

Dikirim : 15 Desember 2023
Direvisi : 25 Desember 2023
Disetujui : 02 Januari 2024

ICJ
(Initium Community Journal)
Online ISSN : 2798-9143
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>

INITIUM COMMUNITY JOURNAL

<https://journal.medinerz.org/index.php/ICJ>

e-ISSN : 2798-9143

Kata kunci : merokok, zat kimia beracun
Keywords : *smoking, toxic chemicals*

Korespondensi Penulis:
Elvi Murniasih
MurniasihElvi.murniasih77@gmail.com



ROKOK DAN DAMPAKNYA TERHADAP KESEHATAN

Elvi Murniasih¹⁾, Acep Renal²⁾, Rosmian³⁾, Septi⁴⁾

^{1,2,3,4)} Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Awal Bros

e-mail: elvi.murniasih77@gmail.com

ABSTRACT

Smoking is a common habit in various circles of society, although many people are aware of its dangers. Cigarettes contain more than 4000 toxic chemicals, including nicotine, carbon monoxide, and various other dangerous compounds. Even though the negative impacts of smoking have been widely publicized, the prevalence of smoking in Indonesia continues to increase from year to year. Smoking not only endangers the health of active smokers, but also those around them who are exposed to cigarette smoke (passive smoking). In fact, children are starting to be affected and start smoking at a very young age. Data from the World Health Organization (WHO) shows that tobacco causes more than 5 million deaths every year, with predictions that will increase to 10 million deaths by 2020, with most victims coming from developing countries. Indonesia, as one of the largest cigarette consumers in the world, faces serious challenges related to the health and economic impacts of smoking habits. More effective prevention efforts are needed to reduce the prevalence of smoking and protect society from its negative impacts.

Keywords: smoking, toxic chemicals

ABSTRAK

Merokok merupakan kebiasaan yang lazim dilakukan di berbagai kalangan masyarakat, meskipun banyak yang mengetahui akan bahayanya. Rokok mengandung lebih dari 4000 zat kimia beracun, termasuk nikotin, karbon monoksida, dan berbagai senyawa berbahaya lainnya. Meskipun dampak negatif merokok telah dipublikasikan secara luas, prevalensi merokok di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun. Merokok tidak hanya membahayakan kesehatan perokok aktif, tetapi juga orang-orang di sekitarnya yang terpapar asap rokok (perokok pasif). Bahkan, anak-anak sudah mulai terpengaruh dan mulai merokok di usia yang sangat muda. Data dari World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa tembakau menyebabkan lebih dari 5 juta kematian setiap tahunnya, dengan prediksi akan meningkat menjadi 10 juta kematian pada tahun 2020, dengan sebagian besar korban berasal dari negara-negara berkembang. Indonesia, sebagai salah satu konsumen rokok terbesar di dunia, menghadapi tantangan serius terkait dampak kesehatan dan ekonomi dari kebiasaan merokok. Upaya pencegahan yang lebih efektif diperlukan untuk mengurangi prevalensi merokok dan melindungi masyarakat dari dampak negatifnya.

Kata Kunci : Merokok, zat kimia beracun

A. Pendahuluan

Merokok merupakan salah satu kebiasaan yang lazim dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dimanapun tempat selalu ditemukan orang merokok baik laki-laki, perempuan, anak kecil, anak muda, orang tuastatus kaya atau miskin tanpa terkecuali. Padahal sebagian besar masyarakat sudah mengetahui bahaya dari merokok namun pada kenyataannya merokok telah menjadi kebudayaan (Tarwoto, dkk, 2020). Dalam rokok terkandung tidak kurang dari 4000 zat kimia beracun. Zat kimia yang dikeluarkan ini terdiri komponen gas (85%) dan partikel. Nikotin, gas karbonmonoksida, nitrogen oksida, hidrogen sianida, amoniak, akrolein, asetilen, benzaldehid, urethan, benzen, methanol, kumarin, 4-etilkatekol, ortokresol, dan perylene adalah sebagian dari beribu ribu zatdi dalam rokok. Di masa sekarang ini, merokok merupakan suatu pemandangan yang sangat tidak asing. Kebiasaan merokok dianggap dapat memberikan kenikmatan bagi si perokok, namun dilain pihak dapat menimbulkan dampak buruk bagi si perokok sendiri maupun orang-orang disekitarnya.

Para perokok sudah mengetahui akan dampak dan bahaya merokok, namun masih tetap saja melakukan aktivitas tersebut. Berbagai pihak sudah sering mengeluhkan ketidak nyamanannya ketika berdekatan dengan orang yang merokok, terbukti bahwa bahaya merokok bukan saja milik perokok tetapi juga berdampak pada orang - orang disekelilingnya (Permathic, 2012). Rokok merupakan salah satu penyebab terjadinya masalah kesehatan yang banyak dialami oleh masyarakat. Banyak penelitian yang membuktikan bahwa kebiasaan merokok dapatmeningkatkan resiko timbulnya berbagai macam penyakit seperti penyakit jantung, gangguan pembuluh darah, kanker paru- paru, kanker rongga mulut, kanker laring, kanker esofagus, bronkhitis, tekanan darah tinggi, impotensi, serta gangguan kehamilan dan cacat pada janin. Meskipun masyarakat mengetahui mengenai bahaya rokok bagi kesehatan, angka konsumsi rokok di Indonesia semakin tahun semakin meningkat. Bahaya rokok

tidak hanya dirasakan oleh si perokok tetapi juga dirasakan oleh Secondhand-Smoke atau yang biasa disebut dengan perokok pasif, yaitu orang-orang yang berada disekitar perokok aktif sehingga turut menghirup berbagai senyawa kimia yang terkandung dalam asap rokok (Rusip, 2011). Bahkan saat ini bukan hanya orang dewasa saja yang aktif merokok namun sudah banyak terlihat anak-anak dengan seragam SMP bahkan SD mulai merokok di kota-kota besar di Indonesia. Hal ini tidak terlepas dari peran serta orang dewasa yang merokok.

Berbagai kandungan zat yang terdapat di dalam rokok memberikan dampak negatif bagi tubuh penghisapnya, masalah ini masih sulit diselesaikan hingga saat ini. Berbagai dampak dan bahaya merokok sebenarnya sudah dipublikasikan kepada masyarakat, namun kebiasaan merokok masyarakat Indonesia masih sulit untuk dihentikan, terbukti dari data WHO pertumbuhan rokok Indonesia pada periode 2000-2008 adalah 0.9 % per tahun (Triyono, 2009). Menurut World Health Organization (WHO), tembakau membunuh lebih dari 5 juta orang per tahun dan diproyeksikan akan membunuh 10 juta orang sampai tahun 2020, dari jumlah itu 70% korban berasal dari negara berkembang yang didominasi oleh kaum lakilaki sebesar 700 juta terutama di Asia. WHO memperkirakan 1,1 miliar perokok dunia berumur 15 tahun ke atas yaitu sepertiga dari total penduduk dunia. Indonesia menduduki peringkat ke-5 dalam konsumsi rokok di dunia setelah China, Amerika Serikat, Jepang dan Rusia (Tarwoto, dkk, 2020). Menurut PP. No. 19 mengatakan bahwa tingkat kematian akibat kebiasaan merokok di Indonesia telah mencapai 57.000 orang pada setiap tahunnya dan mencapai 4.000.000 kematian di dunia setiap tahunnya. Pada tahun 2030 diperkirakan tingkat kematian akibat konsumsi tembakau akan mencapai 10.000 orang tiap tahunnya, dengan sekitar 70% terjadi di negara-negara berkembang termasuk Indonesia (Saktyoati, 2018).

B. Metode Kegiatan

Adapun prosedur pelaksanaan kegiatan ini dilakukan menjadi tiga tahap. Pertama, pelaksana menyampaikan izin kegiatan di lokasi mitra dan tahap kedua pelaksana menyiapkan responden pada lokasi sasaran bersama mitra, kemudian melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan prosedurnya:

- 1) Tim melakukan pengukuran tingkat pengetahuan masyarakat tentang bahaya merokok dengan membagikan kuesioner pre test, kuesioner terdiri dari 10 item pertanyaan;
- 2) Melakukan penyuluhan tentang bahaya merokok;
- 3) Kemudian tim memberikan kuesioner post test;

Dikirim : 15 Desember 2023
Direvisi : 25 Desember 2023
Disetujui : 02 Januari 2024

ICJ
(Initium Community Journal)
Online ISSN : 2798-9143
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>



C. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan yang dilakukan sudah sesuai dengan rencana kegiatan pada POA yaitu penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok dan pembuatan poster bahaya Merokok. Kegiatan ini dilakukan di rumah warga pak Lah Singgah Kelurahan tg. Riau wilayah kerja Puskesmas Sekupang pada hari jumat, 26 Mei 2023 dengan dihadiri audiens sebanyak 16 responden dengan karakteristik sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden Penyuluhan Bahaya Merokok

No	Variabel	Frekuensi	Presentase
1	Usia		
	a. Usia pertengahan (45-54)	12	48 %
	b. lansia (55-65)	7	28%
	c. Lansia tua (>65)	6	24%
	Total	25	100%
2	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	18	72%
	b. Perempuan	7	28%
	Total	25	100%
3	Pendidikan		
	a. SD	8	32%
	b. SMP	7	28%
	c. SMA	10	40%
	Total	25	100%
4	Pekerjaan		
	a. Swasta	5	20%
	b. Wiraswasta	8	32%
	c. Tidak bekerja	12	48%
	Total	25	100%

Adapun prosedur pelaksanaan kegiatan ini dilakukan menjadi tiga tahapan. Pertama, pelaksana menyampaikan izin kegiatan di lokasi mitra dan tahap kedua pelaksana menyiapkan responden pada lokasi sasaran bersama mitra, kemudian melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat. Setelah dilakukan implementasi penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok dan pemasangan poster bahaya merokok di area rumah warga didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Pre test dan Post Test penyuluhan bahaya merokok

Variabel	Pre test		Post test	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Sangat baik	-	-	15	60 %
Baik	1	4%	8	32 %
Cukup baik	6	24%	2	8 %
Kurang baik	15	60%	-	-
Tidak baik	3	12%	-	-
Total	25	100%	25	100%

Berdasarkan **tabel 2.** Didapatkan bahwa tingkat pengetahuan responden mengalami kenaikan setelah dilakukannya edukasi tentang Bahaya merokok. Hal ini berarti terdapat perubahan tingkat pengetahuan responden dimana sebelum dilakukannya edukasi Bahaya merokok mayoritas tingkat pengetahuan responden tentang Bahaya merokok berada pada tingkat kurang baik yaitu sebanyak 60% dan setelah dilakukannya edukasi Bahaya merokok terjadi peningkatan pengetahuan dimana lebih dari separuh responden berada pada tingkat pengetahuan sangat baik atau sebanyak (60%).

D. Kesimpulan Dan Saran

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan hasil tingkat pengetahuan masyarakat tentang bahaya merokok dimana sebelum dilakukannya edukasi, mayoritas tingkat pengetahuan responden tentang rokok berada pada tingkat kurang baik yaitu sebanyak 60% dan setelah dilakukannya edukasi rokok terjadi peningkatan pengetahuan dimana lebih dari separuh responden berada pada tingkat pengetahuan sangat baik atau sebanyak (60%). Bagi tenaga pelayanan Kesehatan dan tenaga Kesehatan diharapkan pengabdian masyarakat ini dapat digunakan sebagai rekomendasi agenda kegiatan untuk memberikan penyuluhan mengenai bahaya merokok.

E. Daftar Pustaka

- Anggraini Okta. 2009. Pengaruh Stimulus Iklan Rokok Terhadap Persepsi Organism Dan Perilaku Merokok Usia Remaja Awal Di Kabupaten Banyuwangi. [Skripsi]. Surabaya : Fakultas Kesehatan Masyarakat UNAIR.
- Aula ,L Elisabet. 2010. Stop Merokok. Jogjakarta: Garailmu
- Fatimah Nurul. 2010. Hubungan Terpaan Iklan Produk Rokok Di Televisi Dan Tingkat Konformitas Kelompok Sebaya Terhadap Kecenderungan Perilaku Merokok. [Skripsi]. Semarang: Fakultas Ilmu Komunikasi UNDIP
- Kemenkes. 2011. Pedoman Pengembangan Kawasan Tanpa Rokok. Jakarta: Pusat promosi Kesehatan
- Setiyowati Novia. 2018. Daya Tarik Iklan Produk Rokok Gudang Garam Merah Di Televisi. [Skripsi]. Yogyakarta : Fakultas Ekonomi UGM

Dikirim : 15 Desember 2023
Direvisi : 25 Desember 2023
Disetujui : 02 Januari 2024

ICJ
(Initium Community Journal)
Online ISSN : 2798-9143
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>

- Sunggoro Agus Jati. 2016. Hubungan Paparan Iklan Dengan Perilaku Merokok Remaja Di SMA Kota Yogyakarta. Yogyakarta: [Skripsi]. Fakultas kedokteran UGM.
- Wismanto, Bagus. 2018. Strategi Penghentian Perilaku Merokok. Semarang: Universitas katolik soegijapranata.