



Perubahan Literasi Bahaya Merokok pada Siswa SMPN 4 Sumbawa

Nur Arifatus Sholihah¹, Siti Sakinah², Hamdin³, Yandri Ratu Sepuh⁴

^{1,3}Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Stikes Griya Husada Sumbawa

²Program Studi S1 Keperawatan, Stikes Maranatha Kupang

⁴Program Studi Diploma III di Akademi Kebidanan Santa Elisabeth Kefamenanu, Kupang

Corresponding author e-mail: arifatus93@gmail.com

Abstract

Smoking among adolescents is a public health problem that increases the risk of non-communicable diseases. Low literacy regarding the dangers of smoking among junior high school students contributes to the high rate of early smoking initiation. This study aimed to determine changes in smoking danger literacy among students of SMPN 4 Sumbawa after interactive counseling. This research employed a pre-experimental design with a one-group pre-test and post-test approach. A total of 60 students were selected using purposive sampling. The intervention was conducted through interactive counseling using presentations, group discussions, question-and-answer sessions, and educational video screenings. The instrument used was a smoking danger literacy questionnaire covering knowledge, attitudes, and risk awareness. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of 0.05. The results showed a significant improvement in smoking danger literacy scores after the intervention ($p < 0.05$). Interactive counseling effectively improved smoking danger literacy among school adolescents and can be recommended as a health promotion strategy in schools.

Keywords: Literacy, smoking dangers, interactive counseling, adolescents

Abstrak

Merokok pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berdampak pada meningkatnya risiko penyakit tidak menular. Rendahnya literasi bahaya merokok di kalangan siswa sekolah menengah pertama berkontribusi pada tingginya angka perokok pemula. Penelitian ini bertujuan mengetahui perubahan literasi bahaya merokok pada siswa SMPN 4 Sumbawa setelah diberikan penyuluhan interaktif. Desain penelitian menggunakan pra-eksperimen dengan pendekatan one group pre-test post-test. Sampel penelitian berjumlah 60 siswa yang dipilih secara purposive. Intervensi dilakukan melalui penyuluhan interaktif dengan metode presentasi, diskusi, tanya jawab, dan pemutaran video edukasi. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner literasi bahaya merokok yang meliputi pengetahuan, sikap, dan kesadaran risiko. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat kemaknaan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan skor literasi bahaya merokok setelah intervensi ($p < 0,05$). Penyuluhan interaktif terbukti efektif meningkatkan literasi bahaya merokok pada remaja sekolah dan dapat direkomendasikan sebagai strategi promosi kesehatan di lingkungan sekolah.

Kata kunci: Literasi, bahaya merokok, penyuluhan interaktif, remaja

© 2025 Jurnal Pustaka Keperawatan

1. Pendahuluan

Merokok pada remaja merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang mendapat perhatian serius, baik di Indonesia maupun di dunia. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa tembakau membunuh lebih dari 8 juta orang setiap tahun, dan lebih dari 7 juta kematian tersebut disebabkan oleh penggunaan langsung, sementara sisanya akibat paparan asap rokok orang lain [1]. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa prevalensi perokok pemula pada kelompok usia 10–18 tahun di Indonesia meningkat dari 7,2% pada tahun 2013 menjadi 9,1% pada tahun 2018. Kondisi ini menjadi tantangan dalam upaya pencapaian target penurunan prevalensi perokok pemula sesuai Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) [2].

Rendahnya literasi bahaya merokok, yang mencakup kemampuan memperoleh, memahami, menilai, dan menggunakan informasi mengenai risiko merokok, menjadi salah satu faktor utama tingginya perilaku mencoba merokok pada usia sekolah [3]. Pengetahuan yang terbatas tentang kandungan zat berbahaya dalam rokok, dampak kesehatan jangka pendek dan panjang, serta pengaruh rokok terhadap kualitas hidup, membuat remaja rentan untuk memulai kebiasaan merokok [4].

Sekolah sebagai institusi pendidikan formal memiliki posisi strategis dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada siswa. Masa remaja awal merupakan fase kritis dalam pembentukan perilaku, di mana pengaruh teman sebaya, media sosial, dan promosi rokok sangat kuat [5]. Upaya promosi kesehatan di sekolah yang dilakukan secara terstruktur, berkelanjutan, dan berbasis partisipasi aktif siswa dapat membantu mencegah perilaku merokok. Penyuluhan interaktif menjadi salah satu metode yang efektif karena melibatkan siswa secara langsung melalui diskusi, simulasi, tanya jawab, permainan edukatif, dan pemutaran media visual, sehingga memudahkan pemahaman dan memperkuat motivasi untuk menghindari rokok [6],[7].

Sejumlah penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa metode interaktif lebih efektif dibandingkan ceramah konvensional dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, dan mengubah perilaku terkait kesehatan pada remaja [8],[9]. Meskipun demikian, penelitian mengenai efektivitas penyuluhan interaktif terhadap literasi bahaya merokok di tingkat SMP di wilayah Kabupaten Sumbawa masih jarang dilakukan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan literasi bahaya merokok pada siswa SMPN 4 Sumbawa

setelah diberikan penyuluhan interaktif. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi pihak sekolah, tenaga kesehatan, dan pembuat kebijakan dalam merancang program promosi kesehatan yang efektif untuk pencegahan perilaku merokok pada remaja.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dengan pendekatan one group pre-test post-test design. Desain ini dipilih untuk menilai perubahan tingkat literasi bahaya merokok pada responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa penyuluhan kesehatan interaktif. Pengukuran dilakukan dua kali pada kelompok yang sama, yaitu sebelum intervensi (pre-test) dan setelah intervensi (post-test), sehingga perubahan yang terjadi dapat diamati secara langsung.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMPN 4 Sumbawa. Sampel penelitian berjumlah 60 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi meliputi kesediaan siswa untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan penelitian, tidak sedang mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan lain yang berkaitan dengan bahaya merokok, serta kehadiran siswa pada saat pengambilan data pre-test dan post-test.

Penelitian dilaksanakan di SMPN 4 Sumbawa, Kabupaten Sumbawa, Nusa Tenggara Barat. Waktu pelaksanaan penelitian berlangsung pada bulan Mei hingga Juni 2025.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner literasi bahaya merokok yang telah melalui proses validasi oleh ahli kesehatan masyarakat. Kuesioner ini mencakup tiga aspek utama, yaitu pengetahuan, sikap, dan kesadaran risiko. Aspek pengetahuan terdiri dari 10 butir pertanyaan pilihan ganda, aspek sikap terdiri dari 10 pernyataan dengan skala Likert 1–5, serta aspek kesadaran risiko terdiri dari 5 pernyataan menggunakan skala Likert. Uji reliabilitas instrumen dilakukan menggunakan uji *Cronbach's Alpha* dan diperoleh nilai sebesar 0,82 yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang baik.

Prosedur penelitian dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan analisis data. Pada tahap persiapan dilakukan koordinasi dengan pihak sekolah dan guru pendamping, penyusunan serta persiapan media edukasi berupa slide presentasi, video edukasi, dan lembar diskusi kelompok, serta uji coba instrumen kepada 10 siswa di sekolah lain untuk memastikan kejelasan dan keterpahaman pertanyaan.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pengisian kuesioner pre-test oleh siswa untuk mengukur tingkat literasi bahaya merokok sebelum intervensi. Selanjutnya diberikan intervensi berupa penyuluhan kesehatan interaktif selama 60 menit dengan metode presentasi, tanya jawab, diskusi kelompok, simulasi dampak merokok, serta pemutaran video edukasi. Setelah intervensi selesai, siswa kembali mengisi kuesioner post-test untuk menilai perubahan literasi bahaya merokok.

Pada tahap analisis data, skor literasi sebelum dan sesudah intervensi dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* karena data tidak berdistribusi normal berdasarkan hasil uji normalitas Shapiro-Wilk ($p < 0,05$). Seluruh proses analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak *SPSS versi 25*.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilakukan terhadap 60 siswa SMPN 4 Sumbawa yang menjadi responden. Pengukuran literasi bahaya merokok dilakukan sebelum dan sesudah penyuluhan interaktif. Literasi diukur dari aspek pengetahuan, sikap, dan kesadaran risiko.

Tabel 1. Perubahan Skor Literasi Bahaya Merokok Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Interaktif

Aspek Literasi	Rata-rata Pre-test	Rata-rata Post-test	Δ Perubahan	p-value
Pengetahuan	65,4	84,7	+19,3	0,000
Sikap	68,1	85,2	+17,1	0,000
Kesadaran Risiko	70,5	88,0	+17,5	0,000
Total Skor Literasi	68,0	85,9	+17,9	0,000

Sumber: Data Primer, 2025

Keterangan Tabel 1. Perubahan skor rata-rata literasi bahaya merokok sebelum dan sesudah penyuluhan interaktif pada siswa SMPN 4 Sumbawa. Seluruh aspek literasi, yaitu pengetahuan, sikap, dan kesadaran risiko menunjukkan peningkatan setelah intervensi. Peningkatan tertinggi terjadi pada aspek kesadaran risiko (70,5 menjadi 88,0), diikuti pengetahuan (65,4 menjadi 84,7), dan sikap (68,1 menjadi 85,2). Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan bahwa perbedaan pre-test dan post-test

pada semua aspek signifikan secara statistik ($p < 0,05$).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penyuluhan interaktif dapat meningkatkan literasi bahaya merokok secara signifikan pada siswa SMPN 4 Sumbawa. Peningkatan ini terjadi pada aspek pengetahuan, sikap, dan kesadaran risiko. Peningkatan skor pengetahuan menunjukkan bahwa siswa lebih memahami kandungan zat berbahaya dalam rokok, dampak jangka pendek dan panjang dari merokok, serta hubungan antara perilaku merokok dengan risiko penyakit tidak menular. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa penyuluhan interaktif memudahkan penyampaian materi karena melibatkan media visual dan diskusi langsung [4].

Aspek sikap yang meningkat menandakan adanya perubahan pandangan siswa terhadap perilaku merokok, dari sikap permisif menjadi lebih menolak dan menghindari rokok. Faktor diskusi kelompok dan tanya jawab menjadi kunci dalam membentuk opini dan persepsi baru yang lebih sehat [5].

Kesadaran risiko yang meningkat mencerminkan bahwa siswa lebih menyadari bahaya jangka panjang merokok, termasuk risiko kanker, penyakit jantung, dan gangguan pernapasan. Temuan ini sejalan dengan teori perubahan perilaku yang menyatakan bahwa kesadaran risiko merupakan salah satu determinan penting dalam pengambilan keputusan untuk menghindari perilaku berisiko [6].

Secara keseluruhan, metode penyuluhan interaktif efektif karena bersifat partisipatif, menggunakan berbagai media, dan memfasilitasi keterlibatan aktif siswa. Dengan pendekatan ini, informasi yang diberikan lebih mudah dipahami, diingat, dan diinternalisasi oleh peserta didik.

4. Kesimpulan

Penyuluhan interaktif terbukti meningkatkan literasi bahaya merokok secara signifikan pada siswa SMPN 4 Sumbawa. Peningkatan terjadi pada seluruh aspek yang diukur, yaitu pengetahuan, sikap, dan kesadaran risiko. Hal ini menunjukkan bahwa metode partisipatif dengan media interaktif dapat menjadi strategi efektif dalam promosi kesehatan di kalangan remaja sekolah menengah pertama.

Sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan edukasi bahaya merokok ke dalam kegiatan pembelajaran atau ekstrakurikuler secara rutin dengan menggunakan metode interaktif yang melibatkan partisipasi aktif siswa. Tenaga kesehatan juga diharapkan memanfaatkan pendekatan partisipatif yang memadukan diskusi, simulasi, dan media audiovisual dalam kegiatan promosi kesehatan di sekolah. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan dengan desain eksperimen yang melibatkan kelompok kontrol dan jangka waktu intervensi

yang lebih panjang untuk mengukur keberlanjutan perubahan literasi.

Ucapan Terimakasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Kepala Sekolah, guru, dan seluruh siswa SMPN 4 Sumbawa yang telah berpartisipasi dan memberikan dukungan penuh dalam pelaksanaan kegiatan ini.

Daftar Rujukan

[1] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019.

[2] World Health Organization, *WHO Report on the Global Tobacco Epidemic 2021: Addressing New and Emerging Products*. Geneva: World Health Organization, 2021.

[3] Departemen Kesehatan Republik Indonesia, *Pedoman Pengendalian Rokok*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018.

[4] A. Syahputra and R. Hidayat, "Efektivitas penyuluhan interaktif dalam meningkatkan pengetahuan bahaya merokok pada

remaja," *Jurnal Promkes*, vol. 9, no. 1, pp. 45–53, 2021, doi: 10.20473/jpk.V9.I1.2021.45-53.

[5] J. Martin and J. Lee, "The role of interactive education in preventing adolescent smoking: A systematic review," *Health Education Research*, vol. 34, no. 2, pp. 123–137, 2019, doi: 10.1093/her/cyy049.

[6] B. Prasetyo and H. Nugroho, "Pengaruh pendidikan kesehatan interaktif terhadap perubahan perilaku merokok pada remaja," *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 15, no. 3, pp. 267–274, 2020.

[7] I. Ajzen, "The theory of planned behavior," *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, vol. 50, no. 2, pp. 179–211, 1991, doi: 10.1016/0749-5978(91)90020-T.

[8] S. Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2014.

[9] Ministry of Health Malaysia, *Tobacco Control Module for School Health Programme*. Putrajaya: Ministry of Health Malaysia, 2017.

[10] UNICEF Indonesia, *Protecting Children from Tobacco*. Jakarta: UNICEF, 2020.