SIPISSANGNGI
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
https://journal.lppm-unasman.ac.id/index.php/sipissangngi
ISSN(e): 2775-2054

SIPISSANGNGI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

MENINGKATKAN KESADARAN REMAJA TENTANG BAHAYA MEROKOK MELALUI KEGIATAN FGD INTERAKTIF DI DUSUN BATU ANYAR, GERUNG LOMBOK NTB

Article history
Received: 21 Juni 2025
Revised: 22 Juni 2025
Accepted: 27 Juni 2025
DOI: 10.35329/jp.v5i2.6231

[1*]Misro Mulianingsih, [1]Pahri, [1]Aswati, [1]Sopian Khalid

[1]Prodi S1 Keperawatan, Institur Kesehatan Yarsi Mataram

*Corresponding author
misroh.yarsi@gmail.com

Abstrak

Masa remaja merupakan masa yang sensitif dalam permulaan merokok. Merokok yang dimulai pada masa remaja sulit dihentikan, yang menyebabkan merokok seumur hidup. Lebih jauh, kejadian morbiditas fisik terkait merokok meningkat seiring bertambahnya usia saat mulai merokok, sehingga meningkatkan beban penyakit di masa mendatang. Tujuan dari artikel ini adalah untuk meningkatkan kesadaran remaja terhadap bahaya merokok melalui kegiatan FGD Interaktif. Kegiatan yang dilakukan adalah pre-test, penyampaian informasi dan kegiatan FGD terkait kandungan rokok, dampak merokok, pengaruh negatif dan positif teman dan lingkungan terhadap merokok, trik agar bisa mencegah merokok dan berhenti merokok. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada remaja usia 15-19 tahun di dusun Anyar Gerung. Upaya peningkatan kesadaran ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam mencegah perilaku merokok di kalangan generasi muda. Kegiatan ini juga diharapkan jumlah perokok muda dapat ditekan, dan generasi masa depan tumbuh menjadi generasi yang lebih sehat, kuat, dan produktif.

Kata kunci: *bahaya rokok, remaja, kesadaran, edukasi kesehatan, pencegahan*

1. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) mengungkapkan bahwa lebih dari satu miliar orang di seluruh dunia merupakan perokok, dengan lebih dari 80% dari mereka tinggal di negara-negara berkembang. Angka ini menggaris bawahi bahwa merokok masih menjadi masalah kesehatan global yang signifikan dan memerlukan perhatian yang serius dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, lembaga kesehatan, dan masyarakat umum (Darwis et al. 2024). Merokok merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, yang sangat merugikan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat. Sejumlah besar penelitian epidemiologi telah menunjukkan bahwa merokok dapat menyebabkan berbagai penyakit kronis, seperti penyakit kardiovaskular, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik dan telah menjadi penyebab kematian global terbesar kedua setelah hipertensi (Santoro et al. 2019).

Saat ini, diperkirakan ada sekitar satu miliar perokok tembakau di seluruh dunia, yang jumlahnya sekitar 30% dari laki-laki dan 7% dari perempuan. Dalam beberapa tahun terakhir, seiring dengan peningkatan taraf hidup dan perubahan gaya hidup, prevalensi merokok khususnya di kalangan pemuda meningkat; sebuah penelitian menunjukkan bahwa prevalensi merokok di kalangan remaja berusia 15-24

tahun meningkat dari 8,3% pada tahun 2003 menjadi 12,5% pada tahun 2013 (Sheng Xiong et al. 2020).

Masa remaja merupakan masa yang sensitif dalam permulaan merokok. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa lebih dari satu dari lima (20%) remaja merupakan perokok percobaan, hampir satu dari 11 (8,5%) merupakan perokok sesekali, dan 4% merupakan perokok rutin di antara siswa SMP dan SMA Latino/Hispanik di Amerika Serikat (park, 2024). Bahkan, pada usia 18 tahun, sekitar sepertiga remaja telah mencoba merokok, dengan puncak percobaan terjadi antara usia 13 dan 16 tahun (Marcon et al. 2018).

Kebiasaan merokok pada remaja biasanya dimulai sejak remaja, kemudian secara bertahap menjadi kebiasaan sehari-hari di kemudian hari. Merokok yang dimulai pada masa remaja sulit dihentikan, yang menyebabkan merokok seumur hidup. Lebih jauh, kejadian morbiditas fisik terkait merokok meningkat seiring bertambahnya usia saat mulai merokok, sehingga meningkatkan beban penyakit di masa mendatang (Vallata et al. 2021). Selain itu, merokok pada remaja dikaitkan dengan masalah seperti konsumsi alkohol, kecanduan nikotin, kecemasan, penurunan prestasi akademik, dan kekerasan di sekolah (Kundu et al. 2024). Oleh karena itu, pencegahan terhadap kebiasaan merokok pada remaja merupakan komponen penting dalam upaya mengurangi prevalensi merokok secara keseluruhan.

Perilaku merokok di kalangan remaja Indonesia menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat bahwa jumlah perokok aktif di Indonesia mencapai 70 juta orang, dengan 7,4% di antaranya adalah perokok berusia 10–18 tahun. Kelompok usia 15–19 tahun menjadi kelompok perokok terbanyak, yaitu 56,5%, diikuti oleh kelompok usia 10–14 tahun sebesar 18,4% (Kementerian Kesehatan 2023) .

Konsumsi rokok dikalangan remaja telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat (NTB). Berdasarkan data dinas kesehatan NTB tahun 2023 di Provinsi Nusa Tenggara Barat tercatat angka prevalensi merokok remaja sebesar 9,8% sedikit di bawah rata rata nasioal (BPS 2024). Pada tingkat kabupaten Lombok Barat, data dinas kesehatan tahun 2022 menujukan bahwa 8.5% siswa SMA telah mencoba rokok (Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Barat 2023). Dalam analisis sistem pelaksanaan klinik berhenti merokok Puskesmas Gerung tahun 2024, hasil dari kegiatan Follow Up Konseling berhenti merokok ditemukan data 62,5% klien berada pada tingkat motivasi di angka 5 yaitu (sering berpikir untuk berhenti merokok, tetapi tidak punya rencana) dan sebanyak 12,5% klien berada pada tngkat motivasi di angka 6 yaitu (berencana berhenti merokok dalam 6 bulan kedepan).

Fenomena ini didasari oleh beberapa faktor diantaranya tekanan teman sebaya, rasa ingin tahu, setres akademik, serta kurangnya pengetahuan tentang bahaya jangka panjang dari konsumsi zat-zat tersebut. Selain itu, faktor budaya dan lingkungan sosial berperan dalam memengaruhi perilaku remaja terhadap rokok. Studi yang dilakukan oleh sebtiana 2025 menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar remaja memiliki pengetahuan dasar tentang bahaya merokok pemahaman mereka tentang efek jangka panjang dan resiko spesifik masih terbatas. Pengetahuan remaja tentang dampak negatif merokok juga cenderung lebih rendah, yang mengindikasikan perlunya edukasi yang lebih intensif mengenai bahaya merokok terhadap kesehatan (Sebtiana et al. 2025).

Focus Group Discussion merupakan suatu metode yang sering digunakan untuk berdiskusi secara terarah dan dapat memberikan alternatif yang optimal untuk melibatkan peserta yang sulit terjangkau (Wirtz et al. 2019). Beberapa penelitian yang menunjukkan kefektifan pendidikan kesehatan yang mampu meningkatkan pengetahuan. Metode focus grup discussion (FGD) mampu meningkatkan pengetahuan dan lebih efektif (Marsito and Anandhita 2020).

2. METODE

Peserta dalam kegiatan ini terdiri dari remaja berusia 15–19 tahun sejumlah 30 orang yang berdomisili di wilayah Dusun Batu Anyar, Gerung. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatannya adalah:

1. Pre -test : Jumlah soal pre-test berjumlah 15 butir pertanyaan yang terdiri dari kandungan rokok, dampak merokok, pengaruh negatif dan positif teman dan lingkungan terhadap merokok, trik agar bisa mencegah merokok dan berhenti merokok
2. Penyampaian materi yang terkait dengan kandungan rokok, dampak merokok, pengaruh negatif dan positif teman dan lingkungan terhadap merokok, trik agar bisa mencegah merokok dan berhenti merokok
3. FGD (Focus Group Discussion), peserta di bagi dalam 5 kelompok dimana setiap kelompok terdiri dari 7 (tujuh) orang. Setiap kelompok diberikan 1 kasus untuk didiskusikan, setelah itu setiap kelompok secara bergantian akan memaparkan hasil diskusinya dan ditanggapi oleh kelompok lainnya, utuk mendapatkan kesimpulan.
4. Post-test : Jumlah soal post-test berjumlah 15 butir pertanyaan yang terdiri dari kandungan rokok, dampak merokok, pengaruh negatif dan positif teman dan lingkungan terhadap merokok, trik agar bisa mencegah merokok dan berhenti merokok

Hasil analisis data kuantitatif dari pre-test dan post-test dianalisis untuk melihat ada atau tidaknya perbedaan signifikan pada skor pengetahuan dan kesadaran remaja sebelum dan sesudah kegiatan FGD.

Beberapa dokumentasi dari kegiatan FGD untuk meningkatkan kesadaran remaja terkait bahaya merokok dapat dilihat di bawah ini :

Gambar 1. Disuki Kasus dan Penyerahan reward bagi peserta yang aktif

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan FGD mengenai bahaya rokok bertujuan telah mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja terhadap dampak negatif merokok bagi kesehatan, tergambar dari Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test sebagai alat ukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan. Hasil Pre-test

dan Post-test setelah kegiatan :

Tabel 1. di bawah ini menunjukkan perbandingan hasil pre-test dan post-test peserta:

No	Kategori Penilaian	Nilai Pre-test (%)	Nilai Post-test (%)
1	Baik	46,7%	100%
2	Cukup	46,7%	-
3	Kurang	6,6%	-

Dari data tersebut dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan yang signifikan sebelum dan setelah dilakukan kegiatan FGD. Sebelum dilakukan FGD masih ada peserta yang pengetahuannya kurang (6,6%) dan setelah kegiatan FGD semua peserta pengetahuannya dalam kategori baik sejumlah (100%). Hal ini menunjukkan bahwa peserta memiliki pemahaman dasar tentang bahaya merokok, namun masih kurang kuat secara konsep maupun dampak jangka panjangnya. Setelah mengikuti penyuluhan, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta. Sebagian besar peserta memperoleh nilai antara 90–100%, yang masuk dalam kategori "Baik". Peningkatan nilai ini menunjukkan bahwa kegiatan FGD berhasil memberikan tambahan pengetahuan dan meningkatkan kesadaran peserta terhadap bahaya merokok.

Hasil ini membuktikan bahwa metode FGD memungkinkan penggalian persepsi, pengalaman, sikap dan motivasi peserta secara lebih mendalam. Kegiatan pengabdian dengan FGD juga memunculkan perspektif yang beragam karena melibatkan beberapa peserta dalam satu diskusi, akan muncul berbagai sudut pandang yang mungkin tidak muncul jika menggunakan metode yang lain terkait dampak merokok. Kasus FGD yang didiskusikan relevan dengan kehidupan sehari-hari remaja menjadikan materi lebih mudah dipahami dan diingat. Peningkatan pengetahuan yang signifikan ini diharapkan tidak hanya berhenti sebagai informasi, tetapi juga dapat mempengaruhi sikap dan perilaku remaja untuk menjauhi rokok. Dalam jangka panjang, kegiatan semacam ini berpotensi menciptakan generasi yang lebih sadar akan kesehatan dan mampu menjadi agen perubahan di lingkungannya masing-masing. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa strategi dengan menggunakan FGD merupakan strategi preventif yang efektif dalam upaya pencegahan perilaku merokok di kalangan remaja.

4. SIMPULAN

Kegiatan FGD yang dilaksanakan di Dusun Batu Anyar, Gerung berjalan dengan lancar. Hal itu dapat dilihat dari antusias para remaja dalam mengikuti setiap rangkaian kegiatan, seperti selama sesi diskusi, dalam hal menyampaikan pertanyaan, pendapat serta memberikan tanggapan. Alur kegiatan dilaksanakan sesuai dengan waktu yang ditentukan, peserta yang hadir dalam kegiatan 100% dari target 30 peserta yang diharapkan hadir. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test terdapat peningkatan pemahaman terkait kandungan rokok, dampak merokok, pengaruh negatif dan positif teman dan lingkungan terhadap merokok, trik agar bisa mencegah merokok dan berhenti merokok.

Rokok memberikan banyak sekali dampak yang merugikan fisik, mental, dan sosial remaja. Sehingga upaya peningkatan kesadaran mengenai bahaya rokok perlu dilakukan terus menerus yang disesuaikan dengan gaya hidup remaja masa kini. Orang tua dan keluarga juga diharapkan mampu menjadi teladan dalam menciptakan lingkungan bebas rokok dirumah. Dengan begitu, diharapkan jumlah perokok muda dapat ditekan, dan generasi masa depan tumbuh menjadi generasi yang lebih sehat, kuat, dan produktif.

DAFTAR PUSTAKA

BPS, PROV NTB. 2024. 7 BPS Prov NTB PROFIL KESEHATAN Provinsi Nusa Tenggara Barat 2023. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-

8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI.

Darwis, A Muflihah et al. 2024. "Upaya Meningkatkan Kesadaran Mengenai Bahaya Merokok Dalam Ruangan Di Desa Padang Lampe Melalui Video Dan Kalender Edukatif." Jurnal Pengabdian Masyarakat Nasyiatul Aisyiyah Sulawesi Selatan 4: 77–86.

Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Barat. 2023. "Profil Kesehatan Lombok Barat 2022." Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Barat: 1–213. www.dikes.lombokbaratkab.co.id.

Kementerian Kesehatan, RI. 2023. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Dalam Angka.

Kundu, Anasua et al. 2024. "An Overview of Systematic Reviews on Predictors of Smoking Cessation among Young People." PLoS ONE 19(3 March): 1–19. http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0299728.

Marcon, Alessandro et al. 2018. "Trends in Smoking Initiation in Europe over 40 Years: A Retrospective Cohort Study." PLoS ONE 13(8): 1–14.

Marsito, Marsito, and Juneth Anandhita. 2020. "Efektifitas Pendidikan Kesehatan Tentang Bahaya Minuman Keras Pada Remaja Dengan Metode FGD Dan Snowball Throwing." Health Care : Jurnal Kesehatan 9(1): 26–33.

Santoro, Alessia et al. 2019. "Tobacco Smoking: Risk to Develop Addiction, Chronic Obstructive Pulmonary Disease, and Lung Cancer." Recent Patents on Anti-Cancer Drug Discovery 14(1): 39–52.

Sebtiana, Erika et al. 2025. "Hubungan Pengetahuan Bahaya Merokok Dan Perilaku Merokok Siswa 1,2." Klabat Journal of Nursing 7(1): 38–45.

Sheng Xiong, P., M. Juan Xiong, Z. Xi Liu, and Y. Liu. 2020. "Prevalence of Smoking among Adolescents in China: An Updated Systematic Review and Meta-Analysis." Public Health 182: 26–31. https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.01.011.

Vallata, Amandine, Jennifer O'Loughlin, Semanur Cengelli, and François Alla. 2021. "Predictors of Cigarette Smoking Cessation in Adolescents: A Systematic Review." Journal of Adolescent Health 68(4): 649–57. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.09.025.

Wirtz, Andrea L., Erin E. Cooney, Aeysha Chaudhry, and Sari L. Reisner. 2019. "Computer-Mediated Communication to Facilitate Synchronous Online Focus Group Discussions: Feasibility Study for Qualitative HIV Research Among Transgender Women Across the United States." Journal of medical Internet research 21(3): e12569.