

Edukasi Kesehatan “Ayo Hidup Sehat Tanpa Merokok” sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Merokok pada Remaja di Dusun Krajan Desa Sukorambi

Shinta Nur Fadilah ^{a,1}, Aliffia Nuriya Maulina ^{a,2}, Putra Adinata ^{a,3}, Tantut Susanto ^{a,4}, Frandita Eldiansyah ^{b,5}

^a Fakultas Keperawatan, Universitas Jember. Jl. Kalimantan No.37, Krajan Timur, Sumbersari, Kabupaten Jember, Jawa Timur, Indonesia. 68121

^b Puskesmas Sukorambi. Jl. Mujair No.2, Krajan, Sukorambi, Kabupaten Jember, Jawa Timur, Indonesia. 68151

¹ ShintaNurFadilah@mail.unej.ac.id; ² AliffiaNuriyaMaulina@mail.unej.ac.id; ³ PutraAdinata@unej.ac.id;

⁴ tantut_s.psik@unej.ac.id; ⁵ Frandita@mail.unej.ac.id

*korespondensi penulis

Informasi artikel	ABSTRAK
Sejarah artikel: Diterima : 6 Juli 2025 Revisi : 30 Mei 2026 Dipublikasikan : 30 Mei 2026	Perilaku merokok pada remaja merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan dan perilaku hidup tidak sehat. Hasil pengkajian di RW 09 Dusun Krajan Desa Sukorambi menunjukkan masih tingginya perilaku merokok pada kelompok remaja sehingga diperlukan upaya edukasi kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok melalui program edukasi kesehatan “Ayo Hidup Sehat Tanpa Merokok”. Kegiatan dilaksanakan di RW 09 Dusun Krajan Desa Sukorambi, Kabupaten Jember, dengan sasaran 70 remaja usia 13–20 tahun. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, serta pemberian leaflet dan poster edukasi mengenai bahaya merokok dan tips berhenti merokok. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan pretest dan posttest untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok setelah pemberian edukasi kesehatan dengan peningkatan sebesar 43,5%. Kegiatan edukasi kesehatan ini dapat menjadi salah satu upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja serta mendukung terbentuknya perilaku hidup sehat di lingkungan masyarakat.

Keyword:

Adolescents; Smoking; Health education; Health promotion; Healthy lifestyle behavior

ABSTRACT

Smoking behavior among adolescents is one of the public health problems that can increase the risk of health disorders and unhealthy lifestyles. Community assessment findings in RW 09, Krajan Hamlet, Sukorambi Village, indicated a high prevalence of smoking behavior among adolescents, highlighting the need for health education interventions. This community service program aimed to improve adolescents' knowledge regarding the dangers of smoking through the health education program entitled “Let's Live Healthy Without Smoking.” The activity was conducted in RW 09, Krajan Hamlet, Sukorambi Village, Jember Regency, targeting 70 adolescents aged 13–20 years. The intervention methods included lectures, interactive discussions, and the distribution of educational leaflets and posters concerning the harmful effects of smoking and smoking cessation tips. Program evaluation was carried out using pretest and posttest questionnaires to assess participants' knowledge before and after the health education intervention. The results demonstrated an increase in adolescents' knowledge regarding the dangers of smoking following the educational intervention, with an improvement of 43.5%. This health education activity can serve as a promotive and preventive effort to enhance adolescent health literacy and support the development of healthy lifestyle behaviors within the community.

This is an open access article under the CC-BY-SA license.



Pendahuluan

Perilaku merokok pada remaja masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius baik secara global maupun nasional. World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa konsumsi tembakau pada usia remaja berkontribusi terhadap peningkatan risiko penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskular, gangguan pernapasan kronis, kanker paru, serta penurunan kualitas hidup pada usia produktif.(1) Selain dampak kesehatan, perilaku merokok pada remaja juga berdampak terhadap aspek sosial dan ekonomi, seperti meningkatnya pengeluaran rumah tangga, rendahnya produktivitas, serta munculnya perilaku hidup tidak sehat lainnya. Secara global, prevalensi penggunaan tembakau pada remaja masih tinggi dan menjadi tantangan kesehatan masyarakat di berbagai negara berkembang. Di Indonesia, prevalensi perokok usia remaja menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun, termasuk pada kelompok usia sekolah.(2) Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi remaja usia 16–19 tahun yang merokok mencapai 20,5%, sedangkan usia mulai merokok semakin dini pada kelompok usia 10–14 tahun. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku merokok pada remaja merupakan masalah prioritas yang memerlukan upaya promotif dan preventif secara berkelanjutan.(3)

Permasalahan perilaku merokok juga ditemukan pada remaja di RW 09 Dusun Krajan Desa Sukorambi Kabupaten Jember. Berdasarkan hasil pengkajian komunitas, terdapat 70 remaja usia 13–20 tahun yang termasuk dalam kelompok agregat remaja, dengan sebanyak 53 remaja (69,7%) memiliki kebiasaan merokok. Tingginya perilaku merokok pada remaja dipengaruhi oleh rendahnya kesadaran terhadap bahaya merokok, kurangnya edukasi kesehatan, serta kuatnya pengaruh lingkungan sosial dan pergaulan sebaya. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa faktor keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sosial memiliki hubungan yang kuat terhadap perilaku merokok remaja.(4) Selain itu, upaya pengendalian perilaku merokok di lingkungan masyarakat belum berjalan optimal karena masih terbatasnya kegiatan edukasi kesehatan yang berfokus pada pencegahan perilaku merokok pada remaja.(5) Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara perilaku hidup sehat yang diharapkan dengan kondisi aktual masyarakat sehingga diperlukan intervensi edukasi kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan remaja di lingkungan setempat.

Pendekatan edukasi kesehatan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini didasarkan pada konsep promosi kesehatan dan teori perubahan perilaku yang menekankan pentingnya peningkatan pengetahuan sebagai dasar pembentukan perilaku sehat. *Health Belief Model* menjelaskan bahwa seseorang cenderung melakukan perubahan perilaku apabila memiliki persepsi terhadap risiko dan dampak kesehatan yang dapat ditimbulkan. Selain itu, *Health Promotion Model* menekankan bahwa perilaku sehat dapat dibentuk melalui peningkatan kesadaran, pemberian informasi kesehatan, serta dukungan lingkungan yang positif. Dalam konteks remaja, edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi promotif yang penting untuk meningkatkan pemahaman mengenai bahaya merokok sehingga diharapkan mampu memengaruhi sikap dan perilaku remaja dalam menjaga kesehatan diri. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa media edukasi kesehatan yang interaktif dan menarik efektif

meningkatkan pemahaman remaja mengenai bahaya merokok dan mendukung perubahan perilaku kesehatan.(6)

Beberapa kegiatan pengabdian masyarakat sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai bahaya merokok efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja.(7,8) Kegiatan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah, diskusi interaktif, video edukasi, dan media visual seperti leaflet serta poster terbukti mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai dampak negatif rokok terhadap kesehatan.(9) Penelitian lain juga menunjukkan bahwa pendekatan *peer educator* dan konseling sebaya efektif meningkatkan pengetahuan dan motivasi remaja dalam upaya berhenti merokok.(10)

Meskipun demikian, perubahan perilaku merokok pada remaja masih menjadi tantangan karena dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan sosial, kebiasaan keluarga, pengaruh teman sebaya, serta rendahnya kontrol diri remaja. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa keberhasilan penghentian merokok pada remaja dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap terhadap rokok, dukungan lingkungan, serta paparan pesan antirokok secara berkelanjutan.(2) Oleh karena itu, kegiatan edukasi kesehatan perlu dilakukan secara berkelanjutan dan melibatkan dukungan lingkungan sekitar agar pesan kesehatan yang diberikan dapat diterima dan diterapkan secara optimal oleh remaja.

Berdasarkan hasil pengkajian di RW 09 Dusun Krajan Desa Sukorambi, permasalahan utama yang ditemukan adalah tingginya perilaku merokok pada remaja, rendahnya kesadaran terhadap bahaya merokok, serta belum optimalnya edukasi kesehatan terkait pencegahan perilaku merokok di masyarakat. Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan pada remaja apabila tidak dilakukan intervensi secara dini.(11) Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif melalui edukasi kesehatan yang terarah dan sesuai dengan karakteristik remaja sebagai kelompok sasaran.

Kegiatan edukasi kesehatan “Ayo Hidup Sehat Tanpa Merokok” dipilih sebagai bentuk intervensi karena edukasi kesehatan merupakan salah satu pendekatan promotif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terkait perilaku hidup sehat. Melalui pemberian informasi mengenai bahaya merokok, dampak kesehatan, dan tips berhenti merokok, remaja diharapkan mampu memahami risiko perilaku merokok serta memiliki motivasi untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Selain itu, kegiatan edukasi ini juga diharapkan dapat meningkatkan kepedulian masyarakat dan lingkungan sekitar terhadap pentingnya pencegahan perilaku merokok pada remaja.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok melalui edukasi kesehatan “Ayo Hidup Sehat Tanpa Merokok” pada remaja di RW 09 Dusun Krajan Desa Sukorambi Kabupaten Jember.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan desain edukasi kesehatan berbasis promotif dan preventif dengan pendekatan partisipatif masyarakat. Intervensi dilakukan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan pemberian media edukasi mengenai bahaya merokok pada remaja. Pendekatan ini dipilih karena mampu meningkatkan keterlibatan peserta secara aktif dalam memahami dampak perilaku merokok serta mendorong peningkatan kesadaran dan perilaku hidup sehat pada remaja.

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di RW 009 Dusun Krajan Desa Sukorambi, Kecamatan Sukorambi, Kabupaten Jember pada tanggal 25 April 2025. Pelaksanaan kegiatan bertempat di RA Darul Ulum dengan dukungan kader kesehatan dan

perangkat setempat. Lokasi kegiatan dipilih berdasarkan hasil pengkajian komunitas yang menunjukkan tingginya perilaku merokok pada kelompok remaja serta rendahnya kesadaran mengenai bahaya merokok dan perilaku hidup sehat.

Sasaran kegiatan adalah remaja usia 13–20 tahun yang berdomisili di RW 009 Dusun Krajan Desa Sukorambi sebanyak 70 orang. Peserta dipilih berdasarkan hasil pendataan komunitas dan kesediaan mengikuti kegiatan edukasi kesehatan. Kriteria inklusi dalam kegiatan ini yaitu remaja yang hadir saat pelaksanaan kegiatan dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan secara sukarela. Dari total 70 peserta yang hadir, sebanyak 53 remaja mengikuti rangkaian pretest dan posttest secara lengkap sehingga data evaluasi pengetahuan dianalisis berdasarkan jumlah tersebut.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, tim pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dengan ketua RW, kader kesehatan, dan pihak lokasi kegiatan terkait pelaksanaan program. Selain itu dilakukan penyusunan materi edukasi, persiapan media pembelajaran, dan penyusunan instrumen evaluasi berupa kuesioner pretest dan posttest.

Tahap pelaksanaan diawali dengan registrasi peserta dan pemberian pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal remaja mengenai bahaya merokok. Selanjutnya dilakukan edukasi kesehatan menggunakan metode ceramah interaktif mengenai pengertian merokok, kandungan zat berbahaya dalam rokok, jenis-jenis rokok, dampak merokok terhadap kesehatan, serta tips berhenti merokok. Materi edukasi disampaikan menggunakan media leaflet dan poster edukatif yang memuat informasi kesehatan terkait bahaya merokok. Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab untuk memberikan kesempatan kepada peserta menyampaikan pengalaman dan hambatan terkait perilaku merokok di lingkungan sekitar. Seluruh tahapan kegiatan mulai dari pretest, penyampaian materi, diskusi interaktif, pembagian media edukasi, hingga posttest terlaksana sesuai jadwal yang telah direncanakan. Kegiatan edukasi dilaksanakan oleh tim pengabdian masyarakat yang terdiri dari dosen dan mahasiswa keperawatan sebagai fasilitator kegiatan. Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi kuesioner pretest dan posttest mengenai pengetahuan bahaya merokok yang disusun berdasarkan materi promosi kesehatan tentang perilaku hidup sehat. Hasil pengetahuan peserta dikategorikan menjadi pengetahuan baik dan kurang baik berdasarkan skor jawaban kuesioner yang telah ditentukan oleh tim pengabdian masyarakat. Media edukasi yang digunakan berupa leaflet dan poster edukatif mengenai kandungan zat berbahaya dalam rokok, dampak kesehatan akibat merokok, serta langkah-langkah berhenti merokok.

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan metode pretest dan posttest untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi kesehatan diberikan. Data yang diperoleh berupa data kuantitatif yang dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase perubahan tingkat pengetahuan peserta. Persentase peningkatan pengetahuan dihitung berdasarkan perubahan proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik sebelum dan sesudah intervensi edukasi kesehatan. Indikator keberhasilan kegiatan ditentukan berdasarkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok dan upaya pencegahannya setelah mengikuti edukasi kesehatan.

Sebelum kegiatan dilaksanakan, tim pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dan memperoleh izin dari perangkat desa, ketua RW, serta pihak lokasi kegiatan. Seluruh peserta diberikan penjelasan mengenai tujuan dan rangkaian kegiatan serta mengikuti

kegiatan secara sukarela. Data peserta dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat.

Hasil

Kegiatan edukasi kesehatan “Ayo Hidup Sehat Tanpa Merokok” dilaksanakan pada tanggal 25 April 2025 di RA Darul Ulum RW 009 Dusun Krajan Desa Sukorambi, Kecamatan Sukorambi, Kabupaten Jember. Kegiatan ini diikuti oleh 70 remaja usia 13–20 tahun yang terdiri dari 53 peserta laki-laki (75%) dan 17 peserta perempuan (25%) (Tabel 1). Dari seluruh peserta yang hadir, sebanyak 53 remaja mengikuti rangkaian pretest dan posttest secara lengkap sehingga data evaluasi pengetahuan dianalisis berdasarkan jumlah tersebut.

Tabel 1. Karakteristik Remaja di Dusun Krajan Desa Sukorambi

Jenis Kelamin	N	%
Laki – Laki	53	75%
Perempuan	17	25 %
Total	70	100 %

Seluruh tahapan kegiatan terlaksana sesuai dengan rencana yang telah disusun. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pemberian pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal remaja mengenai bahaya merokok. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi edukasi kesehatan menggunakan metode ceramah interaktif mengenai pengertian merokok, kandungan zat berbahaya dalam rokok, jenis-jenis rokok, dampak merokok terhadap kesehatan, serta tips berhenti merokok. Dalam kegiatan ini, peserta juga diberikan leaflet dan poster edukatif sebagai media pembelajaran untuk membantu memahami materi yang disampaikan. Setelah sesi penyampaian materi selesai, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi interaktif dan tanya jawab, kemudian diakhiri dengan pemberian posttest untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi kesehatan (Gambar 1).



Gambar 1. Edukasi Hidup Sehat tanpa Merokok di Dusun Krajan Desa Sukorambi

Hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan tingkat pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok setelah diberikan edukasi kesehatan. Sebelum intervensi dilakukan, sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan kurang baik mengenai

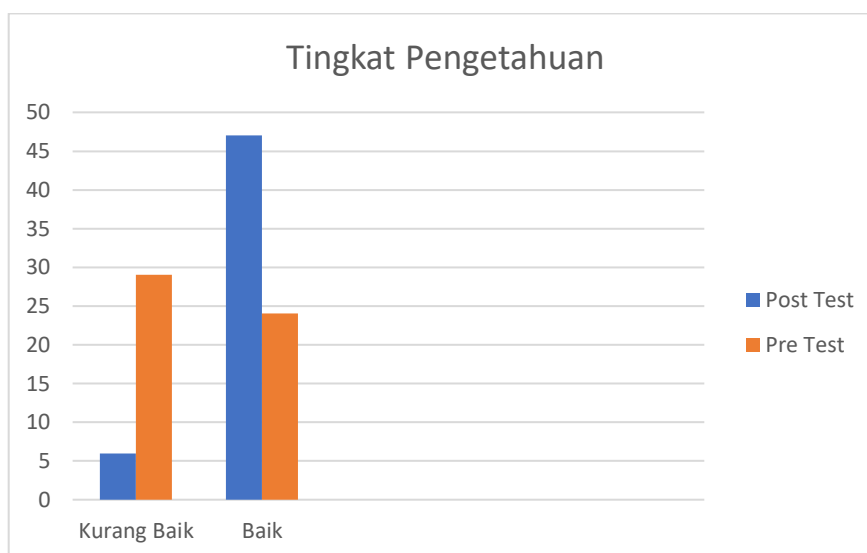
bahaya merokok. Setelah edukasi kesehatan diberikan, proporsi peserta dengan tingkat pengetahuan baik mengalami peningkatan. Data hasil pretest dan posttest menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta sebesar 43,5% setelah mengikuti kegiatan edukasi kesehatan.

Data hasil pretest dan posttest disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase perubahan tingkat pengetahuan peserta. Sebelum edukasi kesehatan diberikan, peserta dengan kategori pengetahuan baik mengenai bahaya merokok berjumlah 24 orang (45,5%), sedangkan peserta dengan kategori pengetahuan kurang baik berjumlah 29 orang (54,5%). Setelah dilakukan edukasi kesehatan, jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat menjadi 47 orang (89%), sedangkan peserta dengan kategori pengetahuan kurang baik menurun menjadi 6 orang (11%) (Tabel 2).

Tabel 2. Perbedaan pre test dan post test tingkat pengetahuan merokok Pada Remaja di Dusun Krajan Desa Sukorambi

Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	N	%	N	%
Kurang Baik	29	54.5 %	6	11 %
Baik	24	45.5 %	47	89 %
Jumlah	53	100 %	53	100 %

Berdasarkan hasil yang di peroleh tersebut terlihat adanya perbedaan tingkat pengetahuan merokok sebelum pemberian edukasi dan setelah edukasi, yang dapat dilihat pada Gambar 3. Berdasarkan grafik tersebut dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan yang signifikan mengenai tingkat pengetahuan remaja yang mengalami kenaikan sebesar 43.5%. (Gambar 2)



Gambar 2. Perubahan Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Bahaya Merokok Sebelum dan Sesudah Edukasi

Selain hasil kuantitatif, selama kegiatan berlangsung peserta terlihat aktif mengikuti sesi edukasi dan diskusi interaktif. Beberapa peserta menyampaikan pengalaman mengenai kebiasaan merokok di lingkungan pertemanan dan keluarga serta menanyakan dampak

merokok terhadap kesehatan jangka panjang. Leaflet dan poster edukatif digunakan peserta sebagai media untuk memahami materi yang disampaikan oleh tim pengabdian masyarakat. Antusiasme peserta terlihat dari keterlibatan aktif selama sesi tanya jawab dan diskusi berlangsung hingga kegiatan selesai (Gambar 3).



Gambar 3. Antusiasme Masyarakat pada Penyuluhan Merokok di Dusun Krajan Desa Sukorambi

Dalam pelaksanaan kegiatan, terdapat beberapa kendala, yaitu keterbatasan waktu sehingga sesi diskusi belum dapat dilakukan secara lebih mendalam pada seluruh peserta. Selain itu, perbedaan tingkat pemahaman peserta juga memengaruhi proses penyampaian materi edukasi. Namun demikian, kegiatan didukung oleh keterlibatan kader kesehatan, perangkat setempat, serta dukungan fasilitas dari pihak RA Darul Ulum sehingga seluruh rangkaian kegiatan dapat terlaksana sesuai dengan rencana.

Peningkatan pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dapat menjadi salah satu upaya promotif dalam meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya perilaku hidup sehat dan pencegahan perilaku merokok di lingkungan masyarakat.

Pembahasan

Peningkatan pengetahuan remaja setelah pelaksanaan edukasi kesehatan menunjukkan bahwa intervensi promotif melalui penyuluhan dan media edukasi mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai bahaya merokok. Sebelum intervensi dilakukan, sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik terkait dampak merokok terhadap kesehatan. Setelah pemberian edukasi, proporsi remaja dengan tingkat pengetahuan baik mengalami peningkatan. Hasil ini menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya perilaku merokok pada remaja di Dusun Krajan Desa Sukorambi. Edukasi kesehatan memberikan kesempatan kepada remaja untuk memperoleh informasi yang lebih tepat mengenai kandungan rokok, dampak kesehatan, serta pentingnya perilaku hidup sehat tanpa merokok. Peningkatan pengetahuan tersebut sejalan dengan konsep promosi kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang dapat memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan seseorang.(12) Temuan ini juga didukung oleh penelitian terbaru yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi berbasis komunitas efektif

meningkatkan literasi kesehatan dan kesadaran remaja terhadap risiko perilaku merokok.(13,14)

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Nurahmah (2021) yang menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan memiliki hubungan dengan peningkatan kesadaran remaja terhadap perilaku merokok.(15) Penelitian lain juga melaporkan bahwa edukasi kesehatan berbasis sekolah dan komunitas mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai risiko penggunaan tembakau serta mendorong terbentuknya sikap yang lebih positif terhadap perilaku hidup sehat.(16) Kesamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai bahaya merokok. Namun demikian, pada kegiatan ini evaluasi yang dilakukan masih terbatas pada aspek pengetahuan dan belum mengukur perubahan perilaku merokok secara langsung dalam jangka panjang. Selain faktor pengetahuan, perilaku merokok pada remaja juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial, teman sebaya, kebiasaan keluarga, serta kemudahan akses terhadap rokok di lingkungan masyarakat.(17) Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku merokok pada remaja merupakan masalah yang bersifat multifaktorial sehingga memerlukan pendekatan promotif dan preventif yang berkelanjutan.

Keberhasilan kegiatan edukasi kesehatan ini didukung oleh keterlibatan aktif peserta selama sesi diskusi dan tanya jawab. Remaja terlihat antusias dalam menyampaikan pengalaman terkait kebiasaan merokok di lingkungan pertemanan maupun keluarga. Dukungan kader kesehatan dan pihak sekolah dalam menyediakan fasilitas kegiatan juga membantu kelancaran pelaksanaan program. Selain itu, penggunaan leaflet dan poster bergambar mempermudah peserta memahami materi yang disampaikan karena informasi diberikan secara visual dan komunikatif. Metode ceramah interaktif yang dikombinasikan dengan diskusi kelompok turut meningkatkan partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung. Temuan ini sejalan dengan penelitian terbaru yang menyebutkan bahwa media edukasi visual dan pendekatan partisipatif lebih efektif meningkatkan keterlibatan remaja dalam program promosi kesehatan dibandingkan metode satu arah.(18)

Selama pelaksanaan kegiatan, terdapat beberapa hambatan yang memengaruhi proses edukasi. Keterbatasan waktu menyebabkan sesi diskusi belum dapat dilakukan secara mendalam pada seluruh peserta. Selain itu, terdapat variasi tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan sehingga beberapa peserta memerlukan penjelasan ulang menggunakan bahasa yang lebih sederhana. Sebagian remaja juga masih menganggap perilaku merokok sebagai hal yang umum dalam lingkungan sosialnya. Untuk mengatasi kondisi tersebut, tim pelaksana menggunakan pendekatan komunikasi interaktif, memberikan contoh kasus sederhana, serta membuka sesi tanya jawab agar peserta lebih mudah memahami materi edukasi yang diberikan.

Kegiatan edukasi kesehatan ini memberikan kontribusi terhadap peningkatan kesadaran remaja mengenai pentingnya perilaku hidup sehat tanpa merokok. Peningkatan pemahaman peserta diharapkan menjadi langkah awal dalam mendukung upaya promotif dan preventif terhadap perilaku merokok pada remaja di lingkungan masyarakat. Keterlibatan kader kesehatan dan pihak sekolah juga membuka peluang keberlanjutan program edukasi kesehatan secara berkala melalui kegiatan penyuluhan remaja dan promosi kesehatan berbasis komunitas. Temuan ini memperlihatkan bahwa edukasi kesehatan dapat menjadi salah satu strategi pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja terkait bahaya merokok.(19)

Meskipun demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini memiliki beberapa keterbatasan. Evaluasi kegiatan hanya dilakukan dalam jangka pendek melalui pengukuran pretest dan posttest sehingga belum dapat menggambarkan perubahan perilaku merokok secara nyata. Jumlah peserta yang terbatas pada satu wilayah komunitas juga menyebabkan hasil kegiatan belum dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas. Selain itu, instrumen evaluasi yang digunakan masih berfokus pada aspek pengetahuan dan belum mencakup pengukuran sikap maupun perilaku kesehatan remaja secara komprehensif.

Berdasarkan hasil kegiatan, edukasi kesehatan mengenai bahaya merokok perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan keluarga, sekolah, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat agar peningkatan pengetahuan remaja dapat dipertahankan.⁽²⁰⁾ Program lanjutan juga perlu dikembangkan dalam bentuk pendampingan remaja, kampanye lingkungan bebas asap rokok, serta edukasi berbasis peer group untuk memperkuat dukungan sosial terhadap perilaku hidup sehat. Selain itu, penelitian atau kegiatan selanjutnya disarankan untuk mengevaluasi perubahan perilaku merokok dalam jangka panjang dan mengukur efektivitas intervensi komunitas secara lebih komprehensif.

Kesimpulan

Kegiatan edukasi kesehatan “Ayo Hidup Sehat Tanpa Merokok” di Dusun Krajan Desa Sukorambi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok setelah pemberian edukasi kesehatan. Intervensi edukatif yang dilakukan melalui metode ceramah, pembagian leaflet dan poster, serta diskusi interaktif mampu meningkatkan pemahaman remaja terkait dampak merokok terhadap kesehatan dan pentingnya perilaku hidup sehat. Peningkatan literasi kesehatan tersebut diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran remaja terhadap pencegahan perilaku merokok di lingkungan masyarakat. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas merupakan salah satu upaya promotif dan preventif yang relevan dalam mendukung peningkatan kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok remaja yang rentan terhadap perilaku kesehatan berisiko. Oleh karena itu, diperlukan pelaksanaan edukasi kesehatan secara berkelanjutan dengan melibatkan keluarga, sekolah, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat guna memperkuat dukungan sosial serta menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku hidup sehat pada remaja. Selain itu, program serupa dapat dikembangkan dengan cakupan yang lebih luas disertai evaluasi jangka panjang terhadap perubahan perilaku merokok remaja.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih ditujukan kepada *Center of Agronursing for Community, Family, and Elderly Health* Selaku Kelompok Riset Departemen Komunitas, Keluarga, dan Gerontik, Fakultas Keperawatan Universitas Jember, serta Pihak Puskesmas Sukorambi, sehingga pengabdian ini bisa dilaksanakan, dan terima kasih kepada Stakeholder dan warga di RW 09 Desa Sukorambi sebagai pihak yang berpartisipasi dalam program pengabdian ini.

Daftar Pustaka

1. World Health Organization. Tobacco [Internet]. [cited 2025 May 30]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>

2. Dadras O. Predictor of smoking cessation among school-going adolescents in Indonesia: a secondary analysis based on the transtheoretical model of behavioral change. *Front Psychiatry*. 2024 Mar 7;15. doi:10.3389/fpsy.2024.1374731
3. Artanti KD, Arista RD, Fazmi TIK. The influence of social environment and facility support on smoking in adolescent males in Indonesia. *J Public Health Res*. 2024 Jan 1;13(1):22799036241228091. doi:10.1177/22799036241228091
4. Kristiani E, Ricky DP. Gambaran Dukungan Keluarga dan Pengaruh Teman Sebaya terhadap Perilaku Merokok Remaja. *J Penelit Perawat Prof*. 2023 May 4;5(3):897–904. doi:10.37287/jppp.v5i3.1656
5. Yulanda NA, Ligita T, Rahmawati N, Syafira K, Maharani E. Pemberdayaan Remaja Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Pernapasan Akibat Perilaku Merokok. *J Kreat Pengabd Kpd Masy PKM*. 2024 Aug 1;7(8):3615–24. doi:10.33024/jkpm.v7i8.15679
6. Saputri MSK, Sari SP, Mustofa SB, Lestantyo D. Using Educational Media to Prevent Adolescent Smoking and Raise Health Awareness: A Meta-Analysis. *J Promkes Indones J Health Promot Health Educ*. 2024 Aug 1;12(SI2):192–202. doi:10.20473/jpk.V12.ISI2.2024.192-202
7. Said S, Ramlan P, Adri K, Sulaiman Z, Febrianti D. Peningkatan Pengetahuan tentang Bahaya Merokok Melalui Edukasi Kesehatan pada Siswa SMA Negeri 1 Sidenreng Rappang. Vol. 5. 2025;5.
8. Zubaidah R, Sugiyarti AT, Fidyaningsih R, Febrina H, Maulidiyah L, Jazilla I. Edukasi Kesehatan Mengenai Bahaya Merokok Pada Remaja. *J Abdimas Ar Rahma*. 2024 Jun 20;1(1):1–7.
9. Djaafar N, Kolompoy JA, Taaropetan CN, Memah HP, Djaafar T, Tambuwun S. Impact of Media Stimulus Health Promotion Videos on Adolescents Risk of Smoking. *Poltekita J Ilmu Kesehat*. 2024 Feb 29;17(4):1510–7. doi:10.33860/jik.v17i4.3156
10. Dais EG, Sutini T, Purwati NH, Srisantyorini T. The Effective peer educators and counselors in adolescent efforts to quit smoking. *J Keperawatan*. 2024 Jul 31;15(02). doi:10.22219/jk.v15i02.33013
11. Rismayani B, Akbar H, Potabuga RR, Malanti CAS. Edukasi Bahaya Merokok Dalam Memproteksi Diri Dari Risiko Penyakit Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) di SDN 1 Babo.
12. Liao CH, Bercea S. Success factors of health promotion: Evaluation by DEMATEL and M-DEMATEL methods — A case study in a non-profit organization. *PLoS ONE*. 2021 Dec 7;16(12):e0260801. doi:10.1371/journal.pone.0260801 PubMed PMID: 34874963; PubMed Central PMCID: PMC8651107.

13. Lazarus G, Audrey J. Community-Based Intervention Strategies to Reduce Tobacco Use in Asia: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. *J Asian Med Stud Assoc.* 2020 Mar 29;8(4):1–10. doi:10.52629/jamsa.v8i4.177
14. Gu M, Li X, Qin T, Qiao K, Bai X, Wang Y, et al. Environment and social support for smoking cessation among community smokers in Beijing, China. *Tob Induc Dis.* 2023;21(145). doi:10.18332/tid/172216
15. Nurahmah M, Anasari T. Hubungan Pengetahuan Tentang Rokok Dan Teman Yang Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja. 2021.
16. Riyadi S, Ru'iyah S. Health Education of No Smoking Behavior in Adolescents with a Social Cognitive Theory (SCT) Approach. *Indones J Public Health.* 2025;20(1):147–62. doi:https://doi.org/10.20473/Ijph.v20i1.2025.147-162
17. Nurarifah, Sukmawati. Perspektif Remaja tentang Dampak Kebiasaan Merokok: Sebuah Tantangan. *J Penelit Kesehat SUARA FORIKES J Health Res Forikes Voice.* 2024 Jun 28;15(2):242–50. doi:10.33846/sf15214
18. Galmarini E, Marciano L, Schulz PJ. The effectiveness of visual-based interventions on health literacy in health care: a systematic review and meta-analysis. *BMC Health Serv Res.* 2024 Jun 11;24:718. doi:10.1186/s12913-024-11138-1 PubMed PMID: 38862966; PubMed Central PMCID: PMC11165863.
19. Angeli M, Hassandra M, Krommidas C, Morres I, Theodorakis Y. Assessing the Impact of a Health Education Anti-Smoking Program for Students: A Follow-Up Investigation. *Children.* 2024 Mar 23;11(4):387. doi:10.3390/children11040387 PubMed PMID: 38671604; PubMed Central PMCID: PMC11049245.
20. Karimah A, Soetjipto, Fithriyah I, Gautama SM, Sjenny A, Syamlan AT, et al. Effectiveness of Community Smoking Prevention Education in Enhancing Adolescent's Knowledge in Banyuwangi Indonesia. *J Psikiatri Surabaya.* 2025 May 1;14(1):65–71. doi:10.20473/jps.v14i1.64486