

## **Mas Basroni : Masyarakat Selomartani Bebas Asap Rokok dan Nikotin**

**Setyo Mahanani nugroho<sup>1\*</sup>, Eko Mindarsih<sup>2</sup>, Lestariningsih<sup>3</sup>, Novita Lista<sup>4</sup>,  
Eka Putri Nurlita<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3,4,5</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta  
<sup>1</sup>setyomahanani@respati.ac.id

### **ABSTRAK**

*Merokok merupakan kebiasaan adiktif yang menjadi penyebab kematian dan penyakit. Berbagai penelitian dan kajian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rokok sangat membahayakan kesehatan. Bukan hanya membahayakan para perokok, asap rokok juga sangat berbahaya apabila dihirup oleh orang-orang yang berada di sekitarnya (perokok pasif). Zat sisa rokok pada perokok yang merokok di dalam rumah akan bertahan dalam waktu yang lama hingga puluhan tahun, dan jumlah kadar racun yang tersimpan di dalam rumah akan terus bertambah. Hal tersebut yang menyebabkan siapapun dapat terpapar dampaknya. Pengabdian masyarakat pada masyarakat Kelurahan Selomartani Kapanewon Kalasan dengan tema “Mas Basroni : Masyarakat Selomartani Bebas Asap Rokok dan Nikotin” bertujuan untuk meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang dampak negatif merokok dan membantu masyarakat untuk berhenti merokok dengan metode Neuro Linguistic Programming (NLP). NLP dilakukan pada para perokok ditujukan untuk menyadarkan peserta tentang dampak negatif bahaya merokok dan membantu para perokok aktif untuk bisa menghilangkan kebiasaan merokok. Hasil dari pengabdian masyarakat ini bahwa masyarakat antusias mengikuti penyuluhan dan setuju untuk kegiatan terapi berhenti merokok dengan metode NLP ini dapat dilanjutkan di Kelurahan Selomartani.*

**Kata kunci :** Merokok; terapi; NLP

### **ABSTRACT**

*Smoking is an addictive habit that causes death and disease. Various studies and studies that have been conducted show that smoking is very harmful to health. Not only harmful to smokers, cigarette smoke is also very dangerous if inhaled by people around them (passive smokers). Cigarette residue in smokers who smoke in the house will last for a long time for tens of years, and the amount of toxic levels stored in the house will continue to increase. This is what causes anyone to be exposed to its effects. Community service to the people of Selomartani Kapanewon Kalasan Village with the theme "Mas Basroni: Selomartani Society Free of Cigarettes and Nicotine" aims to increase public knowledge about the negative effects of smoking and help people to stop smoking using the Neuro Linguistic Programming (NLP) method. NLP is conducted on smokers aimed at making participants aware of the negative effects of smoking and helping active smokers to get rid of smoking habits. The result of this community service is that the community is enthusiastic about participating in counseling and agrees that smoking cessation therapy activities with the NLP method can be continued in the Selomartani Village*

**Keywords:** Smoking, therapy; NLP

## **1. PENDAHULUAN**

Merokok merupakan kebiasaan adiktif yang menjadi penyebab kematian dan penyakit. Berbagai penelitian dan kajian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rokok sangat membahayakan kesehatan. Bukan hanya membahayakan para perokok, asap rokok juga sangat berbahaya apabila dihirup oleh orang-orang yang berada di sekitarnya (perokok pasif). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa para perokok pasif memiliki resiko kesehatan lebih tinggi dari

pada para perokok itu sendiri. Efek-efek yang merugikan akibat merokok pun sudah diketahui dengan jelas. Banyak penelitian membuktikan bahwa kebiasaan merokok meningkatkan risiko timbulnya berbagai penyakit, seperti penyakit kardiovaskular, penyakit serebrovaskular, berbagai jenis kanker, impotensi, serta gangguan kehamilan dan cacat pada janin. Merokok dapat menyebabkan hypokxia. Salah satu penyebab lahir mati adalah hypokxia yaitu kekurangan oksigen dalam tubuh karena ibu hamil terpapar asap rokok. Sebanyak 65% rumah tangga mempunyai 1 orang perokok, dan hampir semua perokok (90%) merokok di rumah. Angka ini lebih tinggi dari angka nasional. (Paunno, M. Emilia, O. Wahab, A, 2015)

Kalurahan Selomartani adalah suatu desa yang terdiri dari 20 padukuhan yang merupakan bagian dari Kapanewon Kalasan, Kabupaten Sleman. Masih tingginya jumlah perokok aktif disetiap padukuhan serta belum adanya upaya masyarakat untuk mengurangi dampak negatif dari rokok itu sendiri. Apalagi disetiap dusun terdapat ibu hamil dan bayi balita yang sangat rentan terkena dampak negatif dari bahaya merokok (sebagai perokok pasif). Berkaitan dengan hal tersebut, penulis bermaksud menyelenggarakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Mas Basroni : Masyarakat Selomartani Bebas Asap Rokok dan Nikotin”

Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang bahaya merokok dan bagaimana cara pencegahan dampak negatif merokok. Sehingga setelah kegiatan ini diharapkan adanya peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku untuk dapat mengurangi bahkan menghilangkan kebiasaan merokok. Selanjutnya dilakukan terapi berhenti merokok bagi masyarakat yang ingin

## 2. PERMASALAHAN MITRA

Kalurahan Selomartani merupakan salah satu desa yang berada di Kapanewon Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Sebelah utara desa ini berbatasan dengan Desa Widodomartani dan Bimomartani Kecamatan Ngemplak, sebelah barat berbatasan dengan Desa Wedomartani Kecamatan Ngemplak, sebelah selatan berbatasan dengan Desa Purwomartani, Tirtomartani dan Tamanmartani, serta sebelah timur berbatasan dengan Desa Tamanmartani. Kalurahan Selomartani terdiri dari 21 padukuhan dengan luas daerah kurang lebih 896 ha, jumlah penduduk berjumlah 14.259 orang dengan jumlah laki-laki 6738 orang dan perempuan 6776 orang, dengan jumlah KK 102 (Kusumo, 2021).

Masih rendahnya pengetahuan masyarakat tentang dampak negatif dari merokok, dan belum adanya usaha untuk mengurangi bahkan menghilangkan kebiasaan merokok inilah yang menjadi permasalahan utama. Meskipun rokok membahayakan bagi tubuh tetapi masih banyak orang yang menganggap bahwa merokok merupakan hal biasa dan wajar dilakukan oleh setiap orang, serta tidak menghiraukan dampak dari bahaya merokok (Fikriyah and Febrijanto, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, didapatkan data bahwa masih banyak masyarakat yang memiliki kebiasaan merokok di lingkungan keluarga. Bukan hanya orang tua, akan tetapi banyak juga remaja yang sudah terbiasa merokok. Di setiap padukuhan juga terdapat lansia, ibu hamil dan bayi balita yang masuk dalam kategori kelompok berisiko terhadap paparan asap rokok. Masyarakat. Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan yang dihadapi mitra, maka solusi yang ditawarkan Program berbasis masyarakat dengan tema “*Mas Basroni : Masyarakat Selomartani Bebas Asap Rokok dan Nikotin*”.

## 3. METODE PELAKSANAAN

Metode yang dipergunakan adalah non-eksperimental. Responden dalam kegiatan ini sebanyak 35 orang. Bentuk intervensi berupa pemberian penyuluhan tentang bahaya merokok dan bagaimana cara pencegahan dampak negatif merokok.

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada :

Hari / Tanggal : Selasa, 26 April 2022

Waktu : 09.00 WIB – selesai

Tempat : Kalurahan Selomartani Kapanewon Kalasan

Peserta : Kader dan Tokoh Masyarakat setiap padukuhan sebanyak 35 orang

Kegiatan : Penyuluhan bahaya merokok dan bagaimana cara pencegahan dampak negatif merokok

Pemateri : Lestariningsih, S.SiT., M.Keb

Mc : Eko Mindarsih, SST., M.Kes

Pendamping : Setyo Mahanani Nugroho, SST., M.Kes, Novita Lista dan Eka Putri Nurita



Gambar 1. Tim pengabdian Masyarakat

Kegiatan terdiri dari beberapa tahapan antara lain :

- a. Presensi kehadiran
- b. Penyuluhan tentang bahaya merokok dan bagaimana cara pencegahan dampak negatif merokok dilanjutkan terapi berhenti merokok
- c. Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya.
- d. Praktik terapi berhenti merokok dengan metode *Neuro Linguistic Programming* (NLP)
- e. Selanjutnya dilakukan evaluasi terhadap pengetahuan para peserta secara langsung.
- f. Rencana tindak lanjut.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan ini berjalan dengan lancar, dengan jumlahpeserta adalah 35 orang perwakilan setiap dusun. Kegiatan dimulai tepat waktu. Peserta yang mengikuti kegiatan tetap melaksanakan protokol kesehatan dengan tetap menggunakan masker.



Gambar 2. Kegiatan pengisian daftar hadir peserta

Penyuluhan tentang bahaya merokok dan bagaimana cara pencegahan dampak negatif merokok. Hasil pengabdian masyarakat ini berupa meningkatnya pengetahuan tokoh masyarakat tentang dampak negatif merokok. Hal ini didapat dari hasil evaluasi Tanya jawab pasca penyuluhan. Para peserta banyak yang bisa menjawab pertanyaan yang diberikan.



Gambar 3. Kegiatan penyuluhan

Para peserta yang merupakan perokok aktif selanjutnya diberikan terapi dengan metode NLP untuk mengurangi kebiasaan merokok dan harapannya berangsur-angsur dapat berhenti merokok. Berdasarkan hasil wawancara sebelum terapi, para peserta yang masih merokok mengatakan bersedia untuk mengurangi kebiasaan merokok dan akan menerapkan pada anggota keluarga yang masih merokok aktif.



Gambar 4. Kegiatan terapi dengan metode NLP

Merokok merupakan salah satu kebiasaan yang merugikan, baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain disekitarnya. Merokok merupakan suatu cara untuk bisa diterima secara sosial. jadi, sebagian dari mereka yang merokok disebabkan tekanan teman-teman sebayanya. Walaupun ada juga yang merokok disebabkan melihat orang tuannya merokok. Menghentikan perilaku merokok bukanlah usaha mudah. Pengabdian masyarakat pada tokoh masyarakat di Kelurahan Selomartani Kapanewon Kalasan ini bertujuan untuk meningkatnya pengetahuan. Dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat diharapkan dapat mengurangi kebiasaan perokok aktif dimasyarakat. Dampak negatif merokok bukan hanya pada perokok aktif tetapi juga pada perokok pasif, apalagi jika merokok dilakukan di dalam rumah. Zat sisa rokok pada perokok yang merokok di dalam rumah akan bertahan dalam waktu yang lama hingga puluhan tahun, dan jumlah kadar racun yang tersimpan di dalam rumah akan terus bertambah. Hal tersebut yang menyebabkan siapapun dapat terpapar dampaknya. Lingkungan dalam rumah pun menjadi tidak sehat karena telah terpapar hasil merokok di dalam rumah. Salah satu zat yang diketahui bersifat karsinogenik dan dapat tersimpan di lingkungan selama bertahun-tahun adalah *polycyclic aromatic hydrocarbons* (PAH). Komponen ini menyerap ke dalam permukaan yang ada dalam rumah seperti dinding, furnitur, dan benda berbahan gypsum serta karpet di dalam rumah (Dinkes Surakarta, 2021).

## 5. KESIMPULAN

Penyuluhan terlaksana sesuai dengan rencana dan tidak ada kendala berarti. Banyak masyarakat Kelurahan Selomartani yang masih menjadi perokok aktif, kader dan Tokoh Masyarakat setuju dengan program Mas Basroni. Setelah dilakukan penyuluhan warga lebih memahami tentang bahaya merokok, disepakati Program Mas Basroni akan berlanjut di wilayah Kelurahan Selomartani.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih tak terhingga diucapkan kepada :

1. Bapak Lurah Kelurahan Selomartani yang telah memberikan sarana dan prasarana sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik.
2. Ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga yang telah memberikan kesempatan pengabdian untuk melakukan pengabdian pada kegiatan Sehari Bersama Respati di Kelurahan Selomartani.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Surakarta. 2021. Bahaya dan Dampak Asap Rokok Di Dalam Rumah. <https://dinkes.surakarta.go.id/bahaya-dan-dampak-asap-rokok-di-dalam-rumah/> diakses 25 Juli 2022.
- Fikriyah, S. and Febrijanto, Y. (2012) 'Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok pada Mahasiswa Laki-laki di Asrama Putra', *Jurnal Stikes*, 5(1), pp. 99–109
- Kusumo, Yandi. (2021). *Profil-desa-tabel-peruntukan-lahan-desa-selomartani*. Hasil Survey PBLKK-PKMD Tahun 2022
- Paunno, M. Emilia, O. Wahab, A. 2015. Pengaruh Ibu Hamil Perokok Pasif Terhadap Kejadian Lahir Mati Di Kota Ambon. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*: Vol. 2 No. 3 ; hal 127-138
- Prasetya Lukyta. (2016). Pengaruh Negatif Rokok bagi Kesehatan di Kalangan Remaja.

