

Penyuluhan Bahaya Rokok Pada Remaja di Posyandu Remaja di Desa Wakan Kecamatan Amurang Barat

Dewi Rosmala Napitu^{1*}, Zamli²

¹ Pasca Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia; dewinapitu03@gmail.com

² Pasca Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia; zamlizam2019@gmail.com

ABSTRACT

Smoking behavior among adolescents is a pressing public health issue, given that this age is a crucial phase in the formation of long-term habits. Based on data from the 2018 Basic Health Research (Riskesdas), the prevalence of smokers aged 10–18 in Indonesia continues to increase, including in North Sulawesi. This activity aims to increase adolescent knowledge and awareness of the negative impacts of smoking. The activity used lectures, interactive discussions, and a question-and-answer method, involving 26 adolescents as participants. The results showed an increase in participants' understanding of the dangers of smoking, both for themselves and others (passive smoking), as well as an increased motivation to create a smoke-free environment. Active discussions and high participation demonstrated the effectiveness of the community-based educational approach. This outreach has a positive impact on shaping healthier adolescent behavior and is a preventive strategy to reduce the number of young smokers in rural areas. In conclusion, structured educational interventions involving various parties can increase adolescent awareness of the dangers of smoking and encourage the creation of a healthy, smoke-free environment.

Keywords : *The Dangers of Cigarettes; Health Education; Healthy Behavior; Adolescent Health Promotion*

ABSTRAK

Perilaku merokok pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang mendesak, mengingat usia tersebut adalah fase krusial dalam pembentukan kebiasaan jangka panjang. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi perokok usia 10–18 tahun di Indonesia terus meningkat, termasuk di wilayah Sulawesi Utara. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap dampak negatif merokok. Kegiatan ini menggunakan metode ceramah, diskusi interaktif, dan tanya jawab dengan melibatkan 26 remaja sebagai peserta. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta tentang bahaya rokok, baik bagi diri sendiri maupun orang lain (perokok pasif), serta munculnya motivasi untuk menciptakan lingkungan bebas rokok. Diskusi aktif dan partisipasi tinggi menunjukkan efektivitas pendekatan edukatif berbasis komunitas. Penyuluhan ini memberikan dampak positif dalam membentuk perilaku remaja yang lebih sehat dan menjadi salah satu strategi preventif dalam menurunkan angka perokok usia dini di lingkungan pedesaan. Kesimpulannya, intervensi edukatif yang terstruktur dan melibatkan berbagai pihak mampu meningkatkan kesadaran remaja terhadap bahaya rokok dan mendorong terciptanya lingkungan sehat tanpa asap rokok.

Kata kunci : *Bahaya Rokok; Penyuluhan Kesehatan; Perilaku Sehat; Promosi Kesehatan Remaja*

Correspondence : Dewi Rosmala Napitu

Email : dewinapitu03@gmail.com, no kontak (+62 812-4529-2910)

• Received 27 Agustus 2025 • Accepted 6 Oktober 2025 • Published 10 Oktober 2025
• e - ISSN : 2961-7200 • DOI: <https://doi.org/10.25311/meambo.Volx.Issx.xxx>

PENDAHULUAN

Perilaku merokok pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang terus meningkat di Indonesia [1,2]. Menurut data Riskesdas 2018, prevalensi perokok pemula usia 10–18 tahun meningkat dari 7,2% pada tahun 2013 menjadi 9,1% pada tahun 2018. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang ada belum cukup efektif dalam menahan laju peningkatan jumlah perokok remaja [3]. Remaja merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan dan sosial. Faktor seperti tekanan dari teman sebaya, keinginan untuk terlihat dewasa, serta pengaruh iklan rokok dapat menjadi pemicu utama dimulainya perilaku merokok pada usia muda [4].

Rokok mengandung lebih dari 7.000 bahan kimia, di antaranya terdapat lebih dari 70 zat karsinogenik. Nikotin, sebagai salah satu zat aktif utama, memiliki efek adiktif tinggi yang menyebabkan ketergantungan serta gangguan perkembangan otak pada remaja (3). Selain berdampak pada kesehatan fisik, merokok juga berkaitan erat dengan gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi. Beberapa studi menemukan bahwa remaja perokok memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak merokok [5,6].

Paparan asap rokok secara pasif juga berbahaya, khususnya bagi anak-anak dan balita. Anak-anak yang tumbuh di lingkungan dengan perokok aktif berisiko tinggi mengalami gangguan pernapasan, pertumbuhan, dan perkembangan kognitif [7].

Pendidikan dan penyuluhan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran remaja mengenai bahaya merokok. Program edukatif berbasis komunitas menjadi pendekatan yang relevan untuk diterapkan di lingkungan masyarakat, terutama di daerah pedesaan [8].

Posyandu Remaja adalah salah satu sarana strategis yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan secara langsung kepada remaja. Penyuluhan yang dilakukan secara interaktif melalui Posyandu Remaja terbukti lebih mudah diterima dan diingat

oleh peserta [9]. Kegiatan penyuluhan juga harus melibatkan berbagai pihak, seperti sekolah, keluarga, tokoh masyarakat, dan petugas kesehatan. Keterlibatan multipihak ini sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang kondusif dan mendukung gaya hidup sehat [10].

Wilayah Sulawesi Utara, termasuk Kabupaten Minahasa Selatan, memiliki prevalensi merokok remaja yang cukup tinggi. Oleh karena itu, diperlukan upaya pencegahan yang lebih terarah melalui intervensi berbasis komunitas dan penyuluhan kesehatan yang berkelanjutan. Dengan dilaksanakannya penyuluhan bahaya rokok kepada remaja di Posyandu Remaja Desa Wakan, diharapkan dapat terjadi peningkatan pengetahuan dan kesadaran peserta terhadap dampak negatif merokok. Kegiatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap dampak negatif merokok.

METODE

Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif melalui penyuluhan kesehatan yang bersifat partisipatif. Model penyuluhan dilakukan secara interaktif dengan kombinasi metode ceramah, diskusi kelompok, dan sesi tanya jawab, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan partisipasi aktif peserta. Pendekatan ini berbasis pada prinsip *behavioral change communication* (BCC) yang menekankan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran untuk memicu perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku.

Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Remaja Desa Wakan, Kecamatan Amurang Barat, dengan melibatkan 26 remaja sebagai peserta utama. Lokasi dipilih berdasarkan tingginya angka perokok pemula di kalangan remaja serta terbatasnya intervensi promotif yang dilakukan secara sistematis di wilayah tersebut. Sasaran kegiatan adalah remaja usia 13–18 tahun yang tergolong dalam kelompok risiko tinggi terhadap paparan dan perilaku merokok.

Pelaksanaan kegiatan ini juga memperhatikan pendekatan berbasis komunitas (*community-based health promotion*), yaitu

dengan melibatkan tokoh masyarakat, petugas kesehatan, dan keluarga peserta agar informasi yang diberikan lebih mudah diterima dan diaplikasikan secara berkelanjutan. Media edukasi berupa poster, leaflet, dan tayangan visual digunakan untuk mendukung penyampaian materi agar lebih menarik dan mudah dipahami remaja, sejalan dengan prinsip visual learning approach yang efektif untuk kelompok usia muda (10). Kegiatan dilaksanakan melalui beberapa tahapan utama sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan
 - a. Koordinasi dengan pemerintah desa, tokoh masyarakat, dan pengelola Posyandu Remaja.
 - b. Survei awal untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap remaja terhadap rokok.
 - c. Penyusunan materi dan media edukasi berdasarkan literatur ilmiah terkini.
 - d. Pembentukan tim pelaksana yang terdiri dari dosen pembimbing dan mahasiswa.
2. Tahap Pelaksanaan Penyuluhan
 - a. Pemberian materi secara langsung oleh fasilitator melalui metode ceramah interaktif.
 - b. Diskusi kelompok kecil untuk menggali pengetahuan awal dan persepsi remaja tentang rokok.
 - c. Sesi tanya jawab untuk mengklarifikasi informasi dan menjawab kebingungan peserta.
 - d. Pemutaran video edukatif dan simulasi penolakan ajakan merokok.

Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan.

1. Observasi partisipasi selama kegiatan serta kemampuan peserta mengulangi kembali poin-poin bahaya merokok.
 2. Wawancara singkat untuk menilai persepsi peserta terhadap kegiatan penyuluhan.
3. Tahap Tindak Lanjut
 - a. Penyerahan hasil kegiatan kepada pihak desa dan posyandu remaja sebagai bahan kebijakan lokal.

- b. Rencana penyusunan artikel ilmiah dari kegiatan ini.
- c. Publikasi video dokumentasi penyuluhan sebagai diseminasi informasi melalui media sosial.

HASIL

Penyuluhan yang dilakukan di Posyandu Remaja Desa Wakan telah dilaksanakan oleh tim Dosen dan mahasiswa, memberikan hasil yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman peserta mengenai bahaya merokok. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 8 orang peserta memiliki pengetahuan baik tentang bahaya rokok, 13 orang berada pada kategori cukup, dan 10 orang masih memiliki pemahaman yang kurang. Sementara itu, terkait pemahaman mengenai dampak rokok terhadap balita, sebanyak 5 orang berada pada kategori baik, 11 orang cukup, dan 10 orang masih kurang. Hal ini menggambarkan bahwa meskipun telah terjadi peningkatan pemahaman, diperlukan penyuluhan lanjutan untuk memperkuat pengetahuan kelompok yang masih kurang (6).

Berikut adalah grafik distribusi pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan:



Gambar 1. Grafik Distribusi Pengetahuan Peserta tentang bahaya rokok



Gambar 2. Grafik Distribusi Pengetahuan Peserta tentang dampak rokok bagi balita



Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian

PEMBAHASAN

Grafik 1 menunjukkan adanya ketidakseimbangan antara pemahaman tentang bahaya rokok secara umum dan dampaknya terhadap balita. Meski mayoritas peserta telah memiliki pemahaman cukup terhadap bahaya rokok, tetapi pemahaman mengenai kerentanan balita terhadap paparan asap rokok masih relatif rendah. Ini selaras dengan temuan sebelumnya yang menyebutkan bahwa remaja cenderung kurang memahami dampak tidak langsung dari kebiasaan merokok, khususnya terhadap kelompok rentan seperti anak-anak [11].

Partisipasi peserta selama diskusi juga menjadi indikator penting dalam efektivitas

kegiatan. Diskusi kelompok menghasilkan banyak pertanyaan dan refleksi dari peserta mengenai situasi di lingkungan sekitar mereka, termasuk pengaruh keluarga dan teman sebaya. Pendekatan berbasis diskusi ini terbukti memperkuat pemahaman dan keterlibatan emosional peserta terhadap topik yang dibahas [12,13].

Penyuluhan ini menjadi langkah strategis dalam upaya menurunkan angka perokok usia dini di lingkungan pedesaan. Kombinasi antara edukasi langsung, visualisasi materi, dan pelibatan tokoh masyarakat menjadi kunci keberhasilan program ini. Ke depan, dibutuhkan replikasi kegiatan serupa dengan cakupan yang lebih luas serta pemantauan berkelanjutan untuk memastikan dampak jangka panjangnya [14–16].

Keberhasilan pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini tidak terlepas dari beberapa faktor pendukung yang penting. Dukungan pemerintah desa dan pengelola Posyandu Remaja sangat membantu dalam proses koordinasi serta meningkatkan partisipasi peserta. Antusiasme dan partisipasi aktif remaja selama diskusi maupun sesi tanya jawab juga menjadi indikator kuat bahwa metode interaktif yang digunakan sesuai dengan kebutuhan mereka. Selain itu, variasi metode edukasi yang mengombinasikan ceramah, diskusi kelompok, simulasi, video edukatif, serta media visual berupa leaflet dan poster menjadikan penyampaian informasi lebih menarik dan mudah dipahami. Keterlibatan multipihak, termasuk tokoh masyarakat, petugas kesehatan, dan keluarga peserta, turut menciptakan suasana belajar yang kondusif dan mendorong internalisasi pesan kesehatan.

Meskipun demikian, kegiatan ini juga menghadapi sejumlah hambatan. Keterbatasan waktu menyebabkan beberapa materi belum dapat disampaikan secara mendalam, sementara perbedaan tingkat pemahaman peserta membuat sebagian remaja masih kurang memahami dampak rokok, terutama terhadap kelompok rentan seperti balita. Hambatan lain datang dari faktor lingkungan sosial, di mana sebagian peserta masih tinggal dalam keluarga atau komunitas dengan

perokok aktif, sehingga menantang upaya perubahan perilaku. Selain itu, keterbatasan sumber daya berupa sarana dan media edukasi membuat cakupan penyuluhan belum merata bagi seluruh peserta.

Untuk mengatasi hambatan tersebut, beberapa solusi dapat diupayakan. Program penyuluhan perlu dilakukan secara berkesinambungan agar penguatan pemahaman peserta dapat terjaga. Pendekatan peer educator dapat dikembangkan dengan melibatkan remaja sebagai agen sebaya untuk menyebarkan informasi dan memberikan teladan di lingkungan mereka. Kolaborasi lintas sektor, seperti dengan sekolah, organisasi pemuda, dan lembaga kesehatan, juga penting untuk memperluas jangkauan program.

SIMPULAN

Penyuluhan bahaya rokok yang dilaksanakan di Posyandu Remaja Desa Wakan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai dampak negatif merokok, baik terhadap diri sendiri maupun orang di sekitarnya, termasuk balita sebagai kelompok rentan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan kategori pemahaman peserta setelah kegiatan, serta munculnya motivasi untuk menciptakan lingkungan bebas asap rokok. Intervensi edukatif berbasis komunitas ini mampu membentuk perilaku preventif di kalangan remaja dan dapat menjadi strategi promosi kesehatan yang relevan untuk menurunkan angka perokok pemula di wilayah pedesaan. Dengan demikian, program penyuluhan semacam ini layak direplikasi secara luas dengan dukungan lintas sektor untuk menjamin dampak yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Wakan, pengelola Posyandu Remaja, serta tokoh masyarakat yang telah memberikan dukungan dan fasilitas sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik. Apresiasi juga disampaikan kepada para remaja peserta penyuluhan yang telah

berpartisipasi aktif dalam setiap sesi, sehingga kegiatan berjalan interaktif dan memberikan hasil yang optimal. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada pihak perguruan tinggi, khususnya dosen pembimbing dan mahasiswa yang terlibat, atas kontribusi dan kerja samanya dalam merencanakan, melaksanakan, serta mendokumentasikan kegiatan ini. Dukungan dari semua pihak telah menjadi faktor penting dalam keberhasilan program pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Putri DR, Astutik E, Machmud PB, Tama TD. Male adolescents' (Aged 15-24 years) smoking habit and its determinant: analysis of Indonesia demographic and health survey data, 2017. *Afr Health Sci*. 2024;24(4):362–72. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
2. Susanto A, Hartono H, Nurhaeni IDA, Kartono DT. The Role of Parents to Prevent Early Adolescents Smoking Behavior: A Qualitative Study on Adolescents in Tegal City, Indonesia. *Syst Rev Pharm*. 2020;11(7). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
3. Fithria F, Adlim M, Jannah SR, Tahlil T. Indonesian adolescents' perspectives on smoking habits: a qualitative study. *BMC Public Health*. 2021;21:1–8. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
4. Vitória P, Pereira SE, Muinos G, De Vries H, Lima ML. Parents modelling, peer influence and peer selection impact on adolescent smoking behavior: A longitudinal study in two age cohorts. *Addict Behav*. 2020;100:106131. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
5. Meilani K, Tobing DH. Dampak konformitas teman Sebaya pada Remaja: Systematic review. *Innov J Soc Sci Res*. 2023;3(5):2544–59. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
6. Khan MSR, Putthinun P, Watanapongvanich S, Yuktadatta P, Uddin MA, Kadoya Y. Do financial literacy and

- financial education influence smoking behavior in the United States? *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(5):2579. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
7. Rorandi RS, Hadian VA, Kurniawaty I, Nugraha DM. Perilaku Merokok pada Anak di Bawah Umur: Kasus di Desa Citapen Bandung Barat. *Sosio Reli J Kaji Pendidikan Umum*. 21(2):7–14. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
8. Ehsani-Chimeh E, Sajadi HS, Behzadifar M, Aghaei M, Badrizadeh A, Behzadifar M, et al. Current and former smokers among adolescents aged 12–17 years in Iran: a systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*. 2020;20:1–15. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
9. Heris CL, Chamberlain C, Gubhaju L, Thomas DP, Eades SJ. Factors influencing smoking among indigenous adolescents aged 10–24 years living in Australia, New Zealand, Canada, and the United States: A systematic review. *Nicotine Tob Res*. 2020;22(11):1946–56. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
10. Fitri KA, Damarsari PD, Romadalia RN, Minarsi M. Analisis Literatur: Peran Lingkungan Keluarga dan Teman Sebaya terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja. *Guid J Bimbing dan Konseling*. 2024;21(02):373–81. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
11. Ma C, Xi B, Li Z, Wu H, Zhao M, Liang Y, et al. Prevalence and trends in tobacco use among adolescents aged 13–15 years in 143 countries, 1999–2018: findings from the Global Youth Tobacco Surveys. *Lancet Child Adolesc Heal*. 2021;5(4):245–55. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
12. Haryati W, Sahar J, Rekawati E. A qualitative study of factors influencing adolescent smoking behaviors. *Enfermería Clínica*. 2021;31:593–6. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
13. Ranaei V, Abasi H, Peyambari M, Alizadeh L, Pilevar Z. Factors affecting cigarette smoking in adolescents: A systematic review. *Tob Heal*. 2022;1(3):138–45. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
14. Pribadi ET, Devy SR. Application of the Health Belief Model on the intention to stop smoking behavior among young adult women. *J Public health Res*. 2020;9(2):jphr-2020. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
15. Rodakowska E, Mazur M, Baginska J, Sierpinska T, La Torre G, Ottolenghi L, et al. Smoking prevalence, attitudes and behavior among dental students in Poland and Italy. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(20):7451. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
16. Haddad C, Sacre H, Hajj A, Lahoud N, Akiki Z, Akel M, et al. Comparing cigarette smoking knowledge and attitudes among smokers and non-smokers. *Environ Sci Pollut Res*. 2020;27(16):19352–62. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]