalah Remaja

1. Banyak Remaja di SMK Bina Karya Bangsa yang merokok, terutama pada remaja laki-laki. Perilaku merokok ini cenderung dilakukan di luar sekolah sehingga kadang tidak terdeteksi oleh pihak sekolah
2. Maraknya pengedaran Narkoba yang seringkali terjadi pada remaja. Hal ini bisa saja terjadi pada remaja di SMK Bina Karya Bangsa
3. Trend pergaulan bebas masa kini yang menyebabkan banyak remaja yang hamil di luar nikah

Alternatif Pemecahan Masalah

1. Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran Remaja tentang bahaya rokok, terutama penyakit penyakit ditimbulkan oleh karena mengisap rokok

2. Memberikan pemahaman lebih dini terkait bahaya narkoba yang dapat merusak remaja sebagai generasi muda
Memberikan edukasi tentang bahaya pergaulan bebas terutama kehamilan di luar nikah yang dapat merusak masa depan remaja

Solusi Yang Ditawarkan

1. Kegiatan ini dilakukan dengan pendekatan pendidikan kesehatan masyarakat berupa penyuluhan tentang rokok dan bahayanya bagi kesehatan. Penyuluhan tentang narkoba dan dampaknya, serta penyuluhan tentang pergaulan bebas dan dampaknya.
2. Dalam pemaparan materi diperkuat dengan hasil-hasil penelitian-penelitian yang telah dilakukan di seluruh dunia, pemutaran video tentang bahaya merokok, bahaya narkoba dan resiko pergaulan bebas.
3. Sebelum dilakukan penyuluhan, siswa diberikan kesempatan untuk mengisi kuesioner untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan mereka tentang bahaya rokok, narkoba dan pergaulan bebas.

Untuk mencapai tujuan pengabdian kepada masyarakat ini, maka metode kegiatan yang dilaksanakan terdiri dari:

1. Ceramah, melalui metode ceramah akan disampaikan tentang:
 - a. Apa itu rokok, bahaya rokok bagi kesehatan serta mitos-mitos seputaran rokok.
 - b. Apa itu narkoba, macam-macam jenis narkoba, peredaran narkoba masa kini dan bahaya yang ditimbulkan
 - c. Dampak dari pergaulan bebas
2. Pemberian leaflet dan pemutaran video yang berisi fakta tentang bahaya rokok, kandungan zat berbahaya dan efek samping bagi kesehatan, bahaya narkoba serta pergaulan bebas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diikuti oleh 60 siswa laki-laki dan perempuan, dilaksanakan di SMK Bina Karya Bangsa. Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok, narkoba dan pergaulan bebas ini dilakukan atas dasar permasalahan tersebut sudah menjadi permasalahan utama bagi anak remaja sekolah terutama pada level SMK.



Gambar 1: Para Dosen Pendamping



Gambar 2: bersama mahasiswa, dosen pendamping dan siswadi akhir kegiatan penyuluhan

Beberapa kegiatan dilakukan dalam rangka penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok, Narkoba dan pergaulan bebas:

1. Kegiatan ini dibuka oleh kepala sekolah, dihadiri oleh semua guru
2. Tim kemudian Menjelaskan kepada siswa tentang maksud dan tujuan penyuluhan
3. Siswa kemudian diberikan soal pre-test untuk mengukur kemampuan mereka tentang rokok, bahaya rokok, dan kandungan rokok, narkoba dan dampaknya serta dampak pergaulan bebas.
4. Selanjutnya dilakukan pemaparan materi pertama tentang bahaya merokok. Pemaparan ini diselingi dengan pemutaran video untuk menarik minat dan perhatian dari siswa.
5. Selanjutnya materi kedua terkait bahaya Narkoba, dan materi ketiga terkait pergaulan bebas.
6. Kegiatan penyuluhan juga diselingi dengan games.
7. Diakhir kegiatan, siswa kemudian diberikan soal post tes, untuk mengukur sejauh mana pemahaman mereka terkait materi yang telah disampaikan

Hasil kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini adalah Tersampainya pendidikan kesehatan terkait Bahaya merokok bahaya Narkoba dan bahaya terkait Pergaulan Bebas. Para siswa sangat antusias dalam mengikuti kegiatan. Berbagai pertanyaan kritis pun diajukan oleh siswa yang mengikuti kegiatan.

Penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa. Hal ini dapat dilihat dari adanya peningkatan pemahaman siswa yang dilihat dari hasil pretest dan post test yang menunjukkan adanya peningkatan nilai yang cukup signifikan dimana rata-rata skor nilai pretes sebesar 6,5, pada hasil postes rata-rata nilai naik menjadi 9,2.



Dari hasil ini maka dapat disimpulkan bahwa edukasi melalui pemberian penyuluhan atau informasi mengenai kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan seseorang. Beberapa hasil penelitian dan penyuluhan kesehatan menemukan hal yang sama.

Hasil ini sejalan dengan Sukohar, 2017 dengan topik kegiatan Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Rokok pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 22 Bandar Lampung dimana hasil pretes dan postes memperlihatkan adanya peningkatan pengetahuan siswa terhadap bahaya rokok (Sukohar, 2017). Sejalan juga dengan Ekawati 2008 yang melakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Terhadap Rokok Pada Siswa SMA Di Kelurahan Penatih, dimana pelatihan yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan sebesar 6,7 % mengenai bahaya merokok dan perubahan sikap sebesar 4% untuk bisa berhenti merokok (Ekawati).

Dalam teori dikatakan bahwa masa remaja adalah masa yang penuh dengan strom dan stress atau masa yang penuh kelabilan, dikatakan juga pada masa ini, remaja mencari jati dirinya dan cenderung berkumpul dengan peer group atau teman sebaya, sehingga dapat dikatakan pengaruh lingkungan sangat besar pengaruhnya terhadap sikap dan cara pandang terhadap sesuatu pada masa ini. Sikap dan cara pandang remaja terhadap rokok, narkoba dan pergaulan bebas ini perlu diberikan arahan lebih lanjut agar remaja tidak hanyut dalam perilaku yang salah. Dengan adanya edukasi melalui penyuluhan ini diharapkan remaja (Siswa) dapat lebih menjaga diri, menjauhi segala perilaku-perilaku menyimpang terutama perilaku merokok Narkoba dan pergaulan bebas yang dapat merusak diri dan merusak masa depan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok, narkoba dan dampak pergaulan bebas di SMK Bina Karya Bangsa-Cianjur maka dapat disimpulkan bahwa Penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa. Hal

ini dapat dilihat dari adanya peningkatan pemahaman siswa yang cukup signifikan. Dari nilai rata-rata pretes sebesar 6,5 naik menjadi 9,2.

Diharapkan berbagai pihak perlu menaruh perhatian khusus terhadap masalah siswa dan remaja pada umumnya. Hal ini karena penanggulangan masalah remaja harus melibatkan berbagai elemen, baik pihak sekolah, pemerintah, masyarakat dan terutama orang tua.

Kegiatan lanjutan perlu dilakukan dengan target penyuluhan pada orang tua siswa, dengan harapan agar pihak orang dapat lebih memberikan perhatian kepada anak-anak, terutama dalam pergaulan mereka.

Ucapan Terima Kasih

Pelaksanaan kegiatan ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak. Oleh karena ini pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Koordinator LLDikti Wilayah 3 Jakarta yang sudah melibatkan para Dosen dan mahasiswa untuk ikut dalam kegiatan KKN Cianjur Makmur.
2. Kepala Desa Wangunjaya dan para tokoh masyarakat yang sudah banyak membantu sehingga rangkaian kegiatan KKN Tematik Cianjur Makmur dapat berjalan dengan lancar.
3. Kepada Kepala Sekolah dan para Guru serta siswa di SMA Bina Karya Bangsa yang sudah ikut dan terlibat aktif dalam kegiatan penyuluhan.

REFRENSI

1. Ekawati, N., Yulianti, D., Nopiyani, M., & Purnama, S. Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Terhadap Rokok Pada Siswa Smu Di Kelurahan Penatih.
2. Hurlock, E. B. 2007. Perkembangan Anak Jilid 1 (Alih Bahasa: Meitasari Tjandrasa dan Muslichach Zarkasih). Jakarta : Erlangga
3. Kemenkes Ri. 2013. Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS. Jakarta: Balitbang. Kemenkes Ri.
4. Martono LH, Joewana S. 2006. Peran orang tua dalam mencegah dan menanggulangi penyalahgunaan narkoba. *Jakarta: Balai Pustaka*.
5. Sukohar, A., Setiawan, G., & Morfi, C. W. (2017). Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Rokok pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 22 Bandar Lampung. *JPM (Jurnal Pengabdian Masyarakat) Ruwa Jurai*, 3(1), 6-11.
6. Santrock, J. W. (2007). Psikologi pendidikan (Edisi ke-2). *Jakarta: Kencana Prenada Media Group*.