



# PENYULUHAN BAHAYA MEROKOK TERHADAP KESEHATAN DI KELURAHAN RAWA BUAYA JAKARTA BARAT PENYAKIT

**Desi Purnamasari<sup>a</sup>**

<sup>a</sup> Program Studi Profesi NERS, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesetiakawanan Sosial Indonesia, Jakarta, Indonesia  
e-mail : [desipurnamasari@stikeskesosi.ac.id](mailto:desipurnamasari@stikeskesosi.ac.id)  
No Tlp WA : 08998300300

### ABSTRACT

*Indonesia is a developing country that has a high level of consumption and production of cigarettes. In fact, the variety of products and prices of cigarettes in Indonesia has placed Indonesia as one of the largest producers and consumers of cigarettes in the world. Smoking is one of the main risk factors for several chronic diseases that can lead to death. Many studies have proven that smoking can increase the risk of various diseases that can lead to death. This shows that smoking is a major public health problem. Smoking is one of the risk factors for most of the world's deadliest diseases. This community service aims to increase people's knowledge of the dangers of smoking to health. The method used is counseling and lectures by making presentations using Power Point as well as conducting discussions, and asking questions with the extension participants. This community service implementation activity can run well and sustainably.*

**Keyword:** *Cigarettes, dangers of smoking, effects of smoking*

### ABSTRAK

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki tingkat konsumsi dan produksi rokok yang tinggi. Bahkan, variasi produk dan harga rokok di Indonesia telah menempatkan Indonesia menjadi salah satu produsen sekaligus konsumen rokok terbesar di dunia. Rokok merupakan salah satu faktor resiko utama dari beberapa penyakit kronis yang dapat mengakibatkan kematian. Banyak penelitian sudah membuktikan bahwa merokok dapat meningkatkan resiko timbulnya berbagai penyakit yang dapat mengakibatkan kematian. Hal ini menunjukkan bahwa rokok merupakan masalah besar bagi kesehatan masyarakat. Merokok adalah salah satu faktor risiko sebagian besar penyakit paling mematikan di dunia. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan warga akan bahaya merokok bagi kesehatan. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan ceramah dengan melakukan presentasi menggunakan Power Point serta melakukan diskusi, dan tanya jawab dengan para peserta penyuluhan. Kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dapat berjalan dengan baik dan secara berkelanjutan.

**Kata Kunci:** Rokok, bahaya merokok, efek merokok

## 1. PENDAHULUAN

*Received Agustus 30, 2021; Revised September 2, 2021; Accepted September 22, 2021*

Indonesia menjadi salah satu negara dengan tingkat perokok tertinggi di dunia, saat ini Indonesia menduduki ranking ketiga jumlah perokok tertinggi di dunia. Dan menduduki urutan pertama prevalensi perokok laki-laki di ASEAN. Perilaku merokok apabila tidak ditanggulangi akan berbahaya baik untuk kesehatan dirinya (perokok aktif), maupun orang disekitarnya (perokok pasif). Bahkan merokok dijumpai tidak hanya pada orang dewasa saja, anak-anak pun juga sudah banyak yang merokok (Paras candola, 2011). Beberapa faktor risiko yang mempengaruhi perilaku merokok antara lain pengetahuan, sikap, kepercayaan, tradisi, normasosial, akses terhadap rokok, peran keluarga, petugas kesehatan, serta lingkungan atau pemerintah terhadap perilaku merokok. Salah satu faktor yang mungkin terjadi adalah kurangnya kesadaran dan sikap negative masyarakat tentang bahaya merokok bagi dirinya maupun lingkungannya. Sehingga diperlukan upayaupaya untuk dapat mengatasi permasalahan tersebut (Wijayanti, 2017; Aisyah et al. 2017).

Bahaya merokok telah menjadi perhatian khusus beberapa Negara dengan dikeluarkannya peraturan-peraturan tentang rokok, misalnya ketentuan kawasan tanpa rokok, pembatasan penjualan rokok, pembatasan promosi dan iklan rokok. Pembatasan kandungan nikotin dan tar dalam rokok dengan maksud memberikan perlindungan kesehatan masyarakat terhadap bahaya merokok. Namun demikian upaya tersebut belum mampu membendung naiknya konsumsi rokok di berbagai belahan dunia. Sindrom putus rokok/tembakau merupakan gejala yang tidak mengenakan baik psikis maupun fisik, untuk mengatasinya yang bersangkutan akan menghisap kembali rokok (tembakau) dengan jumlah semakin banyak dan semakin sering (penyalahgunaan dan ketergantungan tembakau semakin bertambah dari segi kuantitas maupun kualitas. Kalau hal ini terus berjalan maka pada abad ke-21 akan ada satu millar orang yang meninggal akibat rokok. Sejauh ini peringatan dalam bungkus rokok yang mencantumkan bahaya merokok tidak cukup efektif. Belum lagi istilah low, light, mild, dan lain-lain yang justru menyesatkan. Disamping itu, tidak ada penurunan bahaya yang bermakna dengan penurunan kadar tar dan nakotin dengan cara ini. Istilah itu hanya memberi kesan rokok “aman” sehingga si perokok cenderung merasa “boleh” merokok dan bukan tidak mungkin akan

mengonsumsi rokok lebih banyak lagi karena merasa menghisap rokok “ringan”.

Rokok merupakan benda yang sudah tak asing lagi bagi kita. merokok sudah menjadi kebiasaan yang sangat umum dan meluas di masyarakat. bahaya merokok terhadap kesehatan tubuh telah diteliti dan dibuktikan banyak orang. efek-efek yang merugikan akibat merokok pun sudah diketahui dengan jelas. banyak penelitian membuktikan kebiasaan merokok meningkatkan risiko timbulnya berbagai penyakit jantung dan gangguan pembuluh darah, kanker paru-paru, kanker rongga mulut, kanker laring, kanker esophagus, bronchitis, tekanan darah tinggi, impotensi serta gangguan kehamilan dan cacat pada janin. pada kenyataannya kebiasaan merokok sulit dihilangkan dan jarang diakui orang sebagai suatu kebiasaan buruk. apalagi orang yang merokok untuk mengalihkan diri dari stress dan tekanan emosi, lebih sulit melepaskan diri dari kebiasaan ini dibandingkan perokok yang tidak memiliki latar belakang depresi.

Merokok sendiri bukanlah hal yang dianggap tabu oleh masyarakat Indonesia, meskipun yang melakukannya adalah anak-anak yang masih duduk dibangku sekolah. hal ini sangat memprihatinkan, karena sebagaimana kita ketahui bahwa di dalam rokok terdapat zat-zat kimia beracun yang perlahan tapi pasti akan mengganggu kesehatan tubuh kita. Semua hal tersebut belum sepenuhnya dipahami oleh para perokok yang telah menjadi salah satu budaya social. Contohnya ketika mereka sedang berkumpul hanya untuk sekedar nongkrong biasanya ada saja yang merokok. Untuk itu sangatlah penting dilakukan penyuluhan mengenai bahaya rokok bagi kesehatan guna memberikan edukasi bagi warga masyarakat RT016/Rw 04 Kelurahan Rawa Buaya.

## 2. METODE

Metode yang dilakukan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat adalah secara langsung dengan melakukan penyuluhan tatap muka dengan warga masyarakat. Tahapan yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini antara lain mempersiapkan materi penyuluhan mengenai bahaya dan dampak merokok, ceramah dengan melakukan presentasi menggunakan Power Point serta melakukan diskusi, dan tanya jawab dengan para peserta penyuluhan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa Penyuluhan Bahaya Merokok Terhadap Kesehatan Di RT 016/04 Kelurahan Rawa Buaya Jakarta Barat, Kecamatan Cengkareng Kota Jakarta Barat. Acara dimulai dengan melakukan pembukaan dengan melakukan perkenalan diri terlebih dahulu kemudian dilakukan penyampaian ceramah berupa materi mengenai bahaya merokok terhadap kesehatan. Kemudian dilanjutkan diskusi dengan masyarakat untuk menggali pengetahuan dasar mengenai bahaya merokok terhadap kesehatan. Pemateri juga mengadakan kegiatan Tanya jawab kepada warga masyarakat yang hyang berasal dari RT 016/04.

Kegiatan sosialisasi berlangsung selama 45 menit. Pada akhir sesi sosialisasi ini pemateri memberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan mengenai materi yang telah disampaikan oleh pemateri. Setelah sesi Tanya jawab pemateri mengadakan evaluasi terkait pemberian materi yang telah disampaikan. Kegiatan sosialisasi ini ditutup dengan pembagian sembako sebagai tanda apresiasi terhadap warga masyarakat yang telah hadir dan setelah itu dilakukan kegiatan foto bersama antara pemateri dengan para warga masyarakat yang hadir Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini, warga menjadi lebih paham mengenai rokok dan dampak terhadap kesehatan jika merokok.

### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa Penyuluhan Bahaya Merokok Terhadap Kesehatan Di Kelurahan Rawa Buaya Jakarta Barat di RT 002/01 Kelurahan Rawa Buaya Kecamatan Cengkareng Kota Jakarta Barat memperoleh pengetahuan mengenai bahaya meroko dan dampaknya terhdap kesehatan sehingga membuat masyarakat yang telah hadir menjadi lebih memahami pentingnya mengetahui Bahaya Merokok Terhadap Kesehatan bahaya merokok diharapkan masyarakat mengetahui dampak buruk dan efek serta bahaya apa saja yang ditimbulkan

Besarnya manfaat yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, maka diharapkan kegiatan sosialisasi perlu dilakukan secara berkala agar dapat terus dimonitoring. Kami berharap bahwa seluruh dosen STIK KESOSI dapat meningkatkan komitmen terhadap pengabdian kepada masyarakat dalam rangka menjalankan Tri Dharma Perguruan Tinggi.

## 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini. Penulis berterimakasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesetiakawanan Sosial Indonesia yang telah memberikan support materiil maupun nonmateriil sehingga pengabdian kepada masyarakat dapat dilaksanakan dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih atas izin dan dukungan pelaksanaan yang telah diberikan Ketua RT dan RW di Kelurahan Rawa Buaya

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Adrianto H. 2017. Kontaminasi Telur Cacing pada Sayur dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal BALABA : 13 (2): 105-114.*
- Herbowo dan A. Firmansyah. 2003. Diare Akibat Infeksi Parasit. *Sari Pediatri No. 4 (4): 198-202*
- Mirawati, Rj Sitorus, H Hasyim. 2011. Analisis Personal Hygiene Dan Food Handling Pada Penyelenggaraan Makanan Pasien Di Rsup Dr. Mohammad Hoesin Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat: No.1(2)*
- Mutiara H. 2015. Identifikasi Kontaminasi Telur Soil Transmitted Helminths pada Makanan Berbahan Sayuran Mentah yang Dijajakan Kantin sekitar Kampus Universitas Lampung Bandar Lampung. *JuKe Unila: 5 (9):28-32.*
- Purnama SG. 2016. Modul Kontaminasi Makanan di Pasar Tradisional.FK Udayana: Bali
- Sujaya IN. 2017. Bahan Ajar Manajemen Penyehatan Makanan dan Minuman. Universitas Udayana: Bali.