

EDUKASI TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG BAHAYA MEROKOK DI SMPN 8 BINJAI TAHUN 2026

Evita Andryani Lubis, S.Psi,M.Psi^{1*}, Bagus Prabudi, S.Kep.,Ns.,MM². Siesy Afilia Br Ginting³.

¹Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Binjai, Jl. Bandung No 4 Binjai Selatan, Kota Binjai, Sumatera Utara

²Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Binjai, Jl. Bandung No 4 Binjai Selatan, Kota Binjai, Sumatera Utara

³Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Binjai, Jl. Bandung No 4 Binjai Selatan, Kota Binjai, Sumatera Utara

*Email Korespondensi: andryani.jasmin@gmail.com

Abstrak

Merokok merupakan salah satu perilaku berisiko yang banyak dilakukan oleh remaja dan dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang. Rendahnya tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok di SMP Negeri 8 Binjai Tahun 2026

Edukasi ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja. Populasi dalam pengabdian ini adalah seluruh siswa laki-laki kelas VIII di SMP Negeri 8 Binjai dengan jumlah 75 orang. Edukasi dilakukan dengan media penjelasan kepada remaja tentang bahaya dan dampak merokok. Kemudian setelah dilakukan edukasi maka diberikan kuesioner untuk mengetahui bagaimana pemahaman remaja terhadap bahaya merokok

Kesimpulan dari pengabdian ini adalah mayoritas remaja di SMP Negeri 8 Binjai memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tentang bahaya merokok, sehingga diperlukan upaya peningkatan edukasi kesehatan melalui penyuluhan dan promosi kesehatan di lingkungan sekolah.

Kata kunci: Pengetahuan, Remaja, Bahaya Merokok

Abstract

Smoking is a risky behavior commonly found among adolescents and can cause various short-term and long-term health problems. The low level of adolescents' knowledge about the dangers of smoking is one of the factors influencing this behavior. This study aims to determine the level of adolescents' knowledge about the dangers of smoking at SMP Negeri 8 Binjai in 2026.

This educational program was conducted to increase adolescent knowledge. The population of this community service program was all 75 eighth-grade male students at SMP Negeri 8 Binjai. The educational program was conducted through explanations to adolescents about the dangers and impacts of smoking. Following the educational program, a questionnaire was administered to determine the adolescents' understanding of the dangers of smoking.

The conclusion of this community service program was that the majority of adolescents at SMP Negeri 8 Binjai have a low level of knowledge about the dangers of smoking, necessitating efforts to improve health education through health counseling and promotion within the school environment.

Keywords: Knowledge, Adolescents, Smoking Hazards

PENDAHULUAN

Pada masa remaja merupakan tahap perkembangan yang paling penting. Hal ini dikarenakan terdapat beberapa perubahan yang terjadi seperti perubahan fisik, hormon, psikologis maupun perubahan dalam kehidupan sosial (Sigalingging & Sianturi, 2019)¹. Masa remaja seringkali labil dalam hal pola pikir serta prinsip hidup. Dampak negatif dari interaksi sosial dalam pergaulan sangat dekat dengan terjadinya perilaku menyimpang seperti kenakalan pada remaja. Salah satu kenakalan remaja adalah merokok. Merokok

pada saat ini bukan hanya dilakukan orang dewasa saja, melainkan telah menjadi suatu gaya hidup pada kalangan remaja (Sigalingging & Sianturi, 2019)¹.

Menurut Thomas et al. (2015)² terdapat tiga faktor utama yang mempengaruhi kebiasaan merokok pada remaja antara lain karakteristik individu (seperti jenis kelamin, kekhawatiran tentang berat badan, dan sikap terhadap merokok), faktor keluarga (seperti kebiasaan merokok orang tua, jumlah perokok dalam keluarga, serta sikap permisif dan persetujuan orang tua), dan pengaruh kelompok teman sebaya (seperti jumlah teman yang merokok dan harapan akademis dari teman-teman). Etnisitas, tingkat kemakmuran, dan tingkat pendidikan juga berperan, dengan pendidikan yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat merokok yang lebih rendah. Selain itu, studi kohort jangka panjang menunjukkan bahwa perokok remaja lebih mungkin berhenti merokok saat memasuki masa dewasa jika mereka mengambil tanggung jawab seperti pernikahan dan pekerjaan.

Merokok merupakan suatu masalah di dalam masyarakat yang dapat menimbulkan banyak kerugian baik dari segi sosial ekonomi maupun kesehatan bahkan kematian, perilaku merokok merugikan kesehatan karena dapat mengakibatkan banyak penyakit. Program perilaku sehat dan pemberdayaan masyarakat adalah menurunnya prevalensi perokok serta meningkatkan lingkungan sehat bebas rokok disekolah, tempat kerja dan tempat umum (KemenKes RI, 2018)³.

Para remaja lebih banyak menggunakan rokok diusia muda tanpa memperhatikan akibat yang akan ditimbulkan dan kurangnya kesadaran pada diri mereka sehingga mereka tidak memperhatikan bahaya dari penggunaan rokok tersebut. Dari hasil pengamatan alasan remaja merokok antara lain : coba-coba, ikut-ikutan, keingin tahuan, sekedar ingin merasakan, kesepian, agar terlihat gaya, meniru orang tua, iseng, menghilangkan ketegangan, agar tidak dikatakan banci, lambang kedewasaan, mencari inspirasi. Alasan lain juga sebagai penghilang stres, penghilang jenuh, gengsi, pengaruh lingkungan, anti mulut asam, pencuci mulut, kenikmatan (Prihatiningsih et al., 2020)⁴.

Bahaya merokok bagi kesehatan remaja bersifat multidimensi, meliputi kerusakan organ vital, gangguan perkembangan otak, dan ketergantungan psikologis. Karena otak dan tubuh remaja masih dalam tahap pertumbuhan, dampak negatif rokok jauh lebih signifikan dibandingkan pada orang dewasa. Pencegahan dini melalui edukasi, regulasi penjualan, dan dukungan lingkungan yang sehat merupakan langkah krusial untuk memutus mata rantai bahaya ini.

Pengetahuan tentang kesehatan mendukung terbentuknya sikap yang baik terhadap hal-hal yang dapat meningkatkan kesehatan. Pengetahuan juga berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Pengetahuan individu akan kesehatan, akan mendukung terbentuknya pengetahuan keluarga. Pengetahuan akan kesehatan juga akan mendukung terbentuknya perilaku sehat mandiri. Suryani dan Kursiah (2020)⁵. Pengetahuan merupakan unsur fundamental bagi perkembangan manusia, sebab melalui pengetahuan seseorang dapat memahami realitas, membedakan benar dan salah, serta mengambil keputusan yang tepat. Dalam kajian filsafat ilmu, hakikat pengetahuan tidak hanya dipahami sebagai kumpulan informasi, tetapi sebagai hasil proses intelektual manusia untuk menangkap objek-objek yang dipelajari secara rasional dan sistematis. Sejumlah peneliti modern menyebutkan bahwa pengetahuan tidak lahir begitu saja, tetapi terbentuk melalui interaksi aktif antara subjek yang mengetahui dan objek yang diketahui. Pengetahuan hadir karena akal menangkap realitas, lalu memprosesnya melalui pengalaman empiris dan dibarengi dengan keyakinan serta nilai yang dianut manusia. Artinya, sumber pengetahuan tidak hanya bertumpu pada

rasio, tetapi juga pada pengalaman dan nilai transendental seperti agama dan wahyu sebagai aspek epistemik. Dengan demikian, proses mengetahui merupakan pertemuan antara dunia internal manusia dan fakta eksternal yang kemudian diolah menjadi pengetahuan yang bernilai dan bermakna (Rahmadi dkk 2021)⁶.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif, di mana remaja dilibatkan secara aktif dalam setiap proses kegiatan. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan kemampuan remaja tentang bahaya merokok. Partisipasi aktif remaja diharapkan dapat menciptakan suasana belajar yang interaktif, menyenangkan, dan bermakna. Selain itu, kegiatan ini juga melibatkan tenaga pendidik, orang tua, serta tokoh masyarakat untuk memperkuat dukungan lingkungan dalam upaya meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya merokok.

Pengabdian ini dilakukan pada Bulan April di Kampus SMPN 8 Binjai . Kegiatan ini dilakukan dengan pelaksanaan edukasi kesehatan. Sasaran dalam pengabdian ini adalah remaja SMP kelas VIII. Tahap kegiatan ini adalah

a. Persiapan

Tahap ini mencakup:

- Koordinasi dengan pihak sekolah, menentukan waktu serta tempat kegiatan.
- Survei awal untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap remaja terhadap bahaya merokok.
- Penyusunan materi edukasi yang meliputi:
 - Pengertian merokok.
 - Bahaya merokok.
 - Risiko dan dampak merokok (fisik, psikologis, sosial, dan spiritual).
 - Upaya pencegahan melalui pengendalian diri dan nilai moral.
- Persiapan media edukasi seperti poster, leaflet, power point, dan video pendek.

b. Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan selama satu hari dengan metode:

1. Ceramah Interaktif
Pemaparan materi oleh tim pengabdian dan tenaga kesehatan mengenai bahaya merokok.
2. Diskusi Kelompok (Focus Group Discussion)
Remaja dibagi dalam beberapa kelompok kecil untuk membahas topik tertentu, seperti “tekanan teman sebaya” atau “bahaya untuk diri sendiri dan orang lain.”
3. Role Play (Simulasi Kasus)
Peserta memerankan skenario kehidupan remaja untuk melatih kemampuan menolak ajakan merokok.
4. Kuis dan Games Edukatif
Meningkatkan antusiasme dan menilai pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan.

Evaluasi dilakukan untuk mengukur efektivitas kegiatan:

- **Pre-test dan Post-test** untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta.
- **Kuesioner kepuasan** untuk menilai penerimaan peserta terhadap metode kegiatan.

- **Observasi langsung** untuk melihat partisipasi dan respon selama kegiatan berlangsung.

LAPORAN KEGIATAN

Persiapan melakukan koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan materi, dan pembuatan media edukasi. Pelaksanaan dilakukan kepada remaja yang baru lulus sekolah menengah atas. Sosialisasi dan Penyuluhan: materi tentang kesehatan reproduksi, bahaya seks bebas, dan literasi digital. Diskusi Interaktif & Tanya Jawab: mengajak remaja terlibat aktif. Media Edukasi: penggunaan poster, leaflet, dan video pendek. Bagian ini menyajikan persiapan yang dilakukan saat kegiatan, Pelaksanaan kegiatan dan tindak lanjut kegiatan. Penyusunan laporan tentang kegiatan.

Peserta menunjukkan keinginan tahanan yang tinggi selama kegiatan berlangsung. Melalui diskusi dan simulasi, peserta mampu melakukan identifikasi situasi berisiko dan memahami cara menolak

ajakan yang tidak sehat. Selain itu, pembentukan peer educator menjadi langkah strategis dalam menjaga keberlanjutan program edukasi bahaya merokok

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian masyarakat dengan tema edukasi bahaya merokok pada remaja upaya pencegahan merokok terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran terhadap bahaya merokok. Edukasi yang dilakukan secara interaktif dapat membantu remaja menginternalisasi nilai-nilai positif dan meningkatkan keterampilan dalam mengambil keputusan sehat. Kegiatan ini diharapkan dapat berlanjut dengan dukungan dari keluarga, dan masyarakat untuk membentuk generasi muda yang sehat, produktif, dan berakhlak mulia.

Kegiatan edukasi bahaya merokok pada remaja terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan bahaya merokok. Melalui metode interaktif dan partisipatif, peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga termotivasi untuk menjaga diri dan lingkungan dari perilaku berisiko.

Bagian ini menyajikan hasil pengabdian yang meliputi luaran/fokus utama kegiatan baik langsung atau tidak langsung dengan mengaitkan sumber rujukan yang relevan Dokumentasi yang relevan dengan menyajikan foto, tabel, grafik, bagan atau gambar, keunggulan dan kelemahan luaran, tingkat kesulitan pelaksanaan kegiatan.

PENUTUP

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi bahaya merokok pada remaja merupakan langkah strategis untuk mencegah perilaku merokok dan dampak negatifnya. Dengan pelaksanaan yang terencana, diharapkan dapat menumbuhkan generasi muda yang sehat, cerdas, dan berakhlak.

Saran

Diharapkan pemberian edukasi bahaya merokok lebih ditingkatkan dan memberikan kepada usia meranjak dewasa. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan di sekolah-sekolah lain. Orang tua dan guru perlu dilibatkan secara aktif dalam memberikan edukasi bahaya merokok bagi kesehatan. Diperlukan dukungan dari instansi terkait untuk

menyediakan layanan konseling remaja.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sigalingging, G., dan Sianturi, I. A. (2019). Hubungan Teman Sebaya dengan Perilaku Seksual Remaja di SMK Medan Area Medan Sunggal. *Jurnal Darma Agung Husada*
 2. Thomas, R. E., Baker, P. R., Thomas, B. C., & Lorenzetti, D. L. (2015). Family-based programmes for preventing smoking by children and adolescents. *Primary Health Care Research and Development*. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD004493.pub3>
 3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
 4. Prihatiningsih, D., Devhy, N. L. P., Purwanti, I. S., Bintari, N. W. D., & Widana, A. G. O. (2020). Penyuluhan bahaya rokok untuk meningkatkan kesadaran remaja mengenai dampak buruk rokok bagi kesehatan di SMP Tawwakal Denpasar. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(1), 50–58. <https://doi.org/10.31596/jpk.v3i1.67>
 5. Suryani, K. W. N. (2020). Hubungan pengetahuan dengan perilaku masyarakat dalam membuang sampah di Sungai Sago Pekanbaru. *Dinamika Lingkungan Indonesia*.
 6. Rahmadi, dkk. (2021). Sumber-sumber pengetahuan dalam perspektif epistemologi Islam. *Al-Fikra: Jurnal Studi Islam*, 9(2).
-

