***Abdinesia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat***
Volume 6 Nomor 2 Agustus 2026
p-ISSN 2775-0183 e-ISSN 3032-2537
https://doi.org/10.69503/abdinesia
https://ejournal.ununtb.ac.id/index.php/abdinesia/index

# Implementasi Edukasi Bahaya Merokok sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Merokok pada Remaja Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Pringsewu

Muhammad Farhan Al Farisi[1*], Wahid Sofian[2], Eko Wardoyo[3]

[1,2,3] Universitas Aisyah Pringsewu, Indonesia

**Corresponding author*

Email: farhannalfarisi@gmail.com

**Abstrak**

Perilaku merokok pada remaja masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat di Indonesia. Rendahnya pengetahuan mengenai kandungan zat berbahaya dalam rokok serta dampak jangka pendek maupun jangka panjang menyebabkan banyak pelajar mulai mencoba merokok sejak usia sekolah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa SMP Negeri 2 Pringsewu mengenai bahaya merokok serta mendorong terbentuknya perilaku hidup sehat tanpa rokok. Metode yang digunakan berupa penyuluhan kesehatan melalui ceramah, diskusi interaktif, tanya jawab, pemutaran media *PowerPoint*, pembagian *leaflet*, *ice breaking*, serta evaluasi pengetahuan peserta. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2026 dengan sasaran siswa SMP Negeri 2 Pringsewu. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mengikuti penyuluhan secara aktif, mampu menjawab pertanyaan yang diberikan, memahami kandungan berbahaya dalam rokok, penyakit akibat merokok, faktor penyebab seseorang merokok, serta strategi berhenti merokok. Edukasi kesehatan terbukti menjadi salah satu upaya promotif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai bahaya merokok sehingga diharapkan mampu menurunkan risiko perilaku merokok pada usia remaja.

**Kata Kunci:** Bahaya Merokok, Edukasi Kesehatan, Remaja

***Article History***
*Received*: 07 Juli 2026
*Accepted*: 18 Juli 2026

## PENDAHULUAN

Merokok merupakan salah satu faktor risiko utama berbagai penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan dunia maupun di Indonesia. Rokok mengandung lebih dari 4.000 senyawa kimia, sekitar 200 di antaranya bersifat toksik dan sedikitnya 43 senyawa bersifat karsinogenik. Kandungan seperti nikotin, tar, dan karbon monoksida dapat menyebabkan gangguan sistem pernapasan, penyakit kardiovaskular, kanker, hingga kematian dini. Organisasi kesehatan dunia juga menyebutkan bahwa sebagian besar perokok mulai merokok sejak usia remaja sehingga pencegahan sejak usia sekolah menjadi strategi yang sangat penting (WHO, 2023; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap pengaruh lingkungan, teman sebaya, media sosial, maupun iklan rokok. Rasa ingin tahu, pencarian identitas diri, serta kurangnya pengetahuan mengenai bahaya merokok menjadi faktor yang meningkatkan kemungkinan seorang pelajar mencoba merokok. Kebiasaan tersebut tidak hanya berdampak terhadap kesehatan individu, tetapi juga memengaruhi

**Abdinesia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat** is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

lingkungan keluarga maupun masyarakat melalui paparan asap rokok. Oleh karena itu, peningkatan literasi kesehatan sejak dini menjadi salah satu upaya preventif yang perlu dilakukan secara berkelanjutan. (Ramadhani et al., 2023; Nurjannah et al., 2023). Berdasarkan hasil observasi awal di SMP Negeri 2 Pringsewu, masih ditemukan siswa yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai kandungan rokok, penyakit akibat merokok, serta cara mencegah perilaku merokok. Kondisi tersebut mendorong pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesehatan mengenai bahaya merokok. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan siswa sekaligus membentuk sikap positif dalam menolak kebiasaan merokok sehingga mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang sehat dan bebas asap rokok. (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2026 di SMP Negeri 2 Pringsewu dengan sasaran siswa sekolah menengah pertama. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pihak sekolah, penyusunan Satuan Acara Penyuluhan (SAP), persiapan media edukasi berupa *PowerPoint, leaflet*, LCD proyektor, serta penyusunan instrumen evaluasi untuk mengukur pemahaman peserta. Metode edukasi menggunakan pendekatan promotif melalui ceramah, diskusi interaktif, tanya jawab, *ice breaking*, pembagian *leaflet*, pemberian penghargaan kepada peserta aktif, serta penyampaian lagu edukatif mengenai bahaya merokok. Materi yang diberikan meliputi pengertian rokok, kandungan zat berbahaya dalam rokok, dampak merokok terhadap kesehatan, penyakit akibat merokok, faktor penyebab seseorang mulai merokok, serta strategi berhenti merokok. Penyampaian materi dilakukan secara komunikatif sehingga peserta dapat berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung (SAP Penyuluhan Bahaya Merokok, 2026; Ramadhani et al., 2023). Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi terhadap keaktifan peserta selama penyuluhan dan pemberian pertanyaan secara lisan setelah penyampaian materi. Keberhasilan kegiatan ditentukan berdasarkan keterlibatan peserta dalam diskusi, kemampuan menjawab pertanyaan, serta antusiasme siswa selama mengikuti seluruh rangkaian penyuluhan hingga selesai.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik dan mendapat dukungan dari pihak SMP Negeri 2 Pringsewu. Seluruh rangkaian kegiatan mulai dari pembukaan, penyampaian materi, diskusi, tanya jawab, hingga evaluasi dapat terlaksana sesuai jadwal yang telah direncanakan. Dokumentasi kegiatan menunjukkan bahwa siswa mengikuti penyuluhan dengan antusias serta berpartisipasi aktif dalam berbagai sesi yang diberikan oleh tim pengabdian masyarakat. Hasil evaluasi menunjukkan sebagian besar peserta mampu menjelaskan kembali pengertian rokok, kandungan zat berbahaya dalam rokok, berbagai penyakit akibat merokok, serta alasan seseorang mulai merokok. Peserta juga dapat menyebutkan beberapa upaya berhenti merokok, seperti meningkatkan motivasi diri, melakukan aktivitas positif, berolahraga, dan menghindari lingkungan perokok. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa metode ceramah yang dikombinasikan dengan media visual, *leaflet*, dan diskusi interaktif mampu meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi yang diberikan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap bahaya merokok. (Ramadhani et al., 2023; Nurjannah et al., 2023).

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan melalui ice breaking, pemberian hadiah, dan lagu edukasi sehingga peserta lebih mudah memahami materi. Pendekatan edukasi yang melibatkan interaksi aktif terbukti mampu meningkatkan perhatian siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Dengan meningkatnya pengetahuan mengenai bahaya merokok, diharapkan siswa memiliki kemampuan untuk menolak ajakan merokok dari lingkungan sekitarnya serta menjadi agen perubahan dalam menciptakan lingkungan sekolah bebas rokok (Sari, 2025; Kementerian Kesehatan RI, 2023).




Gambar 1. Kegiatan Promosi Kesehatan



Gambar 2. Kegiatan Promosi Kesehatan

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi bahaya merokok di SMP Negeri 2 Pringsewu berhasil dilaksanakan dengan baik dan memperoleh respons positif dari peserta. Metode penyuluhan yang memadukan ceramah, diskusi interaktif, media *PowerPoint, leaflet*, dan evaluasi mampu meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kandungan rokok, dampak kesehatan akibat merokok, faktor penyebab perilaku merokok, serta strategi berhenti merokok. Edukasi kesehatan di lingkungan sekolah perlu dilakukan secara berkesinambungan sebagai upaya promotif dan preventif untuk menekan angka perokok pemula di kalangan remaja serta mendukung terbentuknya generasi muda yang sehat dan bebas rokok. (Ramadhani et al., 2023; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Aisyah Pringsewu melalui Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) atas dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala SMP Negeri 2 Pringsewu, dewan guru, staf sekolah, serta seluruh siswa yang telah berpartisipasi dan bekerja sama dengan baik selama kegiatan berlangsung. Apresiasi turut diberikan kepada seluruh tim pengabdian dan semua pihak yang telah berkontribusi sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan lancar. Semoga kegiatan ini memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai bahaya merokok serta mendorong perilaku hidup sehat.

## DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.

Nurjannah, H., Dali, D., & Suriani. (2023). Hubungan Antara Pengetahuan Siswa tentang Rokok dengan Perilaku Merokok di SMA Negeri 2 Kendari. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 5(1), 73–79.

Ramadhani, T., Aulia, U., & Putri, W. A. (2023). Bahaya Merokok Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 3(1), 185–195.

Sari, A. I. (2025). Pemahaman Remaja Putra Tentang Bahaya Merokok di SMK Akbar Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 5(2), 164-170.

World Health Organization. (2023). *WHO Report on the Global Tobacco Epidemic*. World Health Organization.