

**PENYULUHAN TENTANG BAHAYA MEROKOK DAN DEKLARASI PEROKOK SANTUN
UNTUK Mendukung Peningkatan Kesehatan Ibu dan Anak di Dusun
Demangan Kalurahan Demangrejo Kapanewon Sentolo
Kabupaten Kulon Progo**

**COUNSELING ON THE DANGERS OF SMOKING AND THE COURTEOUS
SMOKER DECLARATION TO SUPPORT THE IMPROVEMENT OF MOTHER AND
CHILD HEALTH IN DEMANGAN VILLAGE, DEMANGREJO SUBDISTRICT,
SENTOLO DISTRICT, KULON PROGO REGENCY**

**Nurul Ariningtyas¹, Agestya Winda Melati², Helen Alodia Irwingsan³, Karohmah Sari
Utami⁴, Primasari Dian Ayundani⁵, Puput Kurniawati⁶, Siti Nurul Amanah⁷, Viga Olivia
Agatha Siregar⁸**

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Prodi DIII Kebidanan Universitas Islam Mulia Yogyakarta
nurul.ariningtyas@uim-yogya.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Paparan asap tembakau tidak hanya berdampak buruk bagi individu yang merokok secara langsung (perokok aktif), tetapi juga berisiko tinggi bagi orang-orang di sekitarnya, terutama ibu dan anak-anak (perokok pasif). Data hasil penelitian Universitas Indonesia dan Imperial College London Inggris tahun 2021 menunjukkan prevalensi *Second Hand Smoke* (SHS) atau disebut juga perokok pasif di dalam rumah di Indonesia sangat tinggi, yakni 78,4%. Data Perokok Aktif di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) Tahun 2024 dengan populasi umum (Usia ≥ 15 Tahun) sebesar 24,82%. Hasil survey pendahuluan sebanyak 55% warga Dusun Demangan adalah perokok aktif.

Tujuan: Setelah mengikuti penyuluhan tentang bahaya merokok dan deklarasi perokok santun untuk mendukung peningkatan kesehatan ibu dan anak diharapkan warga Dusun Demangan mempunyai komitmen untuk meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak dengan menjadi perokok santun.

Metode: Metode penyuluhan secara luring. Sasaran Bapak-bapak usia mulai dari 19 tahun sampai dengan >50 tahun sebanyak 31 peserta. Metode penyuluhan ceramah tanya jawab dan diskusi interaktif. Penyampaian materi ditutup dengan deklarasi perokok santun dan do'a bersama.

Kesimpulan: Penyuluhan berjalan dengan lancar dan mendapatkan antusias dan dukungan dari peserta kegiatan dan seluruh peserta kompak untuk melakukan deklarasi perokok santun.

Kata Kunci: Penyuluhan, Perokok, Santun, Ibu, Anak.

ABSTRACT

Background: Tobacco smoke not only harms individuals who smoke directly (active smokers), but also poses serious risks to those around them, especially mothers and children (passive smokers). Year 2021 study conducted by Universitas Indonesia and Imperial College London found that the prevalence of second-hand smoke (SHS) exposure inside Indonesian households is alarmingly high, reaching 78.4%. In 2024, data from the Special Region of Yogyakarta (DIY) revealed that 24.82% of the population aged 15 years and above are active smokers. Preliminary survey results showed that 55% of residents in Demangan Hamlet are active smokers.

Objective: After participating in an outreach session on the dangers of smoking and the "Courteous Smoker Declaration" to support maternal and child health, residents of Demangan Hamlet are expected to commit to improving maternal and child health quality by becoming courteous smokers.

Method: The counseling session was conducted offline. The target participants were adult males aged between 19 years to over 50 years, totaling 31 individuals. The session was delivered through lectures, Q&A, and interactive discussions. The presentation concluded with the "Courteous Smoker Declaration" and a collective prayer.

Conclusion: The outreach activity proceeded smoothly and was met with enthusiasm and support from the participants. All attendees unanimously pledged their commitment through the Courteous Smoker Declaration.

Keywords: Counseling, Smokers, Courteous, Mothers, Child.

PENDAHULUAN

Rokok adalah salah satu penyebab utama penyakit tidak menular, termasuk penyakit jantung, stroke, dan kanker. Tapi, yang lebih mengkhawatirkan adalah bahaya rokok pasif dan tersier, yang kerap kali terabaikan. Rokok pasif terjadi saat non-perokok menghirup asap rokok dari perokok, sedangkan rokok tersier merujuk pada paparan partikel-partikel residu rokok yang menempel pada permukaan seperti pakaian, perabot, dan mainan, yang kemudian dapat dihirup oleh anak-anak.¹

Paparan asap tembakau tidak hanya berdampak buruk bagi individu yang merokok secara langsung (perokok aktif), tetapi juga berisiko tinggi bagi orang-orang di sekitarnya, terutama anak-anak (perokok pasif). Menurut data dari World Health Organization (WHO), konsumsi tembakau menyebabkan kematian lebih dari delapan juta orang setiap tahunnya, di mana sekitar tujuh juta di antaranya adalah pengguna langsung, dan satu juta lainnya meninggal akibat paparan asap tembakau secara tidak langsung. Setiap batang rokok mengandung sekitar 4.000 senyawa kimia, termasuk 400 zat beracun dan 43 zat yang bersifat karsinogenik. Kebiasaan merokok tidak hanya memicu gangguan saluran napas seperti PPOK (Penyakit paru obstruktif kronik), bronkitis, emfisema, asma, dan kanker paru, tetapi juga berkaitan dengan risiko tinggi terhadap penyakit jantung, diabetes, dan berbagai jenis kanker lainnya.²

Data hasil penelitian Universitas Indonesia dan Imperial College London Inggris menunjukkan prevalensi Second Hand Smoke (SHS) atau disebut juga perokok pasif di dalam rumah di Indonesia sangat tinggi, yakni 78,4% dibandingkan negara-negara lain seperti Cina (48,3%), Bangladesh (46,7%), dan Thailand (46,8%). Perempuan dan anak-anak di bawah lima tahun merupakan kelompok yang paling rentan. Dari data tersebut sekitar 35% dari semua perempuan yang bukan perokok terpapar asap perokok pasif di dalam ruangan atau rumah. Sedikitnya 40% anak-anak telah menjadi perokok pasif karena SHS di rumah mereka, sekitar 31% di antaranya meninggal karena asap rokok yang mereka hirup setiap harinya. Paparan asap rokok di rumah juga dapat meningkatkan risiko bayi lahir kecil sebesar 71,6 gram lebih rendah dibandingkan ibu yang tidak terpapar. *Third Hand Smoke* (residu asap rokok di permukaan benda) juga berbahaya dan sulit dihindari. *Third-hand smoker* yang terpapar dari partikel-partikel

beracun dari aktivitas rokok pada permukaan-permukaan tertentu yang tertinggal lama, misalnya pada dinding rumah.³

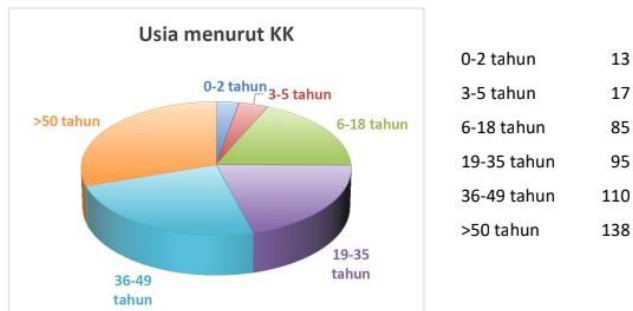
Data Perokok Aktif di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) Tahun 2024 dengan populasi mum (Usia ≥ 15 Tahun) sebesar 24,82% penduduk DIY usia 15 tahun ke atas yang tercatat sebagai perokok aktif. Angka ini sedikit lebih rendah dibandingkan rata-rata nasional Indonesia yang mencapai 28,62%.⁴ sedangkan untuk populasi Pelajar (Usia 10–18 Tahun) Berdasarkan survei Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta didapatkan bahwa sebesar 7,9% pelajar di Kota Yogyakarta telah melakukan aktivitas merokok. Dari 3.149 pelajar yang disurvei, 249 anak teridentifikasi sebagai perokok aktif. Tren ini paling tinggi di kalangan pelajar SMP dan SMA, dipengaruhi oleh gaya hidup dan paparan iklan rokok. Perbandingan dari tahun sebelumnya yaitu Tahun 2023 sebesar 9,6% pelajar merupakan perokok aktif dari 5.862 responden. Tahun 2024 mengalami penurunan menjadi 7,9%, namun masih di atas target nasional sebesar 7,3%.⁵ Data ini menunjukkan bahwa meskipun ada penurunan, angka perokok aktif di kalangan remaja dan dewasa di DIY masih cukup tinggi, dan menjadi perhatian serius dalam upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak.

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh Universitas Islam Mulia Yogyakarta pada Bulan Januari 2025 didapatkan data Demografi dan data Kebiasaan Merokok Warga Dusun Demangan, Kalurahan Demangrejo Kapanewon Sentolo Kabupaten Kulon Progo Daerah Istimewa Yogyakarta. Berikut tersaji dalam diagram *piechart*:



Gambar 1. Diagram Jenis Kelamin Warga Dusun Demangan, Demangrejo, Sentolo, Kulon Progo, DIY

Berdasarkan gambar diatas jumlah warga dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 241 dan untuk jenis kelamin perempuan sebanyak 240. Perbandingan laki-laki dan perempuan adalah 50:50.



Gambar 2. Diagram Sebaran Usia Warga

Berdasarkan gambar diatas sebaran usia warga yang terbanyak adalah pada rentang usia diatas 50 tahun sebanyak 138 orang. Kemudian berikutnya adalah warga dengan usia 36 – 49 tahun sebanyak 110 orang. Untuk selanjutnya terbanyak ketiga adalah warga dengan usia 19 – 35 tahun sebanyak 95 orang.



Gambar 3. Diagram Kebiasaan Merokok Warga

Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa kebiasaan warga Dusun Demangan untuk merokok lebih besar 55% daripada yang tidak merokok 45%. Atau bisa dikatakan sebanyak 55% warga Dusun Demangan adalah perokok aktif.

Merokok aktif maupun pasif merupakan faktor risiko utama yang mengancam kualitas kesehatan masyarakat, khususnya pada ibu hamil, ibu menyusui, dan anak-anak. Paparan asap rokok berkontribusi terhadap berbagai gangguan, mulai dari komplikasi kehamilan, pertumbuhan janin terganggu, hingga meningkatnya risiko infeksi pernapasan pada balita. Dalam konteks pembangunan sumber daya manusia yang sehat dan berakhlak, penyuluhan mengenai bahaya merokok bukan sekadar kampanye kesehatan, melainkan bentuk pengabdian spiritual dan edukatif terhadap generasi penerus.

Sebagai institusi pendidikan berbasis nilai Islam, Universitas Islam Mulia Yogyakarta memandang penting untuk membina budaya hidup sehat melalui pendekatan yang santun, edukatif, dan berintegritas. Program "Deklarasi

Perokok Santun" digagas sebagai bentuk komitmen bersama antara sivitas akademika dan masyarakat umum, untuk membatasi dampak negatif rokok melalui kesadaran, tanggung jawab, dan kepedulian terhadap lingkungan sekitar.

Penyuluhan ini bertujuan memberikan pemahaman holistik tentang bahaya rokok bagi kesehatan ibu dan anak, sekaligus membangun gerakan sosial yang memuliakan kehidupan dan menghormati hak-hak kelompok rentan. Semoga kegiatan ini menjadi titik awal perubahan sikap, peningkatan empati, dan penguatan solidaritas dalam menjaga amanah kesehatan sebagai bagian dari ibadah sosial dan kontribusi ilmiah.

METODE

Metode Pelaksanaan Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan metode penyuluhan secara luring (luar jaringan). Metode pelaksanaan kegiatannya adalah Ceramah dan Tanya Jawab dengan menggunakan *Power Point* dan *Leaflet*. Tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan kegiatan penyuluhan adalah sebagai berikut:

1. Pra Pembukaan; Pengisian Daftar Hadir
2. Pembukaan
 - a. Salam dan Perkenalan
 - b. Menjelaskan Maksud dan Tujuan
 - c. Membagikan *Leaflet*
3. Pemaparan materi secara sistematis
 - a. Diskusi Interaktif
 - b. Pemberian Doorprize
4. Deklarasi Perokok Santun
5. Do'a Bersama dan Penutup

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hari Kamis tanggal 6 Februari 2025, Dosen dan Mahasiswa dari Prodi Kebidanan Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan Universitas Islam Mulia Yogyakarta melakukan Pengabdian Masyarakat dengan tema kegiatan Penyuluhan Tentang Bahaya Merokok dan Deklarasi Perokok Santun Untuk Mendukung Peningkatan Kesehatan Ibu dan Anak di Dusun Demangan Kalurahan Demangrejo Kapanewon Sentolo Kabupaten Kulon Progo. Acara tersebut dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan rutin "Yasinan" bertempat di rumah salah satu warga dusun. Sasaran kegiatan adalah Bapak-bapak usia 19 tahun sampai dengan >50 tahun sebanyak 31 Peserta. Acara ini dimulai setelah sholat isya diawali dengan kegiatan yasinan. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan dan terakhir deklarasi perokok santun.



Gambar 4. Leaflet Tentang Bahaya Merokok

Media kegiatan penyuluhan menggunakan leaflet dan media presentasi *power point*. Leaflet diberikan kepada masing-masing peserta dan peserta penyuluhan sangat antusias dengan acara ini, ditandai dengan beberapa pertanyaan yang di berikan oleh peserta terhadap penyaji.

Materi yang disampaikan terkait Dampak Kebiasaan Merokok terhadap Kesehatan Ibu dan Anak. Dampak tersebut adalah sebagai berikut;

a. Paparan Asap Rokok dan Risiko Kesehatan

Perokok pasif (terutama ibu dan anak-anak) sangat rentan terhadap paparan *Environmental Tobacco Smoke (ETS)* yang berasal dari asap rokok di rumah. Anak-anak yang terpapar asap rokok memiliki risiko lebih tinggi terkena; Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) seperti pneumonia, Asma dan alergi, gangguan pertumbuhan dan perkembangan paru-paru, Infeksi telinga dan gangguan pendengaran.^{6,7}

Ibu hamil yang terpapar asap rokok berisiko mengalami kelahiran prematur, berat

badan lahir rendah serta komplikasi kehamilan dan gangguan plasenta.

b. Efek Jangka Panjang pada Anak

Paparan asap rokok sejak dini dapat menyebabkan gangguan kognitif dan perilaku. Anak-anak yang tumbuh di lingkungan perokok cenderung memiliki daya tahan tubuh lebih lemah dan lebih sering mengalami sakit.^{6,8}

c. Pneumonia sebagai Ancaman Serius

Studi menunjukkan bahwa keberadaan perokok dalam rumah meningkatkan risiko pneumonia pada anak hingga 6,7 kali lipat.⁶ Pneumonia merupakan penyebab utama kematian balita di Indonesia dan dunia.^{6,8}

d. Peran Ibu dalam Pencegahan

Sikap dan pengetahuan ibu terhadap kebiasaan merokok di rumah sangat berpengaruh terhadap kesehatan anak. Ibu yang aktif mendorong kawasan bebas rokok di rumah dapat menurunkan risiko ISPA dan pneumonia secara signifikan.⁸



Gambar 5. Diskusi Interaktif Kegiatan Penyuluhan

Setelah pemaparan materi penyuluhan dan diskusi interaktif, kegiatan selanjutnya adalah Deklarasi Perokok Santun. Kegiatan penyuluhan ditutup dengan Do'a Bersama. Penyuluhan ini bukan tentang menghakimi, tetapi mengajak. Mengajak para perokok untuk menjadi lebih bertanggung jawab dan mengajak masyarakat Dusun Demangan untuk peduli pada kesehatan ibu dan anak sebagai warisan masa depan.

Penyuluhan kesehatan adalah salah satu upaya dalam promosi kesehatan yang merupakan tahapan pertama dan utama pada pencegahan penyakit. Pada promosi kesehatan dibutuhkan penyamaan persepsi bahwa promosi kesehatan merupakan proses yang memberikan informasi

kesehatan pada masyarakat agar masyarakat mau dan mampu memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Penyuluhan tentang kesehatan adalah salah satu bentuk Pendidikan kesehatan yang dilakukan di masyarakat.

Penyuluhan tentang bahaya merokok dan deklarasi perokok santun di tingkat dusun memiliki makna strategis dan sosial yang sangat penting, khususnya dalam mendorong peningkatan kesehatan ibu dan anak. Ibu hamil dan anak-anak balita lebih rentan terhadap dampak asap rokok pasif (*Second Hand Smoke/SHS*). Di lingkungan dusun yang cenderung padat dan berinteraksi erat, paparan SHS sering terjadi di ruang bersama seperti rumah, warung, dan balai dusun. Penyuluhan membantu masyarakat menyadari bahwa merokok bukan hanya kebiasaan pribadi, tetapi berdampak lintas generasi. Ini artinya kesadaran dari perokok akan berdampak pada peningkatan kualitas kesehatan dan memberikan perlindungan bagi kelompok rentan. Menciptakan Perokok Santun ditengah masyarakat, meliputi kegiatan;

- a. Tidak merokok didalam rumah, tempat umum (tempat ibadah, tempat bermain anak)
- b. Tidak merokok di suatu komunitas pertemuan warga
- c. Tidak merokok didepan ibu hamil, bayi, balita, anak, lansia, dan keluarga
- d. Tidak merokok saat berkendara
- e. Menghargai orang yang tidak merokok
- f. Tidak menawarkan rokok kepada anak kecil
- g. Tidak menyediakan asbak didalam rumah atau didalam kegiatan pertemuan
- h. Tidak membuang puntung rokok sembarangan.

Deklarasi Perokok Santun bukan larangan, tapi ajakan untuk menjadi perokok yang lebih bertanggung jawab dan peduli. Di lingkungan dusun yang sarat nilai kekeluargaan, gerakan ini menghidupkan kembali semangat gotong-royong dan empati terhadap sesama. Penyuluhan dan deklarasi menjadi ruang komunikasi lintas generasi, agar anak-anak tumbuh di lingkungan yang memberi teladan. Ini merupakan penguatan budaya santun dan empatik.

Dusun memiliki potensi menjadi zona sehat jika masyarakat memahami hubungan antara kebiasaan rokok dan kondisi anak-anak yang mereka sayangi. Edukasi tentang gangguan tumbuh kembang, infeksi saluran napas, dan komplikasi kehamilan akibat rokok dapat mencegah biaya kesehatan yang tinggi.

Pemberian penyuluhan bermanfaat untuk pencegahan masalah kesehatan sejak dini.

Penyuluhan berbasis nilai Islam memperkuat pemahaman bahwa menjaga kesehatan orang lain terutama ibu dan anak adalah bagian dari ibadah sosial. Menyampaikan bahaya rokok dengan pendekatan santun dan reflektif menciptakan ruang perubahan yang tidak bersifat menghakimi. Kegiatan ini menunjukkan komitmen Universitas Islam Mulia Yogyakarta dalam menjangkau akar persoalan kesehatan secara langsung. Menjadikan dusun sebagai mitra edukatif memperluas dampak kampus, menghubungkan ilmu, karakter, dan praktik kebaikan nyata di masyarakat. Hal ini merupakan langkah strategis dalam penguatan Peran Kampus dan Masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemkes. (2023). *Dampak Buruk Rokok pada Tumbuh Kembang Anak*. Artikel: <https://ayosehat.kemkes.go.id/>
2. Cynthia Centauri. (2023). *Rokok dan Dampaknya pada Kesehatan Anak*. Artikel: <https://rs.ui.ac.id/>
3. Universitas Indonesia & Imperial College London. (2021). 78 Persen Rumah Tangga Indonesia Terpapar Asap Rokok Dari Perokok Aktif, Berdampak Pada Kesehatan Bayi. *The Conversation Indonesia*.
4. BPS DIY. (2024). *Persentase Merokok Pada Penduduk Umur ≥ 15 Tahun di Provinsi DI Yogyakarta (Persen) Update Data Tahun 2024*. <https://yogyakarta.bps.go.id/id/statistics-table/2/NDQ2Izl>
5. Azka Ramadhan. (2025). *Hasil Survei Dinkes Kota Yogyakarta 2024: 7,9 Persen Pelajar di Kota Jogja Sudah Mulai Merokok*. Artikel: *Tribun Jogja*: <https://jogja.tribunnews.com/2025/01/20/hasil-survei-dinkes-kota-yogyakarta-2024-79-persen-pelajar-di-kota-jogja-sudah-mulai-merokok>
6. Rahma Desta Kusumawardani, Suhartono, Budiyo. (2020). *Keberadaan Perokok Dalam Rumah Sebagai Faktor Risiko Kejadian Pneumonia Pada Anak: Suatu Kajian Sistematis*. *JKLI: Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia* 19 (2), 2020, 152–159.
7. Siti Oktaviani, Fitri Fujiana, Titan Ligita. (2022). *Hubungan Perilaku Merokok Keluarga di Dalam Rumah Dengan Kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Akut*

(Isipa) Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Rasau Jaya. Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK) Volume 5 No 1.

8. Fitriani Agustina. (2019). *Hubungan Sikap Ibu Pada Anggota Keluarga Perokok*

Dengan Kejadian Pneumonia Pada Anak Balita. Jurnal Cendekia Medika; Volume 4 Nomor 2.