



Peningkatan Kesadaran Bahaya Merokok Melalui Penyuluhan Kesehatan di RT 09 Kelurahan Jembatan Kecil Kota Bengkulu

Delta Aprianti ¹, Dilfera Hermiati ², Fitriana ³, Elda Destika ⁴, Ricky Casanopa ⁵, Tika Septiana Widodo ⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Dehasen Bengkulu, Indonesia

Email: deltaaprianti@unived.ac.id

ARTICLE HISTORY

Received [25 Februari 2026]

Revised [30 Maret 2026]

Accepted [31 Maret 2026]

KEYWORDS

Smoking, Health Education, Community Service.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Merokok merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang dapat menimbulkan berbagai penyakit kronis dan menurunkan kualitas hidup. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang bahaya merokok melalui penyuluhan kesehatan di RT 09 Kelurahan Jembatan Kecil, Kecamatan Singaran Pati, Kota Bengkulu. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan melalui ceramah, diskusi, dan pembagian leaflet yang didahului dengan pemeriksaan deteksi dini penyakit tidak menular. Sasaran kegiatannya adalah warga RT 09, khususnya bapak-bapak yang memiliki kebiasaan merokok. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai pengertian merokok, zat berbahaya dalam rokok, dampak merokok bagi kesehatan, serta upaya berhenti merokok. Kegiatan ini membuktikan bahwa penyuluhan kesehatan efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap bahaya merokok. Pentingnya kegiatan edukasi kesehatan yang berkelanjutan untuk mendukung perubahan perilaku hidup sehat di masyarakat.

ABSTRACT

Smoking is one of the major public health problems that can cause various chronic diseases and reduce quality of life. This community service activity aimed to increase public awareness and knowledge about the dangers of smoking through health education in RT 09, Jembatan Kecil Village, Singaran Pati District, Bengkulu City. The method used was health counseling with lectures, discussions, and leaflet distribution, preceded by early detection of non-communicable diseases. The participants were residents of RT 09, especially adult males with smoking habits. The results showed an increase in participants' knowledge regarding the definition of smoking, harmful substances in cigarettes, health risks, and strategies to quit smoking. This activity indicates that health education is effective in improving community awareness of smoking hazards. Continuous and routine health promotion activities are recommended to support healthy behavior change in the community.

PENDAHULUAN

Merokok merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang hingga saat ini masih menjadi tantangan serius, baik di tingkat global maupun lokal. World Health Organization menyatakan bahwa kebiasaan merokok berkontribusi besar terhadap meningkatnya angka kesakitan dan kematian akibat penyakit tidak menular, seperti penyakit jantung, stroke, kanker paru-paru, dan gangguan pernapasan. Selain berdampak langsung pada perokok aktif, paparan asap rokok juga membahayakan perokok pasif, termasuk anak-anak dan lansia, sehingga menjadikan rokok sebagai ancaman kesehatan yang bersifat menyeluruh. Kebiasaan merokok sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain lingkungan sosial, tekanan pergaulan, stres, serta rendahnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai bahaya rokok.

Di banyak komunitas, merokok masih dianggap sebagai kebiasaan yang wajar dan sulit dihindari, terutama pada kelompok usia dewasa laki-laki. Kurangnya edukasi kesehatan yang berkelanjutan menyebabkan masyarakat belum sepenuhnya memahami kandungan zat berbahaya dalam rokok, dampaknya terhadap kesehatan jangka panjang, serta risiko yang ditimbulkan bagi lingkungan sekitar. Berdasarkan hasil observasi dan pemeriksaan kesehatan deteksi dini yang dilakukan pada kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tematik di RT 09 Kelurahan Jembatan Kecil, Kecamatan Singaran Pati, Kota Bengkulu, masih ditemukan cukup banyak warga yang memiliki kebiasaan merokok. Kondisi ini berpotensi meningkatkan risiko terjadinya penyakit tidak menular, seperti hipertensi dan gangguan sistem pernapasan, yang pada akhirnya dapat menurunkan kualitas hidup masyarakat. Rendahnya tingkat pengetahuan warga mengenai bahaya merokok menjadi salah satu faktor utama yang melatarbelakangi masih tingginya prevalensi kebiasaan merokok di wilayah tersebut. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui kegiatan penyuluhan kesehatan sebagai bagian dari pengabdian kepada masyarakat.

Penyuluhan tentang bahaya merokok diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, membangun kesadaran, serta mendorong perubahan perilaku masyarakat menuju pola hidup yang lebih sehat.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai pengertian merokok, kandungan zat berbahaya dalam rokok, dampak negatif merokok terhadap kesehatan dan lingkungan, serta upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dan menghentikan kebiasaan merokok di lingkungan RT 09 Kelurahan Jembatan Kecil.

METODE

Kegiatan ini menggunakan pendekatan pengabdian kepada masyarakat melalui metode penyuluhan kesehatan. Lokasi kegiatan dilaksanakan di RT 09 Kelurahan Jembatan Kecil, Kecamatan Singaran Pati, Kota Bengkulu pada Desember 2025. Sasaran kegiatan adalah warga RT 09, khususnya bapak-bapak yang memiliki kebiasaan merokok. Metode pengumpulan data dilakukan melalui observasi, pemeriksaan kesehatan deteksi dini, serta evaluasi pemahaman peserta melalui diskusi dan post-test. Media yang digunakan berupa leaflet dan penyampaian materi secara lisan. Analisis data dilakukan secara deskriptif berdasarkan hasil kegiatan dan evaluasi peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Aktivitas

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di RT 09 Kelurahan Jembatan Kecil, Kecamatan Singaran Pati, Kota Bengkulu, difokuskan pada upaya peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai bahaya merokok melalui penyuluhan kesehatan. Kegiatan ini diawali dengan peninjauan lapangan dan pemeriksaan kesehatan deteksi dini penyakit tidak menular (PTM), kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan dan evaluasi pemahaman peserta. Pemeriksaan kesehatan deteksi dini dilakukan terhadap 10 orang warga RT 09 yang bersedia mengikuti kegiatan. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki kebiasaan merokok aktif. Temuan ini mengindikasikan bahwa kebiasaan merokok masih cukup dominan di lingkungan RT 09, khususnya pada kelompok usia dewasa. Kebiasaan tersebut berpotensi meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit tidak menular, seperti hipertensi dan gangguan sistem pernapasan. Pemeriksaan kesehatan deteksi dini terhadap 10 orang menemukan bahwa 8 orang memiliki kebiasaan merokok aktif. Hasil ini memperkuat temuan observasi awal bahwa rendahnya kesadaran akan bahaya merokok masih menjadi permasalahan kesehatan utama di masyarakat.

Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya intervensi edukatif sebagai langkah promotif dan preventif. Penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok dilaksanakan pada tanggal 19 Desember 2025 di rumah Ketua RT 09 dan diikuti oleh 10 orang peserta. Materi penyuluhan meliputi pengertian merokok, zat-zat berbahaya yang terkandung dalam rokok, dampak merokok terhadap kesehatan dan lingkungan, serta kiat-kiat berhenti merokok. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi, dan tanya jawab dengan bantuan media leaflet. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang cukup tinggi. Hal ini terlihat dari keterlibatan aktif peserta dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Beberapa peserta mengungkapkan bahwa mereka baru memahami secara lebih mendalam mengenai kandungan zat berbahaya dalam rokok, seperti nikotin, tar, dan karbon monoksida, serta dampaknya terhadap organ tubuh, khususnya paru-paru dan jantung. Evaluasi dilakukan melalui diskusi dan post-test sederhana setelah penyuluhan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai bahaya merokok dibandingkan sebelum kegiatan penyuluhan. Peserta mampu menjelaskan kembali pengertian merokok, menyebutkan zat berbahaya dalam rokok, serta mengidentifikasi dampak negatif merokok terhadap kesehatan pribadi dan lingkungan sekitar.

Tabel 1. Hasil Pre-Test

Kategori Pengetahuan	Sebelum
Penyuluhan Kurang	8 orang (80%)
Baik	2 orang (20%)
Total	10 orang (100%)

**Tabel 2. Hasil *Post-Test***

Kategori Pengetahuan	Sebelum
Penyuluhan Kurang	1 orang (10%)
Baik	9 orang (20%)
Total	10 orang (100%)

Penyelesaian Masalah

Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan merupakan metode yang efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat. Penyampaian materi yang sederhana dan disertai contoh konkret dari kehidupan sehari-hari memudahkan peserta dalam memahami dampak merokok. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai bahaya merokok.

Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan dapat menjadi strategi efektif dalam mengubah pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap perilaku berisiko, termasuk kebiasaan merokok. Peningkatan pengetahuan merupakan langkah awal yang sangat penting sebelum terjadinya perubahan perilaku menuju pola hidup sehat. Masih ditemukannya sebagian besar peserta dengan kebiasaan merokok menunjukkan bahwa perilaku merokok telah menjadi bagian dari kebiasaan sosial yang sulit dihilangkan dalam waktu singkat. Oleh karena itu, intervensi melalui penyuluhan perlu dilakukan secara berkelanjutan dan disertai dengan dukungan lingkungan, keluarga, serta tokoh masyarakat.

Selain itu, pendekatan persuasif yang menekankan dampak merokok terhadap kesehatan keluarga dan lingkungan sekitar dinilai lebih mudah diterima oleh masyarakat. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa keterlibatan langsung masyarakat dalam diskusi dan tanya jawab dapat meningkatkan efektivitas penyuluhan. Peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga aktif mengaitkan materi dengan kondisi kesehatan yang mereka alami.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong kesadaran dan motivasi masyarakat untuk mulai mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok. Secara keseluruhan, hasil dan pembahasan ini menegaskan bahwa penyuluhan bahaya merokok yang dilaksanakan dalam kegiatan KKN Tematik mampu memberikan dampak positif bagi masyarakat RT 09 Kelurahan Jembatan Kecil. Namun demikian, diperlukan tindak lanjut berupa kegiatan edukasi kesehatan yang rutin dan terintegrasi dengan program kesehatan setempat agar perubahan perilaku hidup sehat dapat terwujud secara berkelanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan bahaya merokok di RT 09 Kelurahan Jembatan Kecil berjalan dengan baik dan mendapatkan respon positif dari masyarakat. Penyuluhan ini mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai bahaya merokok serta pentingnya menerapkan pola hidup sehat. Disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara rutin dan berkelanjutan dengan melibatkan lebih banyak warga.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Profil kesehatan Indonesia tahun 2020. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman pengendalian tembakau. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Profil kesehatan Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Ministry of Health of the Republic of Indonesia. (2020). Guidelines for the Prevention and Management of Hypertension in Adults. Jakarta: Ministry of Health of the Republic of Indonesia.

Prasetyo, B. (2017). Merokok dan dampaknya terhadap kesehatan. Yogyakarta: Penerbit Andi.

Sulaiman, R., & Putri, AR (2018). Hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian penyakit tidak menular. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 85–92.