

Pendampingan Kader dalam Sosialisasi Stop Merokok di Lingkungan

Pondok PP. Al Hikam Bangkalan

Dewi Masithah^{a}, Warda El Maida R^b, M. Fifi Kombih^c, Siti Nur Hasina^d,
Sabania Hari Raharjeng^e, Rima Putri Permata Sari^f, Syahrul Gusnaldi Prawidya^g,
Nihazzatuzzain^h, Shinta Maulydiyah Basukiⁱ, Roosyidah^j
^{a,b,c,d,e,f,g,h,i,j} Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Kota Surabaya, Indonesia*

**corresponding author: dewi.masithah@unusa.ac.id*

Abstract

Indonesia merupakan negara dengan 76,2% penduduk yang merokok, yang mana di dunia menduduki nomor 1 dengan perokok terbanyak. Kelompok usia yang merokok, tertinggi pada kelompok usia 15-19 tahun, atau bisa disebut usia remaja. Pondok pesantren ialah tempat proses belajar mengajar terutama untuk belajar agama, yang mana menerapkan lingkungan bebas rokok. Akan tetapi, pada kenyataannya, masih banyak dijumpai perilaku merokok di lingkungan tersebut. Oleh sebab itu, masih diperlukan sosialisasi dan penyuluhan mengenai Stop Merokok. Kegiatan sosialisasi dan penyuluhan ini diikuti oleh santri pondok pesantren Al Hikam. Yang mana terdapat 2 tahap kegiatan yakni pra-kegiatan, dan pelaksanaan. Dengan menggunakan media powerpoint sosialisasi dilakukan. Angka keberhasilan dari kegiatan ini dapat dilihat dari keantusiasmean para santri serta nilai dari post test yang dilakukan di akhir kegiatan. Diharapkan dengan diadakannya kegiatan ini, pengetahuan para santri jadi lebih banyak serta bisa melakukan pencegahan serta dapat membagikan banyak informasi kepada penghuni pondok pesantren oleh kader.

Keywords: Pendampingan, Kader, Stop Merokok, Sosialisasi, Pondok Pesantren.

1. Pendahuluan

Indonesia merupakan negara dengan 76,2% penduduk yang merokok, yang mana di dunia menduduki nomor 1 dengan perokok terbanyak. Sesuai data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di tahun 2018, banyak penduduk yang merokok di usia ≥ 10 tahun. Di Indonesia sendiri, provinsi Jawa Barat menduduki nomor pertama dengan jumlah perokok terbanyak.

(Rase, dkk., 2021). Untuk Jawa Timur sendiri, jumlah perokok di usia remaja cukup tinggi sehingga menempati di peringkat ke-16 di Indonesia (Almaidah dkk., 2021).

Berdasarkan data pada WHO di tahun 2011, terdapat 72,2% orang menyadari peringatan bahaya merokok. Tetapi hanya 27,1% yang berniat untuk berhenti merokok (Almaidah dkk., 2021). Prevalensi orang yang mengonsumsi tembakau semakin hari bertambah banyak. Pada laki-laki, sekitar 62,9% dibandingkan perempuan yang jumlahnya 4,8%, disimpulkan bahwa perokok laki – laki lebih banyak dibandingkan perempuan. Sedangkan untuk kelompok usia yang merokok, tertinggi pada kelompok usia 15-19 tahun, atau bisa disebut usia remaja, ada sekitar 55,4% banyaknya. Sedangkan pada usia 20 – 24 tahun, sekitar 16,6%. Data tersebut berdasarkan data yang masuk di tahun 2013 (Rase, dkk., 2021).

Usia remaja merupakan usia untuk pencarian jati diri, sehingga lebih banyak orang di usia tersebut memilih untuk mencoba – coba hal yang baru, salah satunya ialah merokok. Maka dari itu pentingnya pengawasan lebih di kelompok usia tersebut, terutama di lingkungan sekolah maupun pondok pesantren. Pada remaja, mereka memiliki sudut pandang yang berbeda dengan dewasa, mereka beranggapan bahwasanya memiliki perilaku merokok dianggap sebagai tren menunjukkan suatu keunggulan, suatu hal yang keren, sehingga dapat meningkatkan rasa kepercayaan diri pada seseorang, serta mereka juga beranggapan bahwa merokok dapat memberikan ketenangan diri di saat stress (Handayani, 2019).

Sebuah penelitian menjelaskan bahwa para remaja yang mulai merokok yaitu rata - rata peralihan masa kanak – kanak ke masa remaja yang mana banyak menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan sosial. Di keadaan tersebut akan membuat anak merasa ingin diakui sebagai orang dewasa, maka dari itu muncullah sikap – sikap seperti merokok (Almaidah, dkk., 2021).

Berdasarkan WHO (World Health Organization) di tahun 2019, tembakau yang ada di dalam rokok telah membunuh lebih dari 8 juta orang dengan perokok aktif di dunia pertahunnya. Sedangkan untuk perokok pasif, sekitar 1,2 juta kematian (Almaidah, dkk., 2021).

Anak di usia remaja yang mencoba merokok, dapat menyebabkan masalah di kesehatan di kemudian hari. Menurut penelitian yang dilakukan Global Youth Tobacco, tingkat prevalensi

perokok usia remaja di Indonesia sangat mengkhawatirkan. Menurut hasil RISKESDAS di tahun 2013, rerata batang rokok yang dihisap oleh penduduk usia ≥ 10 tahun di Indonesia ialah sekitar 12,3 batang yang setara 1 bungkus banyaknya. Sedangkan di daerah Bangka Belitung rata – rata batang rokok yang dihisap paling banyak adalah 18 batang (Handayani, 2019).

Maka dari itu, kematian yang diakibatkan rokok di Indonesia mencapai 9,8% dengan penyakit paru kronik dan emfisema pada tahun 2001. Tak hanya itu, stroke juga menyumbang angka 5% kematian yang diakibatkan karena rokok. Sekitar 40,3 juta anak lebih telah terpapar asap rokok di lingkungan sekitarnya, sehingga banyak anak sekarang yang mengalami keterlambatan pada pertumbuhan, dan muda mengalami infeksi saluran pernafasan, infeksi pada telinga, dan tidak sedikit yang terkena asma. Meningkatnya angka kematian yang ada di Indonesia, berbanding lurus dengan jumlah perokok di usia remaja setiap tahunnya yang selalu meningkat (Handayani, 2019).

Pondok pesantren ialah tempat proses belajar mengajar terutama untuk belajar agama, yang mana menerapkan lingkungan bebas rokok. Akan tetapi, pada kenyataannya, masih banyak dijumpai perilaku merokok di lingkungan sekolahnya maupun di lingkungan pesantren. Karena merokok sudah menjadi kebiasaan sehari – hari di semua usia terutama usia remaja, sehingga merokok di usia sekolah atau remaja merupakan hal yang sudah turun – temurun dan menjadi hal yang tidak tabuh lagi (Khoirunnisa, 2019).

Penelitian yang telah dilakukan di Pondok Pesantren Raudlatut Thalibin Rembang, terdapat 77,7% santri yang merokok. Terdapat beberapa faktor alasan mengapa hal itu dapat terjadi, yakni akibat lingkungan pergaulan yang salah, dan juga serta pengurus pondok pesantren yang masih merokok di area pesantren. Sehingga, para santripun menganggap hal itu menjadi biasa dan kemudian hari para santripun meniru. Selain hal itu, tidak adanya komitmen yang diutamakan untuk menjadikan lingkungan pesantren yang bebas dari asap rokok (Khoirunnisa, 2019).

Dengan hal – hal yang dijabarkan di atas, ditulislah karya ilmiah ini guna untuk memberikan informasi bagi pembaca mengenai perilaku merokok di usia remaja terutama di pondok pesantren, serta dampak – dampak yang didapatkan pada perilaku merokok.

2. Metode

Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan tersebut, maka kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk sosialisasi dan penyuluhan secara langsung di Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan. Penyuluhan tersebut dilakukan dengan judul “Stop Merokok di Lingkungan Pondok PP. Al Hikam Bangkalan”. Selain adanya kegiatan sosialisasi dan penyuluhan, terdapat pula kegiatan pendampingan kader dalam sosialisasi “Stop Merokok”. Dalam hal ini, tim dari UNUSA membentuk sebuah kader “Stop Merokok” di pondok pesantren Al Hikam Bangkalan, yang diharapkan setelah terbentuknya kader, sosialisasi dan penyuluhan tentang “Stop Merokok” tetap rutin dilakukan oleh kader.

Untuk kegiatan sosialisasi dan penyuluhan ini dilakukan secara langsung tanggal 21 Mei 2022. Sosialisasi yang dilaksanakan pada pengabdian masyarakat ini terdiri dari 2 tahap. Tahap yang pertama ialah pra-kegiatan, kegiatan berupa identifikasi penghuni di pondok pesantren Al Hikam Bangkalan, serta pencatatan nama – nama yang akan menjadi sasaran sebagai peserta sosialisasi dan penyuluhan guna pendataan, serta melakukan rapat koordinasi antara tim pengabdian masyarakat UNUSA dengan pihak pondok pesantren.

Pada tahap yang kedua yakni pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, kegiatan tersebut berupa sosialisasi dan penyuluhan terhadap materi “Stop Merokok”, pembentukan kader di pondok pesantren, serta pendampingan kader untuk diberikan pengarahan untuk meningkatkan pengetahuan dan keahlian dalam melakukan sosialisasi dan penyuluhan. Detail materi yang diberikan untuk para santri ialah pentingnya menjauhi perilaku merokok dan penting adanya penerapan kawasan tanpa rokok di lingkungan pondok pesantren.

Kegiatan sosialisasi dan penyuluhan sendiri menggunakan peralatan berupa LCD untuk menunjang keberhasilan penyuluhan. Sasaran diadakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini ialah para santri dan seluruh penghuni pondok pesantren Al Hikam Bangkalan.

Dalam pembentukan kader dari yang sudah dicatat dan disepakati, para kader akan diberikan pengarahan untuk meningkatkan pengetahuan dan keahlian dalam melakukan sosialisasi. Kader yang dipilih merupakan santri dan santriwati yang aktif dan antusias saat dilaksanakannya sosialisasi dan penyuluhan.

3. Hasil dan Diskusi

Tim Pengusul terlebih dahulu merujuk pada beberapa kajian serta sumber terkait dengan rokok, perilaku merokok, kawasan tanpa rokok, serta bidang ilmu yang relevan. Solusi berupa pengadaan sosialisasi ditujukan karena pondok pesantren menjadi salah satu tempat berlangsungnya pendidikan. Sehingga, dalam upaya pencegahan maka kami tim pengusul melakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Tepatnya pelaksanaan ini dilakukan di salah satu Pondok Pesantren yakni Ponpes Al Hikam Bangkalan.

Pondok Pesantren menjadi salah satu tempat yang mayoritas keseluruhan penghuninya dihuni oleh kelompok umur remaja, yang rentan akan masa transisi. Pencegahan melalui sosialisasi menjadi langkah edukatif yang dapat membantu masyarakat untuk lebih memahami hal-hal yang masih dihiraukan oleh mereka. Namun tentunya juga tetap harus memperhatikan siapa kah yang menjadi target, sehingga metode atau model yang digunakan dapat sesuai dengan sasaran yang dituju, dalam penelitian ini yakni anak-anak. Terbangunnya komunikasi dan penambahan pengetahuan setelah kegiatan dilaksanakan menjadikan kedua hal yang menjadi luarannya. Terlebih lagi diselingi dengan adanya praktek, menjadikan bahwa pemberian edukasi juga butuh adanya realisasi secara langsung.

Sekitar 20 santri pondok pesantren Al Hikam Bangkalan mendapatkan pendampingan dari tim pengmas (Pengabdian Masyarakat) untuk menjadi kader “Stop Merokok”. Santri diajarkan bagaimana cara untuk memberikan sosialisasi kepada santri dan penghuni pondok tentang perilaku merokok. Para kader diajarkan melalui power point yang berisikan bagaimana cara seseorang dalam membuat promosi kesehatan. Selain itu, untuk mengadakan sosialisasi, para kaderpun sebelumnya akan diberikan materi mengenai merokok. Materi berupa definisi dari perokok itu sendiri baik perokok aktif maupun pasif, hingga bagaimana dampak – dampak yang akan terjadi jika merokok.

Para kader sangat antusias dengan adanya sosialisasi dan pembuatan kader. Karena dengan ini, para santri memiliki kesempatan bagaimana berkomunikasi dengan baik terhadap khalayak umum, selain itu juga para kader mendapatkan materi terlebih dahulu sehingga bisa memberikan informasi serta ilmu kepada santri – santri yang lain.

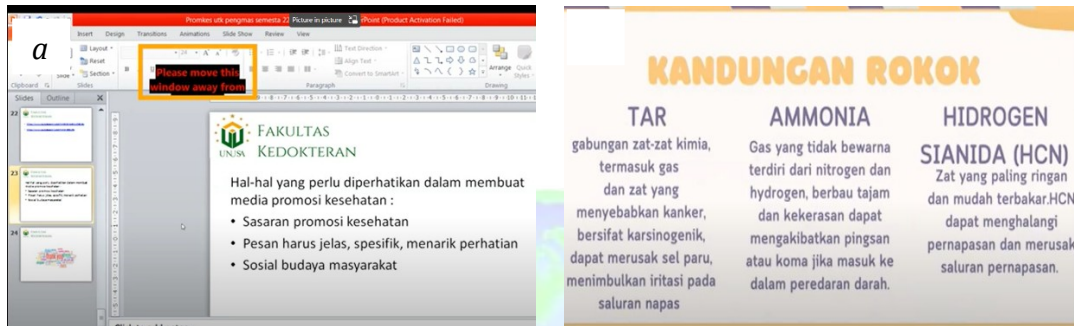
Dengan diberikannya materi mengenai rokok, para santri jadi lebih paham akan bahayanya, hal itu dapat dilihat dari antusiasmenya serta hasil dari post test yang diadakan di akhir kegiatan.

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan pendekatan observasi terhadap kelompok sasaran, dalam hal ini yakni penghuni Pondok Pesantren Al Hikam Bangkalan. Selain itu akan didapat hasilnya melalui post test.

Tabel 1. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

No.	Kegiatan	BULAN												
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	Survei awal		■											
2	Identifikasi masalah		■	■										
3	Koordinasi dengan mitra		■	■	■									
4	Persiapan alat dan bahan		■	■	■	■								
5	Pelaksanaan pemeriksaan kesehatan		■	■	■	■	■							
6	Evaluasi kegiatan								■	■				
7	Pembuatan laporan								■	■	■			
8	Publikasi										■	■		

b



Gambar. 1 (a) Materi promosi kesehatan; (b) Materi tentang rokok

Selain materi dalam bentuk powerpoint, tim dari UNUSA juga membagikan sebuah poster guna mempermudah para kader memberikan penyuluhan, tanpa takut materi yang dibawakan tidak berliterasi. Poster – poster dapat digandakan oleh para kader, yang kemudian dapat ditempel di lingkungan pondok pesantren.

Gambar 2. poster edukasi tentang merokok



4. Kesimpulan

Indonesia merupakan negara dengan 76,2% penduduk yang merokok, yang mana di dunia menduduki nomor 1 dengan perokok terbanyak. Prevalensi terbanyak jatuh pada usia remaja yakni di atas 10 tahun, yang mana usia peralihan anak – anak menjadi remaja merupakan

usia pencarian jati diri sehingga sering halnya di usia tersebut banyak yang ingin mencoba – coba melakukan hal yang baru, salah satunya ialah merokok. Maka dari itu, sosialisasi serta penyuluhan dari tim pengmas UNUSA ke pondok pesantren Al Hikam guna mencegah semakin banyaknya usia remaja yang merokok. Dan dengan adanya kegiatan sosialisasi dan penyuluhan tentang merokok, para santri dapat update ilmu dan membagikan ke lingkungan pondok pesantren guna menciptakan lingkungan bebas rokok.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya terdapat pihak-pihak yang terlibat dari Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya dan PP Al Hikam Bangkalan atas terselenggaranya pengabdian masyarakat ini.

Referensi

- Almaidah, F., Khairunnisa, S., Sari, P., Deidora Chrisna, C., Firdaus, A., Kamiliya, Z. H., Williantari, N. P., Naufal, A., Akbar, M., Putu, L., Pratiwi, A., Nurhasanah, K., & Puspitasari, H. P. (2021). SURVEI FAKTOR PENYEBAB PEROKOK REMAJA MEMPERTAHANKAN PERILAKU MEROKOK. In *Jurnal Farmasi Komunitas* (Vol. 8, Issue 1).
- Handayan, Dwi. (2019). *HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU MEROKOK SANTRIWAN DI PONDOK PESANTREN AL-JIHAD SURABAYA*. (Volume 3, No. 2), September 2019. MTPH Journal.
- Fitriasani, I., Endah Lestari, P., & Rokhma Wati Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember Jln Kalimantan, L. (2017). *Hubungan Merokok Bernikotin terhadap Penurunan Volume Saliva pada Perokok* (Vol. 5, Issue 3).
- Khoirunnisa, A., Nugraha, P., Cahyo Bagian, K., Kesehatan, P., Perilaku, I., & Masyarakat, K. (2019). *BEBERAPA FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PRAKTIK MEROKOK SANTRI DI PONDOK PESANTREN DARUT TAQWA KOTA SEMARANG* (Vol. 7, Issue 1). <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>

Maya Zulfiarini, F., Hary Cahyati, W., Studi Kesehatan Masyarakat, P., Ilmu Kesehatan, F., Ngudi Waluyo, U., Ilmu Kesehatan Masyarakat, J., Ilmu Keolahragaan, F., & Negeri Semarang, U. (2018). 396 *HIGEIA 2 (3) (2018) HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH RESEARCH AND DEVELOPMENT* *Perilaku Merokok pada Remaja Umur 13-14 Tahun*. <https://doi.org/10.15294/higeia/v2i3/26761>

Rase, A. B., Kamalle, S. S., Ain, S. S., Sampe, S., & Zaini, J. (2021). Perilaku Merokok pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Fakultas Pertambangan Universitas Papua, Sorong. *Et al EJKI*, 9(1). <https://doi.org/10.23886/ejki.9.26>

