

Efektifitas Permainan Ular Tangga Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Bahaya Rokok Pada Siswa SMKS Mathla'un Nawakartika Pandeglang

Dedeh Jubaedah¹

Universitas Mathla'ul Anwar

Ucu Wandu Somantri²

Universitas Mathla'ul Anwar

E.Egriana Handayani³

Universitas Mathla'ul Anwar

Siti Nur Ramdaniati⁴

Universitas Mathla'ul Anwar

Lambang Satria Himmawan⁵

Universitas Mathla'ul Anwar

Dian Nastiti⁶

Universitas Mathla'ul Anwar

Henry Sasmita⁷

Universitas Mathla'ul Anwar

Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Sains, Farmasi dan Kesehatan, Universitas Mathla'ul Anwar,
Korespodensi (E-Mail) : ucuancajur@gmail.com

Abstract. *Smoking is one of the main risk factors for several chronic diseases that can lead to death. The negative health effects of smoking are considerable. Education about the dangers of smoking needs to start from school age. Fun educational media can be used to increase students' awareness of the dangers of smoking, one of which is the use of snakes and ladders game media. The purpose of this study was to determine the effect of the use of snakes and ladders game media on increasing knowledge of the dangers of smoking in students of SMKS Mathla'un Nawakartika Pandeglang. This community service approach is delivered through various activities, including site preparation methods, counseling methods, pre and post test methods, and the use of snakes and ladders games about the dangers of smoking. The results of the service showed that students of SMKS Mathla'un Nawakartika had low knowledge and awareness about the dangers of smoking before counseling. After counseling and snake and ladder games have been proven effective in increasing the average knowledge about the dangers of smoking in SMKS Mathla'un Nawakartika students, so that it can be used as an alternative learning media innovation in an effort to increase student knowledge.*

Keywords : *Dangers of Smoking, Education, Snakes and Ladders*

Abstrak. Merokok merupakan salah satu faktor risiko utama beberapa penyakit kronis yang dapat menyebabkan kematian. Efek kesehatan negatif dari merokok cukup besar. Pendidikan tentang bahaya merokok perlu dimulai sejak usia sekolah. Media edukasi yang menyenangkan dapat digunakan untuk meningkatkan kesadaran siswa akan bahaya rokok, salah satunya adalah penggunaan media permainan ular tangga. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan media permainan ular tangga terhadap peningkatan pengetahuan bahaya merokok pada siswa SMKS Mathla'un Nawakartika Pandeglang. Pendekatan pengabdian kepada masyarakat ini disampaikan

Received April 30, 2023; Revised Mei 12, 2023; Accepted Juni 07, 2023

* Ucu Wandu Somantri. ucuancajur@email.com

melalui berbagai kegiatan, antara lain metode persiapan lokasi, metode penyuluhan, metode pre dan post test, serta penggunaan permainan ular tangga tentang bahaya merokok. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa siswa SMKS Mathla'un Nawakartika memiliki pengetahuan dan kesadaran yang rendah tentang bahaya merokok sebelum penyuluhan. Setelah dilakukan penyuluhan dan permainan ular tangga terbukti efektif dalam meningkatkan rata-rata pengetahuan tentang bahaya merokok pada siswa SMKS Mathla'un Nawakartika, sehingga dapat dijadikan salah satu alternatif inovasi media pembelajaran dalam upaya meningkatkan pengetahuan siswa/i.

Kata Kunci : Bahaya Merokok, Edukasi, Ular tangga

PENDAHULUAN

Program Indonesia Sehat bertujuan untuk meningkatkan kesehatan melalui upaya kesehatan dan pemerataan pelayanan kesehatan. Pemerataan akses pelayanan kesehatan merupakan faktor pendukung keberhasilan pembangunan kesehatan. Aspek positif dari keberhasilan perkembangan yang sehat meliputi peningkatan harapan hidup (UHH). Gerakan Masyarakat untuk Hidup Sehat (GERMAS) merupakan bagian dari upaya seluruh pemerintah. Pada prinsipnya, GERMAS merupakan gerakan bersama multisektoral dan multistakeholder antara sektor kesehatan, akademisi, LSM dan lainnya (Lismayanti et al., 2022). Menyeimbangkan masyarakat, keluarga dan individu, memberdayakan masyarakat, terutama yang ingin hidup sehat dan menjadi mitra dalam pengendalian penyakit. memperkuat sistem kesehatan, reformasi Reorientasi pelayanan kesehatan. Penguatan siklus hidup jaminan kesehatan sosial fokus pada pemerataan penurunan penyakit karena determinan sosial seperti kemiskinan, gender, lingkungan, budaya, tingkat pendidikan, dan kemauan (Mulyan et al., 2022)

Merokok merupakan salah satu faktor risiko utama beberapa penyakit kronis yang dapat menyebabkan kematian. Sejumlah penelitian telah membuktikan bahwa merokok meningkatkan risiko berbagai penyakit yang dapat berujung pada kematian. Hal ini menunjukkan bahwa merokok merupakan masalah besar bagi kesehatan masyarakat. Selain aspek kesehatan, merokok juga mempengaruhi karakter perokok itu sendiri. Seringkali, remaja sudah akrab dengan rokok. Menurut mereka, jika mereka tidak merokok, mereka dianggap tidak ramah. Sehingga banyak anak usia sekolah yang masih memakai seragam sekolah dan merokok sembarangan di luar sekolah. Walaupun banyak iklan yang mengatakan dilarang merokok, mereka tidak peduli dengan akibat dari merokok. Untuk itu, kampanye anti rokok harus dilaksanakan sejak dini di sekolah (Syukaisih et al., 2022).

Kegiatan anti rokok di sekolah harus digalakkan. Sebab, generasi muda merupakan tulang punggung bangsa dan dapat mengadvokasi gerakan hidup sehat melalui larangan merokok. Manusia memiliki banyak kebiasaan. Namun, salah satu kebiasaan yang paling sulit dihilangkan adalah merokok, dan jarang dianggap sebagai kebiasaan buruk. Selain itu, dibandingkan dengan perokok tanpa latar belakang depresi, perokok lebih kecil kemungkinannya teralihkan dari stres dan stres emosional untuk keluar dari kebiasaan tersebut (Simamora & Ritonga, 2022).

Para remaja lebih banyak menggunakan rokok di usia 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 tahu, sekedar ingin merasakan, kesepian, agar terlihat gaya, meniru orangtua, 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. Remaja cenderung memiliki rasa ingin tahu yang besar. Karena masa remaja adalah masa seseorang masih mencari jati dirinya dan labil terutama terhadap pengaruh lingkungan (Purwanti et al., 2021).

Pada tahun 2021, WHO menyatakan bahwa epidemik tembakau telah membunuh sekitar 8 juta orang setiap tahun. Lebih dari 7 juta kematian diakibatkan oleh perilaku merokok, sementara 1,2 juta kematian diakibatkan oleh paparan asap rokok orang lain (*secondhand smoke*) yang disebabkan karena penyakit kardiovaskular dan gangguan pernapasan. Tobacco Atlas pada tahun 2015, melaporkan jumlah perokok aktif sebanyak 942 juta pria dan 175 juta wanita dengan usia 15 tahun atau lebih. Cina, India dan Indonesia menyumbang 51,4% perokok pria di dunia, sedangkan Amerika Serikat, Cina dan India menyumbang 27,3% perokok wanita di dunia (Rifqy et al., 2022).

Di Indonesia, konsumsi rokok juga menjadi masalah kesehatan masyarakat. Dari waktu ke waktu prevalensi merokok di negara kita semakin meningkat terutama di kalangan usia anak dan remaja. Data Riskesdas tahun 2013 – 2018 menunjukkan bahwa prevalensi perokok terjadi peningkatan terutama pada perempuan dan usia lebih muda (10-14 tahun). Selain itu, peningkatan prevalensi perokok usia 10-18 tahun juga meningkat dari 7,1% (tahun 2013) menjadi 9,1% (tahun 2018). Data lain menunjukkan bahwa usia mulai merokok anak kurang dari 20 tahun mencapai 75% (dua pertiga jumlah perokok di Indonesia di dominasi oleh

perokok usia kurang dari 20 tahun). Sebanyak 23,1% memulai merokok pada rentang 10-14 tahun dan 52,1% memulai merokok pada rentang 15-19 tahun. Hasil ini menunjukkan adanya pergeseran usia anak memulai merokok. Data tersebut memberikan gambaran tentang dampak konsumsi rokok yang begitu massif baik bagi individu, masyarakat bahkan terhadap lingkungan. WHO menyebutkan bahwa limbah pasca konsumsi produk tembakau sangat membahayakan kesehatan manusia. Para perokok dapat menghasilkan 5 ton CO₂ seumur hidup mereka dan menghasilkan lebih dari 4,5 triliun puntung rokok yang mencemari lingkungan setiap tahunnya. Data ini menunjukkan bahwa perokok berkontribusi terhadap pencemaran udara dan pencemaran lingkungan yang membahayakan kesehatan orang lain dan ekosistem (Syukaisih et al., 2022).

Semua hal tersebut belum sepenuhnya dipahami oleh remaja yang aktifitas merokok bahkan menjadi salah satu budaya dalam social mereka. Seperti ketika mereka berkumpul hanya untuk sekedar nongkrong biasanya ada saja yang merokok. Untuk itu sangatlah penting dilakukan penyuluhan mengenai bahaya rokok bagi kesehatan guna memberikan edukasi bagi Remaja di SMKS Mathla'un Nawakartika Pandeglang.

METODE

Dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat tentang Efektifitas permainan ular tangga untuk meningkatkan pengetahuan tentang bahaya rokok pada siswa SMKS Mathla'un Nawakartika Kabupaten Pandeglang” dengan mempertimbangkan materi penyuluhan, Siswa-i sebagai audiens, masalah yang berkembang dan lingkungan yang mendukung, dalam pelaksanaannya akan menggunakan beberapa metode dapat : dapat dilihat pada gambar 1:



Gambar 1. Konsep Efektifitas permainan ular tangga untuk meningkatkan pengetahuan

tentang bahaya rokok pada siswa SMKS Mathla'un Nawakartika

Metode dalam kegiatan ini adalah Efektifitas permainan ular tangga untuk meningkatkan pengetahuan tentang bahaya rokok pada siswa SMKS Mathla'un Nawakartika Kabupaten Pandeglang. Jumlah Siswa/I SMKS Mathla'un Nawakartika yang mengikuti yaitu sebanyak 46 Orang. Adapun tahap pelaksanaan adalah sebagai berikut :

Persiapan Tempat. Kegiatan ini diawali dengan koordinasi dengan Pihak SMKS Mathla'un Nawakartika Kabupaten Pandeglang terkait jadwal pelaksanaan. Tempat kegiatan ini dilakukan di ruangan kelas SMKS Mathla'un Nawakartika.

Pengisian daftar hadir dan Pengisian Pre Test & Post Test Tentang Bahaya Merokok peserta yang telah hadir diwajibkan untuk mengisi daftar hadir yang terdiri dari Nama, Umur Jenis Kelamin. Kegiatan pengisian Pre Test & Post Test dilakukan dengan memberikan Kuesioner tentang pengetahuan Remaja tentang bahaya rokok untuk meningkatkan kesadaran pada remaja mengenai dampak buruk rokok bagi kesehatan

Penyuluhan Bahaya Rokok Bagi Kesehatan dengan memberikan wawasan umum kepada Siswa/i mengenai program bahaya rokok untuk meningkatkan kesadaran pada remaja mengenai dampak buruk rokok bagi kesehatan. Selain itu, juga memotivasi dan menimbulkan keinginan Siswa/i untuk bersikap sehat dan cerdas dalam menerapkan pola hidup sehat.

Permainan Ular Tangga pengabdian Masyarakat ini menggunakan efektifitas penggunaan media permainan ular tangga untuk meningkatkan pengetahuan tentang bahaya rokok siswa.

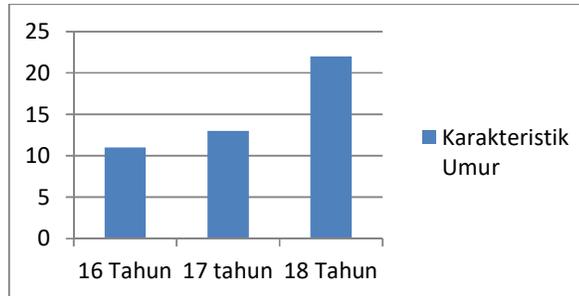
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian pada masyarakat dalam Efektifitas permainan ular tangga untuk meningkatkan pengetahuan tentang bahaya rokok pada siswa SMKS Mathla'un Nawakartika ini, bertujuan untuk meningkatkan tingkat pengetahuan Siswa tentang bahaya merokok, Kegiatan Pengabdian pada masyarakat ini secara umum dilakukan dengan tahapan tahapan berikut:

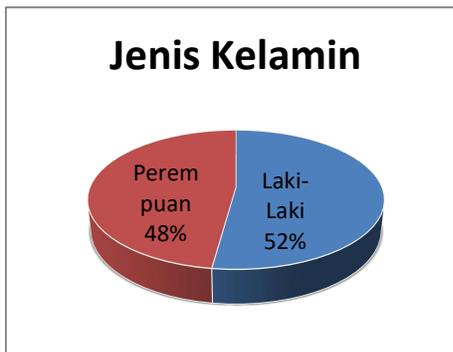
Rangkaian pertama dari kegiatan ini yaitu Pengisian daftar hadir, peserta yang telah hadir diwajibkan untuk mengisi daftar hadir yang terdiri dari Nama, Umur Jenis Kelamin. yang telah disediakan oleh Panitia yaitu Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat UNMA Banten.

Data yang di peroleh dari kegiatan tersebut sebagai berikut :

Tabel 1 Karakteristik Umur



Tabel 2 Karakteristik Jenis Kelamin



Tahapan pelaksanaan Kegiatan ini dilakukan di SMKS Mathla'un Nawakartika Kabupaten pandeglang. Acara dimulai jam 09.00, Siswa/i mengisi daftar hadir yang telah disediakan dan langsung duduk diruang Kelas. Sebelum memulai kegiatan sosialisasi tim Pengabdian Pada Masyarakat Program Studi Kesehatan Masyarakat UNMA Banten melakukan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan Siswa/i tentang Bahaya Rokok. Kegiatan penyuluhan tentang bahaya merokok melalui ceramah. Materi yang diberikan dalam bentuk paparan dan juga memberikan media promosi kesehatan Leaflet. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut :

Tabel 3. Pre Test dan Post Test tentang pengetahuan Siswa/I dalam bahaya Rokok



Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa pengetahuan tentang Bahaya Rokok yaitu sebelum dilakukan penyuluhan / *Pre Test* responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 10, pengetahuan cukup sebanyak 20 dan pengetahuan kurang sebanyak 16. Dan setelah dilakukan Penyuluhan Bahaya Rokok dan Tanya Jawab Hasil *Post Test* yaitu responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 22, pengetahuan cukup sebanyak 15% dan pengetahuan kurang sebanyak 9%.

Gambar 1. Aktivitas Pengabdian Masyarakat Penyuluhan Bahaya Merokok



Gambar 2. Desain Permainan Ular tangga dan Foto Saat Bermain Ular Tangga



Gambar 2. Aktivitas Foto Bersama dengan Siswa/I SMKS Mathla'un Nawakartika



KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema Efektifitas permainan ular tangga untuk meningkatkan pengetahuan tentang bahaya rokok pada siswa SMKS Mathla'un Nawakartika, yang dilakukan oleh Dosen Kesehatan Masyarakat UNMA Banten dan di Bantu Mahasiswa/I dengan melakukan Permainan ular tangga terbukti efektif dalam meningkatkan rata-rata pengetahuan Siswa/i SMKS Mathla'un Nawakartika dalam memahami bahaya rokok. Permainan ular tangga ini dapat dijadikan salah satu alternative inovasi media pembelajaran dalam upaya meningkatkan pengetahuan siswa/i akan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Lismayanti, L., Rosidawati, I., Ghafiki, S. M. Al, Indrawan, M., & Pamungkas. (2022). Penyuluhan Tentang Merokok Di Dalam Rumah Di Rw 10 Kelurahan Mulyasari Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya Provinsi Jawa Barat. *Jurna Pengabdian Masyarakat Balarea*, 1(9), 82–85.
- Mulyan, A., Wardani, T. K., & Ningsih, D. P. (2022). Bahaya Merokok dan Hidup Sehat Tanpa Rokok. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2, 1–6.
- Purwanti, I. S., Devhy, N. L. P., Prihatiningsih, D., Bintari, N. W. D., & Widana, A. . G. O. (2021). Pencegahan Perilaku Merokok Remaja Melalui Penyuluhan Bahaya Rokok Elektrik dan Konvensional. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 2(2), 259. <https://doi.org/10.33394/jpu.v2i2.4022>
- Rifqy, M., Handayani, N. F., Agustin, A., Rahmah, R., & Setyaningrum, R. (2022). Program Star (Sehat Tanpa Asap Rokok) Penyuluhan Mengenai Bahaya Rokok Bagi Perokok Aktif Dan Pasif. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(3), 1569. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i3.9953>
- Simamora, A. A., & Ritonga, S. H. (2022). (2022). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, Vol 4 No 2(Bahaya Merokok Pada Remaja Di SMP Muhammadiyah Kota Padangsidempuan). <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/3146857>
- Syukaisih, S., Hayana, H., & Zaresi, A. (2022). Pengabdian Masyarakat Melalui Penyuluhan Kesehatan “Bahaya Rokok Bagi Kesehatan di SMPN 7 Pekanbaru.” *Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ)*, 3(1), 15–19. <https://doi.org/10.37385/ceej.v3i1.435>