

Edukasi Bahaya Rokok dan Kaitannya dengan Stunting Menggunakan Media Edukatif Ular Tangga pada Siswa SMPN 7 Tamalatea Desa Bontosunggu

St. Rosmanely¹, Nur Alisa Rahim², Inayah Nur Rahmaniyah³, Fitri Siska Busdir⁴, Suci Rahmadani⁵

^{1,2,3,4,5}Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin, Indonesia,

Email: ¹rosmanely1901@gmail.com, ²nuralisarahim12@gmail.com, ³nayarahmaniyah@gmail.com, ⁴busdirfitrisiska@gmail.com, ⁵sucirahmadani@unhas.ac.id

Abstract

Cigarette smoking is one of the major risk factors that adversely affects health, not only for active smokers but also passive smokers. In addition, exposure to cigarette smoke contributes to the incidence of stunting in children through various mechanisms, such as impaired nutrient absorption and increased risk of infection. Therefore, effective educational efforts are needed to increase adolescents' understanding of the dangers of smoking and its impact on child growth and the link to stunting. This study aims to increase the knowledge of SMPN 7 Tamalatea students about the dangers of smoking and its relationship with stunting and evaluate the effectiveness of education using educational media in the form of snakes and ladders games for students of SMPN 7 Tamalatea, Bontosunggu Village, Tamalatea District, Jeneponto Regency. Educational activities were carried out using an interactive lecture method using a slide presentation and a snakes and ladders game specifically designed with material about the dangers of smoking and its impact on health. Evaluation was carried out by comparing the results of the pre-test and post-test using the Paired T-Test test to see the increase in students' understanding before and after the intervention related to smoking hazard education. The results of statistical analysis showed an increase in the average score of students' knowledge from 3.66 ± 1.84 before education to 6.56 ± 1.81 after education, with a p value = 0.000 ($p < 0.05$), which indicates a significant increase in knowledge after the intervention.

Keywords: Cigarette Smoking, Stunting, Health Education, Snakes and Ladders Game, Adolescent Behavior.

Abstrak

Rokok merupakan salah satu faktor risiko utama yang berdampak buruk bagi kesehatan, tidak hanya bagi perokok aktif tetapi juga perokok pasif. Selain itu, paparan asap rokok berkontribusi terhadap kejadian stunting pada anak melalui berbagai mekanisme, seperti gangguan penyerapan nutrisi dan peningkatan risiko infeksi. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang efektif untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang bahaya rokok dan dampaknya terhadap pertumbuhan anak serta kaitan terhadap kejadian stunting. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa SMPN 7 Tamalatea tentang bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting serta mengevaluasi efektivitas edukasi menggunakan media edukatif berupa permainan ular tangga pada siswa SMPN 7 Tamalatea, Desa Bontosunggu, Kecamatan Tamalatea, Kabupaten Jeneponto. Kegiatan edukasi dilakukan dengan metode ceramah interaktif menggunakan slide presentation dan permainan ular tangga yang dirancang khusus dengan materi tentang bahaya rokok dan dampaknya terhadap kesehatan. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test menggunakan uji Paired T-Test untuk melihat peningkatan pemahaman siswa sebelum dan setelah dilakukannya intervensi terkait edukasi bahaya rokok. Hasil analisis statistik menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata pengetahuan siswa dari $3,66 \pm 1,84$ sebelum edukasi menjadi $6,56 \pm 1,81$ setelah edukasi, dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi. Edukasi mengenai bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting menggunakan media permainan ular tangga terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa. Pendekatan edukatif berbasis permainan dapat menjadi strategi yang menyenangkan dan interaktif dalam menyampaikan pesan kesehatan kepada remaja

Kata Kunci: Rokok, Stunting, Edukasi Kesehatan, Permainan Ular Tangga, Perilaku Remaja.

A. PENDAHULUAN

Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO), sebanyak 991 juta orang dewasa di seluruh dunia diperkirakan menjadi perokok pada tahun 2020. Selain itu, prevalensi merokok di kalangan anak-anak mengalami peningkatan, yaitu dari 33,8% pada tahun 2014 menjadi 35,5% pada tahun 2019 (UNICEF, 2021). Kondisi ini sangat mengkhawatirkan karena kualitas generasi muda suatu bangsa saat ini berperan penting dalam menentukan keberhasilan bangsa tersebut di masa depan (Liana dkk., 2021).

Negara-negara yang tergabung dalam Association of South East Asian Nations (ASEAN) menyumbang sekitar 10% dari total perokok di dunia dan menjadi kawasan yang berkontribusi pada 20% kematian global akibat tembakau. Berdasarkan data, Indonesia memiliki persentase perokok tertinggi di antara negara-negara ASEAN, yaitu lebih dari 50%. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, usia pertama kali merokok di Indonesia paling banyak terjadi pada rentang usia 15–19 tahun, yaitu sebesar 50,9%, sementara pada rentang usia 10–14 tahun mencapai 8,8% (Almaidah dkk., 2021). Sedangkan berdasarkan studi Global Youth Tobacco Survey (GYTS) tahun 2019 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja perokok, yang berusia antara 13 hingga 15 tahun, mulai merokok saat mereka berumur 12 hingga 13 tahun (43,2%), sementara 11,4% mulai merokok pada usia 14 hingga 15 tahun. Data ini mengindikasikan bahwa mayoritas remaja yang mulai merokok adalah anak-anak yang berusia di atas 12 tahun, yaitu pada rentang usia sekolah menengah pertama (Ministry of Health Republic of Health, 2019).

Dalam asap rokok, terdapat berbagai senyawa berbahaya, seperti karbon monoksida, nikotin, tar, benzena, formaldehida, hidrogen sianida, arsenik, kadmium, timbal, dan lainnya. Secara keseluruhan, rokok mengandung sekitar 400 jenis senyawa berbahaya, termasuk 43 zat yang bersifat karsinogenik atau dapat menyebabkan kanker (Handayani dkk., 2023). Karbon monoksida dan benzena yang terkandung dalam rokok dapat mengurangi jumlah sel darah merah serta merusak sumsum tulang, sehingga meningkatkan risiko anemia. Anemia berdampak pada menurunnya distribusi nutrisi ke sel, jaringan, dan kelenjar, termasuk kelenjar yang memproduksi hormon tiroid dan hormon pertumbuhan. Kedua hormon tersebut memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan, sehingga kekurangannya dapat berkontribusi pada terjadinya stunting (Hamzah dkk., 2024).

Pada ibu hamil, merokok dapat memberikan dampak jangka pendek pada pertumbuhan janin dan dampak jangka panjang pada tinggi badan anak. Nikotin dalam asap rokok yang dihirup selama kehamilan dapat mengganggu perkembangan embrio dan pertumbuhan tulang, bahkan dapat terserap ke tubuh bayi melalui proses menyusui. Selain itu, paparan timbal dari rokok juga dapat memengaruhi kesehatan ibu hamil dan janin, yang berisiko menurunkan berat badan bayi saat lahir (Setyaningsih dkk., 2024).

Paparan asap rokok merupakan salah satu faktor risiko yang dapat menyebabkan stunting pada balita melalui tiga mekanisme. Pertama, paparan asap rokok meningkatkan risiko terjadinya infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), yang merupakan salah satu penyebab stunting. Kedua, nikotin dalam asap rokok dapat mengganggu penyerapan mineral dan vitamin yang penting untuk pertumbuhan balita. Ketiga, pengeluaran keluarga untuk rokok dapat mengurangi alokasi anggaran untuk kebutuhan pangan, sehingga berdampak pada kurangnya asupan nutrisi anak (Dewi dkk., 2024).

Selain itu, berdasarkan kegiatan PBL I, ditemukan data bahwa persentase orang yang terpapar dengan asap rokok di desa Bontosunggu sebesar 64,3% atau setara dengan 90 orang. Asap rokok mengandung sekitar 500 partikel gas berbahaya, termasuk tar dan nikotin. Mereka yang terkena paparan asap rokok, meskipun tidak merokok secara langsung, tetap akan mengalami dampak negatif bagi kesehatan mereka (Jatmika, 2020). Perokok tangan ketiga adalah orang yang terkena zat berbahaya dari rokok meski tidak merokok secara langsung. Paparan asap rokok dapat memberi dampak kesehatan yang lebih parah pada perokok pasif, karena mereka menghirup zat berbahaya 4-6 kali lebih banyak dibandingkan perokok aktif (Siregar, 2021).

Konsumsi dan paparan asap rokok memiliki dampak serius terhadap kesehatan, termasuk risiko terkena kanker paru-paru, kanker mulut, penyakit saluran pernapasan kronis, serta gangguan selama kehamilan. Selain itu, rokok dapat menyebabkan penyakit jantung koroner, stroke, dan kanker lainnya. Asap rokok mengandung ribuan bahan kimia beracun, termasuk zat-zat yang bersifat karsinogenik. Dampaknya meliputi iritasi pada mata, hidung, dan tenggorokan, serta memicu kambuhnya asma, gangguan pernapasan, dan batuk berdahak. Penelitian ini menyebutkan bahwa 20,3% anak sekolah menjadi perokok (Puteri dkk., 2024).

Tingginya pengeluaran untuk rokok dapat menimbulkan kerugian di berbagai aspek kehidupan, termasuk pola kesehatan dan kesejahteraan sosial ekonomi yang terancam. Kebiasaan merokok juga berdampak

signifikan pada perekonomian rumah tangga, terutama bagi keluarga dengan pendapatan rendah atau miskin. Kemiskinan, sebagai masalah kompleks dengan banyak dimensi, memengaruhi kualitas hidup individu dan masyarakat, seperti rendahnya tingkat pendidikan, akses terbatas pada layanan kesehatan, status gizi anak yang buruk, dan faktor lainnya. Dampak ini lebih dirasakan oleh kelompok rentan, seperti ibu dan anak, yang menghadapi risiko serius seperti malnutrisi, kesehatan yang buruk, dan pendidikan yang tidak memadai (Saputri & Amri, 2024).

Kebiasaan merokok dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti dukungan dari teman sebaya, status sosial ekonomi yang rendah, pergaulan dengan perokok usia muda, memiliki orang tua atau saudara kandung yang merokok, serta berada di lingkungan sekolah yang banyak perokok. Selain itu, kurangnya keyakinan bahwa merokok dapat membahayakan kesehatan juga turut berkontribusi (Handayani dkk., 2023). Faktor lain juga seperti faktor sosial dan lingkungan fisik (media massa yang mempromosikan merokok kepada anak-anak muda), kesehatan mental, persepsi individu (menganggap merokok dapat mengurangi stres atau membantu mengontrol berat badan), status sosial ekonomi yang rendah, kurangnya keterampilan untuk menghindari pengaruh merokok, serta kemudahan akses, ketersediaan, dan harga rokok itu sendiri (Fadia dkk., 2023).

Masa kanak-kanak dan remaja merupakan tahap perkembangan yang sering ditandai dengan perilaku eksploratif dan pengambilan risiko, termasuk mencoba kebiasaan merokok. Pada fase ini, banyak anak dan remaja terdorong untuk bereksperimen sebagai bagian dari proses pencarian jati diri serta akibat pengaruh lingkungan pergaulan. Merokok, yang kerap dimulai pada usia tersebut, telah menjadi tantangan besar bagi kesehatan masyarakat, baik di tingkat nasional maupun global (Sari dkk., 2024).

Perkembangan zaman membuat anak-anak rentan terhadap pengaruh perilaku negatif. Terutama karena anak-anak cenderung lebih tertarik pada aktivitas di luar rumah. Remaja cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tinggi. Penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki kemungkinan lebih besar untuk merokok dibandingkan orang dewasa. Selain itu, riset terbaru mengungkapkan bahwa jumlah remaja yang merokok terus meningkat setiap tahunnya. Secara umum, mereka melaporkan mulai merokok pada rentang usia 9 hingga 12 tahun. Kebiasaan merokok di kalangan pelajar biasanya dipicu oleh minimnya informasi yang benar, salah persepsi, pengaruh iklan, atau ajakan dari teman (Yulianti dkk., 2023).

Pemberian pemahaman dan pengetahuan kepada siswa tentang bahaya merokok bagi kesehatan merupakan hal yang sangat penting. Dalam kehidupan sehari-hari, pergaulan di luar sekolah maupun di luar lingkungan rumah sering kali membuat anak-anak mudah terbawa arus yang mereka anggap baik, padahal sebenarnya dapat membahayakan kesehatan mereka. Selain peran orang tua di rumah, guru juga memiliki tanggung jawab besar, terutama guru bidang kesiswaan dan konseling, untuk mengawasi perilaku siswa agar terhindar dari kebiasaan merokok di lingkungan sekolah. Meskipun berbagai dampak dan bahaya merokok telah banyak dipublikasikan, perilaku kesehatan anak tetap memegang peranan penting dalam mendukung pembangunan sumber daya manusia (SDM) Indonesia yang berkualitas untuk meningkatkan Indeks Pembangunan Manusia. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan perlu dikenalkan dan diajarkan sejak dini. Dibutuhkan pendekatan edukasi yang kreatif dan inovatif agar tercipta suasana belajar yang menyenangkan sekaligus efektif bagi anak Sekolah Menengah Pertama (Siregar dkk., 2023).

Derajat kesehatan masyarakat pada dasarnya dipengaruhi oleh empat faktor utama, yaitu lingkungan, perilaku, layanan kesehatan, dan faktor keturunan. Untuk menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, keempat faktor ini harus ditangani secara bersamaan. Edukasi kesehatan merupakan salah satu upaya intervensi penting yang difokuskan pada perubahan perilaku masyarakat (Nurmawaty & Idris, 2024).

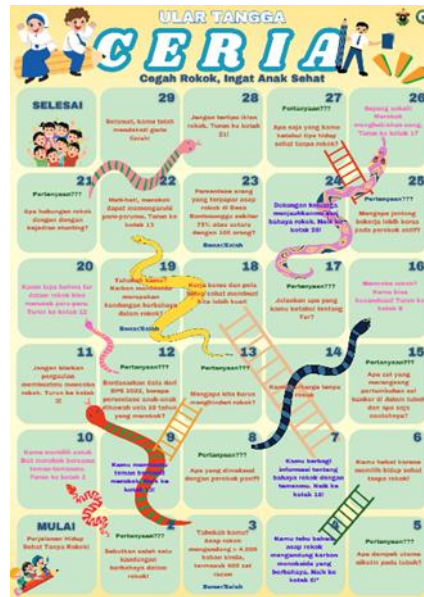
Mengingat besarnya dampak rokok terhadap kesehatan dan pertumbuhan anak, serta tingginya prevalensi merokok di kalangan remaja, maka diperlukan upaya edukasi yang komprehensif, khususnya bagi siswa SMP yang berada pada usia kritis pembentukan perilaku. Pendekatan edukasi yang kreatif dan inovatif diperlukan untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sekaligus efektif dalam menyampaikan pesan tentang bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan penyuluhan dan edukasi mengenai bahaya rokok pada siswa sekolah dasar dan kaitannya dengan kejadian stunting untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang bahaya rokok, mencegah inisiasi merokok pada usia dini, dan berkontribusi pada upaya pencegahan stunting melalui edukasi kesehatan yang terintegrasi.

B. PELAKSAAN DAN METODE

Intervensi ini dilaksanakan pada Kamis, 23 Januari 2025, pukul 08.00 - 11.30 WITA di SMPN 7 Tamalatea, dengan melibatkan 30 peserta. Tujuan dari intervensi ini adalah untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai bahaya rokok dan hubungannya dengan stunting.

Metode yang diterapkan dalam kegiatan ini mencakup ceramah menggunakan slide presentasi serta permainan edukatif ular tangga. Pendekatan ini dipilih untuk menciptakan suasana pembelajaran yang lebih interaktif dan menyenangkan, sehingga siswa dapat lebih mudah memahami materi yang disampaikan.

Evaluasi dilakukan melalui survei awal dan akhir untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Survei ini berbasis pre-test dan post-test, yang kemudian dianalisis secara statistik menggunakan program SPSS dengan uji Paired T-Test. Hasil intervensi disajikan dalam bentuk tabel perbandingan rata-rata skor pre-test dan post-test, disertai dengan analisis scoring guna menilai perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dilakukan.



Gambar 1. Media Ular Tangga CERIA (Cegah Rokok, Ingat Anak Sehat)

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil



Gambar 2. Kegiatan Edukasi Bahaya Rokok dan Kaitannya dengan Stunting Menggunakan Media Edukatif Ular Tangga

Pada tanggal 23 Januari 2025, telah dilaksanakan intervensi non fisik berupa edukasi mengenai bahaya rokok dan hubungannya dengan stunting bagi siswa kelas 8 di SMPN 7 Tamalatea, Desa Bontosunggu, Kecamatan Tamalatea, Kabupaten Jeneponto. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa terkait dampak negatif rokok, khususnya dalam kaitannya dengan stunting. Edukasi ini disampaikan menggunakan slide presentation serta media edukatif berbentuk permainan ular tangga CERIA (Cegah Rokok, Ingat Anak Sehat).

Kegiatan ini diikuti oleh 30 dan berlangsung di ruang kelas SMPN 7 Tamalatea dari pukul 08.00 hingga 12.00 WITA. Kegiatan diawali dengan pelaksanaan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting. Selanjutnya, dilakukan presentasi yang

mencakup berbagai materi edukatif, mulai dari pengenalan definisi rokok, perokok aktif, dan perokok pasif, hingga pembahasan mengenai kandungan berbahaya dalam rokok serta dampaknya terhadap kesehatan. Selain itu, dijelaskan pula hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian stunting, alasan pentingnya menghindari rokok, serta berbagai tips untuk menjalani gaya hidup sehat tanpa rokok.

Setelah sesi penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi ice breaking untuk meningkatkan interaksi dan partisipasi peserta. Selanjutnya, dilakukan permainan edukatif menggunakan media ular tangga "CERIA" (Cegah Rokok, Ingat Anak Sehat) guna memperkuat pemahaman peserta secara interaktif dan menyenangkan. Pada tahap akhir, peserta mengikuti post-test untuk mengevaluasi sejauh mana peningkatan pemahaman mereka setelah mengikuti kegiatan edukasi ini.

Analisis statistik menggunakan uji Paired T-Test menunjukkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari $3,66 \pm 1,84$ sebelum edukasi menjadi $6,56 \pm 1,81$ setelah edukasi, dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Peningkatan skor rata-rata sebesar 79,2% ini menandakan adanya perubahan signifikan dalam tingkat pengetahuan peserta. Selain itu, hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebelum intervensi, hanya 10,0% peserta yang memiliki tingkat pengetahuan baik, sementara 90,0% masih tergolong kurang baik. Setelah edukasi, proporsi siswa dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 70,0%, sedangkan yang memiliki pengetahuan kurang baik menurun menjadi 30,0%.

Tabel 1. Distribusi Skor Pengetahuan Peserta Sebelum (Pre-Test) dan Sesudah (Post-Test) Edukasi Bahaya Rokok dan Kaitannya dengan Stunting Bagi Siswa SMPN 7 Tamalatea di Desa Bontosunggu, Kecamatan Tamalatea, Kabupaten Jeneponto Tahun 2025

Skor Pengetahuan	n	Min	Maks	Mean \pm SD	P-Value
Sebelum (<i>Pre-Test</i>)	30	0	70	3.66 \pm 1.84	0.000
Setelah (<i>Post-Test</i>)	30	30	100	6.56 \pm 1.81	

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 1 merupakan hasil uji Paired T-Test yang menunjukkan distribusi skor pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting. Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan peserta sebelum diberikan edukasi (pre-test) adalah $3,66 \pm 1,84$ dengan nilai minimum 0 dan nilai maksimum 70. Setelah diberikan edukasi (post-test), rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat menjadi $6,56 \pm 1,81$ dengan nilai minimum 30 dan nilai maksimum 100. Skor rata-rata pengetahuan meningkat sebesar 79,2% dengan p-value 0.000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting secara statistik.

Selain melihat distribusi skor pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi, dilakukan pula kategorisasi tingkat pengetahuan menjadi baik dan kurang baik. Tabel 2 berikut menunjukkan distribusi tingkat pengetahuan peserta sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) intervensi:

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum (Pre-Test) dan Sesudah (Post-Test) Edukasi Bahaya Rokok dan Kaitannya dengan Stunting Bagi Siswa SMPN 7 Tamalatea di Desa Bontosunggu, Kecamatan Tamalatea, Kabupaten Jeneponto Tahun 2025

Skor Pengetahuan	Tingkat Pengetahuan				Total	
	Baik		Kurang Baik		n	%
	n	%	n	%		
<i>Pre-Test</i>	3	10.0	27	90.0	30	100.0
<i>Post-Test</i>	21	70.0	9	30.0	30	100.0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 2, terlihat bahwa sebelum diberikan edukasi mengenai bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting (pre-test), mayoritas peserta memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik, yaitu sebanyak 27 orang (90,0%). Sementara itu, hanya 3 orang (10,0%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik. Setelah dilakukan edukasi (post-test), terjadi peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan peserta. Jumlah peserta dengan pengetahuan baik meningkat drastis menjadi 21 orang (70,0%), sedangkan yang masih memiliki pengetahuan kurang baik menurun menjadi 9 orang (30,0%).

Pendekatan yang diterapkan dalam kegiatan ini adalah metode ceramah yang berfokus pada penyampaian langsung mengenai bahaya rokok dan hubungannya dengan kejadian stunting. Evaluasi hasil kegiatan dilakukan melalui analisis data yang diperoleh dari lembar pre-test dan post-test yang diberikan sebelum dan setelah sesi edukasi. Selain itu, efektivitas edukasi juga diukur menggunakan kuesioner tertutup yang berisi 10 pertanyaan pilihan ganda.

Kuesioner ini dirancang secara sistematis untuk menilai pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan. Setiap pertanyaan memiliki empat opsi jawaban, di mana peserta diminta memilih jawaban yang benar. Pertanyaan-pertanyaan tersebut disusun secara cermat agar mencakup aspek-aspek utama terkait bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting, sehingga dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti edukasi.

Untuk melihat pengaruh edukasi tentang bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan peserta sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) intervensi. Hasil distribusi skor pengetahuan peserta dapat dilihat pada Tabel 3 berikut:

Tabel 3. Distribusi Kategori Pre-Test dan Post-Test dalam Uji McNemar pada Kegiatan Edukasi Bahaya Rokok dan Kaitannya dengan Stunting Bagi Siswa SMPN 7 Tamalatea di Desa Bontosunggu, Kecamatan Tamalatea, Kabupaten Jeneponto Tahun 2025

Kategori <i>Pre-Test</i>	Kategori <i>Post-Test</i>		Total
	Kurang Baik	Baik	
Kurang Baik	9	18	27
Baik	0	3	3
Total	9	21	30

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 3, hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi mengenai bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting. Sebelum intervensi, terdapat 9 siswa (30,0%) yang memiliki pengetahuan kurang baik, sementara 21 siswa (70,0%) memiliki pengetahuan baik. Setelah dilakukan edukasi, jumlah siswa dengan pengetahuan kurang baik menurun drastis menjadi 9 siswa (30,0%), sementara jumlah siswa dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 21 siswa (70,0%).

Pembahasan

Edukasi mengenai bahaya rokok merupakan salah satu strategi utama dalam intervensi non-fisik untuk menekan angka perokok. Program edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa Sekolah Menengah Pertama di Desa Bontosunggu mengenai bahaya rokok serta kaitannya dengan stunting. Selain itu, program ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap dampak negatif rokok bagi kesehatan, lingkungan, serta aspek sosial-ekonomi. Materi yang disampaikan mencakup definisi rokok, perbedaan antara perokok aktif dan pasif, kandungan berbahaya dalam rokok, serta dampaknya bagi perokok pasif, khususnya anak-anak dan ibu hamil yang lebih rentan terhadap risiko kesehatan akibat paparan asap rokok.

Salah satu metode yang efektif dalam mendorong perubahan perilaku sehat pada remaja adalah dengan meningkatkan pengetahuan mereka agar dapat mengambil keputusan yang tepat terkait kesehatan. Promosi kesehatan berperan dalam menyampaikan informasi guna meningkatkan pemahaman individu atau kelompok mengenai kesehatan. Pengetahuan yang diperoleh dari promosi kesehatan diharapkan mampu memengaruhi perilaku serta mendorong perubahan positif. Edukasi ini tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga pada peningkatan kesadaran dan keseimbangan antara lingkungan, perilaku, serta individu sehingga peserta mampu menjaga dan meningkatkan kesehatan mereka secara mandiri maupun kolektif (Anwar dkk., 2021).

Rendahnya kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang dampak negatif rokok merupakan salah satu faktor risiko yang berkontribusi terhadap kebiasaan merokok. Pengetahuan memiliki peran krusial dalam membentuk perilaku seseorang, di mana individu yang memiliki pemahaman yang baik cenderung lebih mampu mempertahankan kebiasaan positif dan tidak mudah terpengaruh oleh faktor eksternal (Aeni dkk., 2023). Dalam konteks intervensi edukatif, peningkatan pemahaman siswa mengenai dampak buruk rokok menjadi salah satu indikator utama keberhasilan program yang dapat diukur melalui pre-test dan post-test.

Salah satu media yang digunakan dalam kegiatan edukasi ini adalah permainan ular tangga yang dirancang dengan kombinasi warna cerah untuk menarik perhatian anak-anak. Permainan ini dibuat dalam ukuran cukup besar agar peserta dapat berperan langsung sebagai pion. Setiap kotak dalam permainan berisi pertanyaan yang berkaitan dengan konsep merokok, jenis perokok, kandungan zat berbahaya dalam rokok, serta dampak yang ditimbulkan oleh kebiasaan merokok. Peserta harus menjawab pertanyaan di setiap kotak yang mereka tempati sebelum dapat melanjutkan permainan.

Penggunaan permainan ular tangga edukatif bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta kesadaran anak-anak terhadap bahaya merokok melalui pendekatan yang menyenangkan (Lasari dkk., 2024). Metode permainan edukatif menjadi pendekatan inovatif dalam penyuluhan kesehatan, khususnya bagi remaja yang memiliki ketertarikan terhadap aktivitas bermain. Bermain berperan sebagai sarana yang mendukung pengembangan kemampuan berpikir karena bersifat eksperimental dan fleksibel (Wahyuni dkk., 2020).

Kegiatan edukasi diawali dengan pelaksanaan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai bahaya rokok. Selanjutnya, materi dipresentasikan menggunakan PowerPoint yang memuat informasi mengenai definisi rokok, perbedaan perokok aktif dan pasif, kandungan dalam rokok, dampaknya terhadap kesehatan, serta kaitannya dengan stunting. Setelah pemaparan materi, peserta diajak mengikuti permainan ular tangga edukatif sebagai bentuk intervensi berbasis permainan.

Permainan ular tangga dimainkan secara berkelompok dengan aturan yang telah disesuaikan untuk tujuan edukatif. Setiap pemain melempar dadu dan melangkah sesuai angka yang diperoleh. Jika mendarat di petak tangga, pemain naik ke tingkat lebih tinggi sebagai simbol peningkatan pemahaman, sementara jika mendarat di petak ular, pemain harus turun sebagai gambaran konsekuensi dari kebiasaan merokok. Pada beberapa petak tertentu, pemain harus menjawab pertanyaan terkait materi edukasi sebelum dapat melanjutkan permainan.

Setelah permainan selesai, peserta diberikan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan setelah intervensi dilakukan. Hasil uji statistik menggunakan paired t-test menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai pre-test dan post-test, yang menandakan bahwa intervensi edukasi berbasis permainan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai bahaya rokok. Selain itu, berdasarkan uji McNemar, terdapat peningkatan jumlah siswa dengan tingkat pengetahuan baik dari 10% sebelum edukasi menjadi 70% setelah edukasi, yang mengindikasikan bahwa intervensi ini efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa terhadap bahaya rokok. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis permainan memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran peserta mengenai bahaya merokok.

Penelitian yang dilakukan oleh Asrianti Asmul Syam (2020) juga menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan mengenai bahaya merokok melalui metode permainan ular tangga dan puzzle berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan serta sikap siswa. Studi yang dilakukan pada murid SDN 431 Walenna menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan dengan $p\text{-value } 0,003 < 0,05$ serta perbedaan sikap dengan $p\text{-value } 0,025 < 0,05$ sebelum dan setelah intervensi menggunakan permainan ular tangga. Sementara itu, pada murid SDN 29 Bajo, intervensi melalui permainan puzzle juga menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam hal pengetahuan ($p\text{-value } 0,000 < 0,05$) dan sikap ($p\text{-value } 0,005 < 0,05$). Hasil penelitian ini membuktikan bahwa metode edukatif berbasis permainan dapat meningkatkan pemahaman serta sikap siswa terhadap bahaya merokok. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukatif yang lebih interaktif dan berkelanjutan untuk memastikan bahwa siswa tidak hanya memahami informasi yang diberikan, tetapi juga dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 3. Foto Bersama pada Kegiatan Edukasi Bahaya Rokok dan Kaitannya dengan Stunting pada Siswa SMPN 7 Tamalatea

D. PENUTUP

Edukasi mengenai bahaya rokok dan kaitannya dengan stunting di SMPN 7 Tamalatea menunjukkan bahwa intervensi menggunakan metode ceramah dan permainan edukatif ular tangga berhasil meningkatkan pengetahuan siswa secara signifikan. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan skor pengetahuan rata-rata sebesar 79,2%, dengan proporsi siswa yang memiliki pengetahuan baik meningkat dari 10% menjadi 70%. Penggunaan media permainan ular tangga terbukti efektif dalam menyampaikan materi dengan cara yang menyenangkan dan interaktif, yang mendukung pemahaman siswa tentang bahaya rokok dan dampaknya terhadap kesehatan. Temuan ini memperlihatkan bahwa metode edukasi berbasis permainan dapat menjadi pendekatan yang berhasil dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa terkait isu kesehatan, khususnya rokok dan stunting. Dengan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat, diharapkan hal ini dapat meningkatkan kesadaran untuk kemudian mampu melakukan pengolahan sampah yang berkelanjutan.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada St. Rosmanely, SKM., MKM. selaku dosen pembimbing dalam kegiatan ini yang telah memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berharga. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada pihak SMPN 7 Tamalatea, Kepala Sekolah, serta seluruh staf pengajar yang telah mendukung kelancaran pelaksanaan kegiatan edukasi ini. Terima kasih pula kepada seluruh peserta yang aktif berpartisipasi, serta kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam mendukung keberhasilan intervensi ini.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, H.F., dkk. (2023). Pelaksanaan Kegiatan Intervensi Pencegahan Kebiasaan Merokok di Dalam Rumah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5 (1): pp. 30-41.
- Almaidah, F., Khairunnisa, S., Sari, P., Deidora Chrisna, C., Firdaus, A., Kamiliya, Z. H., Williantari, N. P., Naufal, A., Akbar, M., Putu, L., Pratiwi, A., Nurhasanah, K., & Puspitasari, H. P. (2021). Survei Faktor Penyebab Perokok Remaja Mempertahankan Perilaku Merokok. *Farmasi Komunitas*, 8 (1).
- Anwar, A., Nabahan, D., Tarigan, F.L. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Remaja di Desa Tawar Sedenge Kecamatan Bandar Kabuapten Bener Meriah. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7 (2): pp. 1565-1582.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2022). Statistik Perilaku Merokok di Indonesia.
- Cahyani, T. E., Dolifah, D., & Sejati, A. P. (2024). Upaya Peningkatan Pengetahuan Keluarga Terhadap Bahaya Rokok Bagi Kesehatan Dengan Pendidikan Kesehatan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 3883–3897.
- Cheney, M. K., Song, H., Bhochhibhoya, S., & Lu, Y. (2023). Chronic disease as a risk factor for cigarette and e-cigarette use from young adulthood to adulthood. *Preventive Medicine Reports*, 36(October), 4–7.
- Dewi, K., Susaldi, Munawaroh, M. (2024). Hubungan Paparan Asap Rokok, Pola Makan, dan Faktor Riwayat Penyakit dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Riset Ilmiah*, 3 (4): pp. 2033-2039.
- Fadia, S.H., dkk. (2023). Peningkatan Pengetahuan Bahaya Merokok dengan Edukasi Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Tawang Kabupaten Sidoarjo. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta*: pp. 220-229.
- Hamzah, N.C.H., Syahrinullah, Evawaty, Zulfatmah. (2024). Identifikasi Risiko dan Evaluasi Intervensi Spesifik pada Anak Stunting Berdasarkan Audit Kasus Stunting Berbasis Surveilans di Wilayah Lokus Kabupaten Majene. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene*, 7 (1): pp. 90-96.
- Handayani, S., dkk. (2023). Literasi Kesehatan Tentang Bahaya Rokok Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5 (1): pp. 1-14.
- Jatmika, S.E.D., 2020. Edukasi Rumah Tangga Bebas Asap Rokok Education of Household Free Smoking Cigarette. *Jurnal Pengabdian Masyarakat JDinamika*, 5(1).

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Survei Kesehatan Indonesia (SKI). 2023. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Lasari, H., Saleha, A.K., Damayanti, M., Awalia, S.R., Zam-Zam, R.A. (2024). Cegah Perilaku Merokok Sejak Dini dengan Intervensi Media Edukasi Rokok (Mekar) pada Anak-Anak MIN 3 Banjar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 8 (3): pp. 2551-2562.
- Liana, I., Andriani, A., Zahara, E., & Arbi, A. (2021). Peer Edukasi Tentang Jajanan Kariogenik Pada Anak Usia Sekolah Di Desa Kandang Aceh Besar. *Abdi Wiralodra : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 118–138.
- Ministry Of Health Republic Of Health. (2019). Global Youth Tobacco Survey Global Youth Tobacco Survey 2019. World Health Organization. <https://cdn.who.int/media/docs/default-source/searo/tobacco/global-youth-tobacco-survey/gyts-indonesia-extended-years>.
- Nurmawaty, D., & Idris, I. (2024). Edukasi tentang Dampak Perilaku Merokok pada Kesehatan Remaja di MTS Negeri 38 Rorotan Jakarta Utara. *Jurnal Abdimas Kedokteran dan Kesehatan*, 2 (1): pp. 33-41.
- Saputri, M., & Amri, A. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Rokok pada Rumah Tangga Miskin di Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ekonomi Pembangunan*, 9 (2): pp. 118-125.
- Sari, A.L., dkk. (2024). Pendidikan Kesehatan Bahaya Merokok pada Anak Usia Sekolah di SMP 4 Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sinar Surya*, 2 (2): pp. 63-69.
- Setyaningsih, D., Wijayanti, H.N., Masruroh, Widayati, T., Susanti, S. (2024). Pengaruh Karakteristik Ibu Terhadap Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat*, 8 (2): pp. 148-156.
- Siregar, H.R., 2021. Penyuluhan Kesehatan: Dampak Paparan Asap Rokok Terhadap Kesehatan Keluarga Di Desa Manunggang Jae Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Kota Padangsidimpuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 3(2), pp.25-27.
- Siregar, A.I.T., Aulia, ., & Handayani, S. (2023). Pengabdian Kepada Masyarakat Penyuluhan Tentang “Bahaya Rokok Terhadap Kesehatan” di SMP Negeri 8 Binjai Estate. *Pengabdian Deli Sumatera*, 2 (2): pp. 1-5.
- Syam, A.A. (2020). Edukasi Kesehatan Bahaya Merokok dengan Permainan Ular Tangga dan Puzzle dalam Meningkatkan Pengetahuan Serta Sikap Murid Sekolah Dasar di Kabupaten Luwu Tahun 2020. *Skripsi: Universitas Hasanuddin*.
- UNICEF. (2021). Profil Remaja 2021. Diakses pada 10 Januari 2025. Available at: <https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil%20Remaja.pdf>
- Wahyuni, Fitri, dan Azizah, S.M. (2020). Bermain Dan Belajar Pada Anak Usia Dini. *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan Dan Keagamaan*, 15(01): pp. 161–79.
- WHO. (2024). More than 100 reasons to quit tobacco. https://www.who.int/newsroom/spotlight/more-than-100-reasons-to-quit tobacco?gad_source=1&gclid=CjwKCAjw5qC2BhB8EiwAvqa41tqO4pkk5FkSv7pHhx3urI8gMAUJBybt4iNooFpg_oLk1ue2XbyTxcCjCEQAvD_BwE
- Yulianti, N., dkk. (2023). Penyuluhan Kesehatan Bahayanya Merokok Bagi Siswa SMP. *Community Development Journal*, 4 (2): pp. 3006-30