

**GERAKAN KELUARGA SEHAT TANPA ASAP ROKOK (GERAK STAR) PADA IBU
RUMAH TANGGA DI DESA LOMBUEA KECAMATAN MORAMO UTARA
KABUPATEN KONAWA SELATAN**

**MOVEMENT FOR HEALTHY FAMILIES WITHOUT CIGARETTE SMOKE FOR
HOUSEWIVES IN LOMBUEA VILLAGE, NORTH MORAMO DISTRICT
SOUTH KONAWA DISTRICT**

Hariati Lestari¹, Hartati Bahar², Paridah³, Sartiah Yusran⁴, Bulan Sari⁵

¹²⁴⁵ Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

³ Prodi Gizi, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

*email (lestarihariati@yahoo.co.id)

Abstrak: Rokok adalah satu-satunya produk berbahaya yang dampak negatifnya bisa langsung dirasakan oleh orang di sekitar penikmatnya. Pencegahan kebiasaan merokok dapat dimulai dari lingkungan keluarga. Oleh karena itu sangat penting untuk memberikan edukasi kepada Ibu rumah tangga tentang bahaya rokok dan bagaimana mencegah keluarga dari aktivitas merokok dan agar anggota keluarga yang tidak merokok tidak terpapar asap rokok. Oleh karena itu pada kegiatan Program Desa Sehat Binaan dilakukan kegiatan Gerakan Keluarga Sehat Tanpa Asap Rokok (GERAK STAR). Kegiatan GERAK STAR telah dilakukan pada tanggal 03 Agustus 2024, kegiatan penyuluhan ini merupakan rangkaian kegiatan oleh tim program Desa Sehat Binaan FKM UHO Di Desa Lombuea. Kegiatan ini dihadiri oleh kepala Desa dan beberapa aparat Desa, Kader Posyandu dan Ibu Rumah Tangga. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan games menarik. Pada kegiatan ini dilakukan pre test dan post test pengetahuan Ibu Rumah Tangga tentang materi rokok. Berdasarkan hasil Uji T dengan nilai p value $0,00 < 0,05$, artinya Ada perbedaan rata-rata hasil pre-test dengan post test. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi ini berhasil meningkatkan Pengetahuan tentang rokok di Desa Lombuea. Diharapkan Ibu Rumah Tangga dapat menjadi contoh dan penggerak bagi keluarga untuk mencegah kebiasaan meroko dalam lingkungan keluarga.

Kata kunci: Keluarga Sehat, Ibu Rumah Tangga, Merokok.

Abstract: Cigarettes are the only dangerous product whose negative impact can be directly felt by people around the user. Prevention of smoking habits can start from the family environment. Therefore, it is very important to provide education to housewives about the dangers of smoking and how to prevent families from smoking and so that family members who do not smoke are not exposed to cigarette smoke. Therefore, in the Healthy Village Program activities, the Healthy Family Movement Without Smoke activities are carried out. the Healthy Family Movement Without Smoke The activity was carried out on August 3 2024, this outreach activity is a series of activities by the Healthy Village program team assisted by FKM UHO in Lombuea Village. This activity was attended by the Village Head and several Village officials, Posyandu Cadres and Housewives. Counseling is carried out using lecture methods and interesting games. In this activity, a pre-test and post-test on the knowledge of housewives regarding cigarettes were carried out. Based on the results of the T test with a p value of $0.00 < 0.05$, this means that there is a difference in the average results of the pre-test and post test. This shows that this education has succeeded in increasing knowledge about smoking in Lombuea Village. It is hoped that housewives can be an example and driving force for families to prevent the habit of smoking in the family environment.

Keywords: Healthy Family, Housewife, Smoking

Received	Revised	Published
20 Juli 2024	10 September 2024	15 September 2024

Pendahuluan

Merokok masih menjadi masalah kesehatan di negara-negara dunia termasuk Indonesia. Berdasarkan Data World Health Organization (WHO), (2023), pada tahun 2020, 22,3% populasi dunia menggunakan tembakau 36,7% laki-laki dan 7,8% perempuan (WHO, 2023). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) menunjukkan bahwa jumlah perokok aktif diperkirakan mencapai 70 juta orang, dengan 7,4% di antaranya perokok berusia 10-18 tahun. Kelompok anak dan remaja merupakan kelompok dengan peningkatan jumlah perokok yang paling signifikan. Berdasarkan data Global Youth Tobacco Survey (GYTS) pada 2019, prevalensi perokok pada anak sekolah usia 13-15 tahun naik dari 18,3% (2016) menjadi 19,2% (2019). Sementara itu, data SKI 2023 menunjukkan bahwa kelompok usia 15-19 tahun merupakan kelompok perokok terbanyak (56,5%), diikuti usia 10-14 tahun (18,4%) (Kemenkes RI, 2024). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2024, persentase merokok pada penduduk Umur \geq 15 tahun di Indonesia tahun 2023 adalah sebesar 28,62% dan di Sulawesi Tenggara sebesar 24,66% (BPS, 2024).

Konsumsi rokok merupakan salah satu faktor risiko utama terjadinya berbagai penyakit tidak menular seperti penyakit jantung koroner, stroke, kanker, penyakit paru kronik dan diabetes melitus dan merupakan penyebab kematian utama di dunia, termasuk di negara kita Indonesia. Tembakau membunuh separuh penggunaanya yang tidak berhenti. Tembakau membunuh lebih dari 8 juta orang setiap tahunnya, termasuk sekitar 1,3 juta orang bukan perokok yang menjadi perokok pasif. Sekitar 80% dari 1,3 miliar pengguna tembakau di dunia tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023)

Rokok adalah satu-satunya produk berbahaya yang dampak negatifnya bisa langsung dirasakan oleh orang di sekitar penikmatnya. Rokok tidak hanya membahayakan bagi pemakainya saja (perokok aktif) akan tetapi juga berdampak buruk bagi orang-orang yang berada di sekitarnya yang turut menghirup asap rokok (perokok pasif). Asap rokok terdiri dari mainstream smoke yaitu asap yang dihembuskan dari mulut perokok dan sidestream smoke yaitu asap rokok yang dihasilkan dari ujung rokok yang terbakar. Kedua jenis asap ini dapat memengaruhi kesehatan orang-orang di sekitar perokok yang ikut menghirup asap (BPOM, 2019).

Meskipun berbagai sosialisasi terkait dengan risiko merokok telah ditingkatkan, perilaku merokok masih dapat ditemukan di banyak tempat. Di Indonesia, jumlah perokok tidak berkurang, bahkan sering kali bertambah. Hal ini mengindikasikan bahwa upaya sosialisasi yang dilakukan untuk mengurangi jumlah perokok di Indonesia belum memadai (Utami, 2020). Berdasarkan hal tersebut, maka diperlukan suatu metode penyuluhan yang efektif sehingga dapat meningkatkan pemahaman terkait bahaya rokok pada masyarakat khususnya masyarakat Desa Lombueas Kecamatan Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan.

Pencegahan kebiasaan merokok dapat dimulai dari lingkungan keluarga. Dalam sebuah keluarga kebiasaan dan didikan orang tua khususnya ibu dapat dicontoh oleh anggota keluarga khususnya anak-anak. Keluarga merupakan lingkungan yang sangat berpengaruh bagi tumbuh kembang anak, yang memiliki tanggung jawab kepada pembentukan norma dan penanaman nilai dalam proses membentuk perilaku anak. Adanya anggota keluarga yang

merokok sangat berpengaruh terhadap kebiasaan merokok seorang anak, hal ini berbanding terbalik dengan anak yang memiliki keluarga yang tidak perokok (Adiwijaya, F, 2014).

Oleh karena itu sangat penting untuk memberikan edukasi kepada Ibu rumah tangga tentang bahaya rokok dan bagaimana mencegah keluarga dari aktivitas merokok dan agar anggota keluarga yang tidak merokok tidak terpapar asap rokok. Dengan adanya peran ibu rumah tangga untuk menciptakan rumah yang bebas asap rokok, sedikit banyak memberikan contoh kepada mereka bahwa di dalam rumah tidak diperkenankan untuk merokok, sehingga mereka akan secara tidak langsung dididik berpikiran bahwa merokok itu merupakan perilaku yang tidak baik (Hayati.N.S, 2018).

Masyarakat Lombuea pun tak terlepas dari kebiasaan menghisap rokok. Dari hasil pendataan berdasarkan indikator PIS PK terdapat 64 dari 110 (58,18%) Keluarga yang memiliki anggota keluarga yang merokok. Oleh karena itu pada kegiatan Program Desa Sehat Binaan dilakukan kegiatan gerakan keluarga sehat tanpa asap rokok yang disingkat dengan GERAK STAR) di Desa Lombue Kecamatan Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan.

Metode

Penyuluhan Keluarga Sehat tanpa asap rokok telah dilakukan pada tanggal 03 Agustus 2024, kegiatan penyuluhan ini merupakan rangkaian kegiatan oleh tim program Desa Sehat Binaan FKM UHO Di Desa Lombuea. Kegiatan ini dihadiri oleh kepala Desa dan beberapa aparat Desa, Kader Posyandu dan Ibu Rumah Tangga. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan games menarik. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, kemampuan serta keterampilan tentang bahaya asap rokok dan peran ibu Rumah Tangga dalam aksi keluarga sehat tanpa asap rokok.

Proses pelaksanaan kegiatan diawali dengan acara pembukaan dan perkenalan oleh Kepala dan Ketua Tim Desa Sehat, kemudian peserta diberikan pra-test untuk mengetahui pengetahuan awal peserta tentang rokok. Dan selanjutnya Tim Desa Sehat memberikan edukasi tentang rokok. Setelah diberikan materi peserta diberi post-test untuk mengetahui seberapa besar perubahan pengetahuan tentang 12 rokok sebelum maupun sesudah materi edukasi

Hasil dan Pembahasan

Berikut adalah Tabel gambaran distribusi karakteristik responden berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin, dan hasil pre & post-test mengenai perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Untuk Tabel dibawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Usia	n	%
<35	13	39.4
>35	20	60.6
Total	30	100
Jenis Kelamin	n	%
Perempuan	33	100
Total	33	100

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel satu karakteristik diatas, peserta edukasi berusia < 35 sebesar 39,4 % dan berusia > 35 tahun sebesar 60,6 % dengan karakteristik jenis kelamin 100 % perempuan. Berikut adalah Gambaran hasil perubahan pengetahuan sebelum dan setelah edukasi dilakukan dapat dilihat pada Tabel sebagai berikut :

Tabel 2. Perubahan Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi

Perlakuan Test	Mean	Standar Deviasi
Pre-Test	5.36	1.674
Post-Test	7.03	1.015
Pengetahuan	t	Sig. (2-tailed)
Nilai Pre-Test dan Post-Test	-8.424	0.000

Sumber: Data Primer 2024

Uji Hipotesis

Ho: Tidak ada perbedaan rata-rata hasil *pre-test* dengan *post test*

Ha: Ada perbedaan rata-rata hasil *pre-test* dengan *post test*

Ho ditolak berdasarkan hasil Uji T dengan nilai p value $0,00 < 0,05$. Artinya Ada perbedaan rata-rata hasil *pre-test* dengan *post test*. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi ini berhasil meningkatkan Pengetahuan tentang rokok di Desa Lombuea

Pembahasan

Asap rokok sangat berbahaya karena ujung batang rokok adalah bagian dengan suhu maksimum tempat gas paling beracun dikeluarkan. Gas ini menyebar sebagai aliran asap sampingan, selain asap rokok yang dikeluarkan oleh perokok. Satu-satunya cara melindungi orang yang tidak merokok dari bahaya asap rokok ini adalah dengan menghilangkan kegiatan merokok di dalam ruangan. Merokok di dalam satu ruangan, dengan kipas di dalamnya, bukan solusi efektif, karena partikel asap akan tetap bertahan dan beredar di udara dalam rumah dalam waktu yang lama. Setelah seorang pria merokok, asap bermuatan racun akan bertahan 2 hingga 3 jam di dalam rumah dan berpindah dari satu ruangan ke ruangan lain. Bahkan, ketika asap sudah tidak terlihat, Anda bisa mencium kehadirannya di sekitar Anda. Selanjutnya, residu dari asap rokok akan bertahan selama 4-6 jam di dalam rumah dan menjadi sebab utama masalah kesehatan (Quit Tobacco Indonesia, 2013).

Sasaran utama dalam pelaksanaan promosi kesehatan pada tatanan keluarga adalah orang tua, terutama ibu. ibu rumah tangga berperan dalam memberikan informasi mengenai pentingnya perilaku tidak merokok di dalam rumah (Mahardika, et al., 2017). Oleh karena itu ibu RT perlu dibekali pengetahuan tentang tentang rokok.

Rumah tangga bebas rokok yang merupakan salah satu indikator PIS-PK merupakan salah satu upaya untuk menghindari asap rokok dalam rumah. Pada indikator tidak merokok di dalam rumah, ibu harus mampu memberikan pendidikan kesehatan pada seluruh anggota keluarga nya utamanya mengenai bahaya merokok. Ibu rumah tangga selain bertugas untuk memberikan pendidikan kesehatan, ibu rumah tangga harus mampu memberikan dukungan

agar setiap anggota keluarga mampu menerapkan kebiasaan tidak merokok di dalam rumah. Demi terciptanya perilaku yang langgeng, ibu juga bertugas mengawasi perilaku anggota keluarga untuk tidak merokok di dalam rumah. Pengetahuan juga harus ditanamkan kepada anggota keluarga karena pengetahuan merupakan domain terbentuknya perilaku kesehatan (Warumu, et al, 2014).

Peran keluarga khususnya Ibu Rumah Tangga dapat berupa tidak memberi dukungan kepada orang yang merokok dalam bentuk apapun, antara lain: dengan tidak memberikan uang untuk membeli rokok, tidak memberikan kesempatan kepada siapapun untuk merokok di dalam rumah, tidak menyediakan asbak, memberikan penyuluhan tentang pentingnya perilaku tidak merokok kepada seluruh anggota keluarga, menggalang kesepakatan keluarga untuk menciptakan rumah tangga tanpa asap rokok, menegur anggota rumah tangga yang merokok di dalam rumah, tidak menyuruh anaknya membelikan rokok untuknya, melarang anak tidak merokok karena alasan kesehatan, bukan karena alasan ekonomi, orangtua bisa menjadi panutan dalam perilaku tidak merokok (P2PTM Kemenkes RI, 2019).

Edukasi tentang rokok pada ibu rumah tangga diharapkan dapat memberikan contoh, mengedukasi dan menggerakkan anggota keluarganya untuk menghindari kebiasaan merokok atau asap rokok. Hasil ini sesuai dengan hasil kegiatan yang dilakukan di Kegarian Simpang Sugiran bahwa pemberian pendidikan Kesehatan di Kegarian Simpang Sugiran tentang bahaya merokok dapat mengurangi keinginan seseorang untuk merokok. Adanya pendidikan kesehatan akan terbentuklah suatu sikap dan tindakan yang baik dalam menjaga kesehatan diri (suryati dkk, 2019).

Menurut Small dan Hunter (2014) pengetahuan tentang merokok adalah informasi yang dimiliki oleh seseorang terkait dengan bahaya yang disebabkan dalam mengkonsumsi rokok. Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang merokok adalah pemahaman seseorang akan bahaya-bahaya atau risiko yang menyebabkan penyakit dan gangguan kesehatan mengisap dan menghirup rokok. Pada kegiatan ini pengetahuan sebelum dan setelah pemberian edukasi memiliki peningkatan yang signifikan hal sesuai dengan hasil kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh (Mufida, K.I., 2022), menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah diberikan materi edukasi atau penyuluhan dengan nilai $p=0,000$.

Pendidikan kesehatan sangat pentingnya untuk menambah pengetahuan seseorang dimana untuk meningkatkan pengetahuan seseorang di pengaruhi oleh pengalaman dan tingkat pendidikan seseorang, minat seseorang dan lingkungan budaya sekitarnya. Pendidikan kesehatan dapat menambah pengetahuan seseorang sehingga dari hasil tahu dapat merubah perilaku, dan metode yang paling tepat adalah pendekatan individual. Tingkat pengetahuan seseorang dapat meningkat setelah terjadinya suatu upaya yang melibatkan indera untuk menambah pengetahuan itu sendiri, namun hal ini tergantung pada respon setiap individu dalam menerima perlakuan tersebut. Dengan adanya intervensi berupa penyuluhan kesehatan tentang bahaya merokok (Dinaria dkk, 2023). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden terhadap bahaya rokok bagi kesehatan dengan pendidikan kesehatan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan (pre-test) berada pada kategori kurang yaitu sebanyak (58.8%) dan pengetahuan responden tentang bahaya rokok bagi kesehatan dengan pendidikan kesehatan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan (post-test) berada pada kategori baik yaitu sebanyak (73.5%) (Cahyani dkk, 2024).

Pengetahuan dan motivasi dapat dipengaruhi dari pendidikan kesehatan. Terjadinya peningkatan pengetahuan dan motivasi ibu rumah setelah dilakukannya pendidikan kesehatan

ini dipengaruhi antara lain dari latar belakang umur ibu rumah tangga yang rata-rata 46-55 tahun (55%), dengan tingkat pendidikan terbanyak SMA (45%) dan juga mendapatkan informasi dari perawat atau petugas kesehatan yang memberikan penyuluhan dan konseling secara langsung, juga melalui media cetak dan elektronik. Maka diperlukannya peran dari petugas kesehatan untuk memberikan konseling, informasi dan edukasi (KIE) kepada ibu rumah tangga (Nurfitriani, E.A., 2019).

Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan dari kegiatan ini yaitu nilai p value $0,00 < 0,05$. Artinya Ada perbedaan rata-rata hasil pre-test dengan post test. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi tentang rokok pada Ibu Rumah Tangga di Desa Lombuea berhasil meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan keterampilan peserta kegiatan

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya pada Kepala Desa dan jajarannya serta masyarakat khususnya Ibu Rumah Tangga Desa Lombuea atas kesediaannya menerima kami melakukan edukasi tentang Rokok dan Terima kasih pula kepada teman-teman sejawat dan mahasiswa FKM UHO yang membantu kegiatan ini dari awal kegiatan sampai selesai. Semoga kegiatan ini bermanfaat bagi Masyarakat Desa Lombuea.

Referensi

- Adiwijaya, F. (2014). Merokok Perilaku Merokok Pada Remaja Hubungan Keluarga Dan Teman.
- Bpom. (2019). *Bahaya Merokok Bagi Kesehatan*.
- Bps. (2024). Retrieved Agustus 19, 2024, From Bps, 2024. <https://www.bps.go.id/Id/Statistics-Table/2/Mtqznsmy/Persentase-Merokok-Pada-Penduduk-Umur---15-Tahun-Menurut-Provinsi--Persen-.html>, Diakses Tanggal 19 Agustus 2024
- Cahyani Dkk. (2024). Upaya Peningkatan Pengetahuan Keluarga Terhadap Bahaya Rokok Bagi Kesehatan Dengan Pendidikan Kesehatan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*.
- Dinaria Dkk. (2023). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Bahaya Rokok. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*.
- Kemenkes Ri. (2024). Retrieved Agustus 18, 2024, From <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20240529/1545605/perokok-aktif-di-indonesia-tembus-70-juta-orang-mayoritas-anak-muda>
- Mahardika, E. A. (2017). Tindakan Ibu Rumah Tangga Dalam Penerapan Indikator Phbs Tidak Merokok Di Dalam Rumah (Studi Kualitatif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasirian)(The Housewife Behavior In The Implementation Indicators Phbs No Smoking In The House (A Qualitative Study In Pus. *Pustaka Kesehatan*, 5(3), 1-8.

- Mufida Dan Isni . (2022). Pengaruh Edukasi Bahaya Merokok Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat Di Dusun Kandangan 02/03, Margodadi, Seyegan, Sleman. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Gorontalo*.
- Novi Utami. (2020). Pengaruhkebiasaanmerokokorangtuaterhadapperilaku merokokremaja di Indonesia. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 9.
- Nurfitriani Dan Ersya. (2019). Pengaruh Pengetahuan Dan Motivasi Ibu Rumah Tangga Tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Di Kelurahan Talang Bakung Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*.
- P2ptm Kemenkes RI. (2019). *Bagaimana Peran Keluarga Dan Kader Untuk Menciptakan Rumah Tanpa Asap Rokok*. Retrieved From <https://P2ptm.Kemkes.Go.Id/Infographic/Bagaimana-Peran-Keluarga-Dan-Kader-Untuk-Menciptakan-Rumah-Tanpa-Asap-Rokok>
- Quit Tobacco Indonesia. (2013). *Panduan Rumah Bebas Asap Rokok*.
- Suryati Dkk. (2019). Penyuluhan Bahaya Rokok Bagi Kesehatan Di Kenagarian Simpang Sugiran Kecamatan Guguk Kabupaten 50 Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 1(1).
- Warumu, Et Al. (2014). Hubungan Pengetahuan Dan Motivasi Dengan Perilaku Ibu Dalam Pemberantasan Sarang Nyamuk (Psn) Dbd. *Prodi Ners*, 1(1).
- Who. (2023). Retrieved Agustus 18, 2024, From <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
- Zahratul Hayati, Neti Sulami. (2018). Peran Ibu Rumah Tangga Dalam Pencegahan Perilaku Merokok Keluarga Di Dalam Rumah. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan*.