



Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja : Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok

**Oleh :
Muchsin Maulana, S.KM., M.PH
Septian Emma D.J., M.Kes**

**Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Ahmad Dahlan**

Latar Belakang

Perokok pemula di Indonesia usianya semakin muda.

Penelitian yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik Nasional pada populasi laki-laki usia diatas 10 tahun didapatkan hasil bahwa 34,11% dari subjek yang ada di Propinsi DIY adalah perokok

Hasil survey oleh Quit Tobacco Indonesia (QTI, 2009) melaporkan bahwa 55,4% remaja SMP dari sekolah swasta pernah merokok 1 hisapan atau lebih, dan 28,2% berstatus merokok tiap hari.

Semakin banyak remaja yang merokok, semakin banyak remaja yang akan mengalami kecanduan rokok. Bila remaja mengalami kecanduan rokok akan sulit bagi remaja untuk berhenti merokok (Ling dan S.A Glantz, 2002)



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Trisnowati (2011) didapatkan bahwa jumlah remaja SMP di Kabupaten Bantul DIY yang pernah mencoba merokok sebesar 39,5%, perokok saat ini sebesar 58,9% dan rentan merokok sebesar 11,6%.

Konselor teman sebaya merupakan salah satu strategi yang efektif untuk menyelesaikan masalah remaja dengan risiko penyalahgunaan NAPZA, dalam hal ini khususnya rokok.

Kelompok sebaya akan dapat menurunkan remaja/siswa terhadap risiko penyalahgunaan zat adiktif sehingga siswa yang berperilaku negatif akan berkurang (Hitchcock, et al., 1999).

Menurut Irma (2009) konselor teman sebaya dapat membangun hubungan saling percaya dan komunikasi terbuka sehingga mendorong remaja untuk berperilaku positif.

Pentingnya upaya kesehatan untuk meningkatkan kesehatan remaja, maka perlu adanya inovasi pengembangan program promosi kesehatan pada remaja yang difokuskan pada pencegahan dan penanggulangan bahaya merokok di sekolah melalui program pelatihan konselor sebaya pada siswa



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pelatihan konselor sebaya berhenti merokok terhadap peningkatan pengetahuan, sikap tentang rokok dan keterampilan pada siswa SMP di Banguntapan

Tujuan Khusus

Mengetahui tingkat pengetahuan, dan sikap tentang rokok dan konselor sebaya pada siswa SMP sebelum diberikan pelatihan

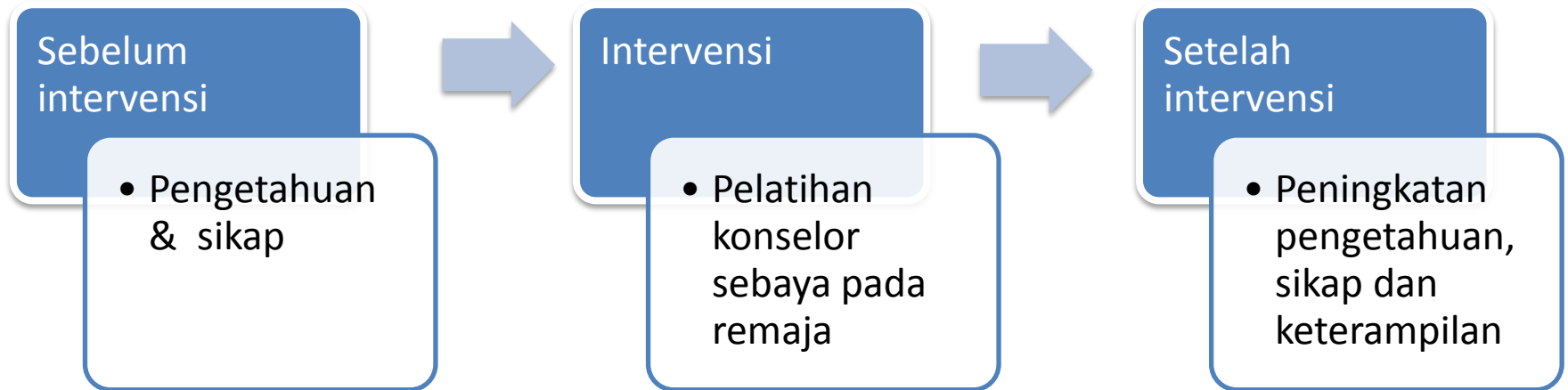
Mengetahui tingkat pengetahuan, sikap tentang rokok dan keterampilan konselor sebaya pada siswa SMP setelah diberikan pelatihan

Mengetahui pengaruh pelatihan konselor sebaya terhadap peningkatan pengetahuan, sikap tentang rokok dan keterampilan pada siswa SMP



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Kerangka Konsep Penelitian



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Metode Penelitian

Rancangan penelitian

- Eksperimen semu (*one group pretest posttest*)

Populasi & sampel

- Siswa SMP Swasta di Banguntapan : 16 siswa

Teknik pengambilan sampel

- Purposive sampling : anggota kelompok peduli remaja di SMP Swasta Banguntapan

Instrumen

- Kuesioner : pengetahuan & sikap
- Check list : keterampilan
- Poster dampak & bahaya rokok
- Video : video pendek "*fun without smoking*" & testimony penderita kanker larink (perokok aktif & pasif)



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Materi Pelatihan

Pengantar : Bahaya dan Dampak Rokok terhadap kesehatan,
Program Konseling Teman Sebaya, Pemilihan konselor sebaya

Keterampilan komunikasi dasar

Ketrampilan konseling

Psikologi Remaja

Pengantar Perilaku Merokok

Identifikasi ketergantungan nikotin

Withdrawal Sindrom

Pengantar konseling berhenti merokok

Pengantar Pengembangan Media Promosi Kesehatan
Menggunakan aplikasi Corel Draw



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Metode Ceramah, diskusi dan tanya jawab

Pemutaran video

Poster

Role play

Praktik



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Analisis Data Penelitian

Univariat

Distribusi frekuensi & persentase

Mendeskripsikan umur, jenis kelamin, tingkat pengetahuan dan sikap sebelum & setelah dilakukan intervensi

Bivariat

uji t berpasangan dan wilcoxon



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Hasil

| | Pre test | | Post tests | | p | CI 95% | Keterangan |
|---------------------|-----------------------|---------|-------------------|---------|-------|------------------------|---|
| | Rata-rata ± SD | Min-max | Rata-rata ± SD | Min-max | | | |
| Pengetahuan | 15,62± 1,628 SD | 12-18 | 17,5±1, 713 SD | 14-20 | 0,005 | -3,104 s.d 0,646 | |
| Sikap | 27,69± 3,439 SD | 19-31 | 28,38± 1,928 | 25-32 | 0,439 | | Setelah pelatihan : 8 peserta lebih rendah, 1 orang tetap, dan 7 orang lebih baik |
| Keterampilan | | | | | | | Baik : 43 % Sangat Baik : 56 % |



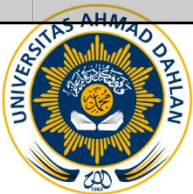
**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**



Hasil

Terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah dilakukan pelatihan. Rata – rata tingkat pengetahuan peserta pada saat pretest adalah $15,62 \pm 1,628$ SD dengan skor minimum 12 dan skor maksimum 18. Sedangkan rata-rata tingkat pengetahuan peserta pada saat posttest adalah $17,5 \pm 1,713$ SD dengan skor minimum 14 dan skor maksimum 20

Terdapat peningkatan sikap peserta setelah dilakukan pelatihan. Rata – rata sikap peserta pada saat pretest adalah $27,69 \pm 3,439$ SD dengan skor minimum 19 dan skor maksimum 31. Sedangkan rata-rata sikap peserta pada saat posttest adalah $28,38 \pm 1,928$ SD dengan skor minimum 25 dan skor maksimum 32



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Pembahasan

Teman sebaya merupakan salah satu figur penting (significant others) yang berperan memberi warna pada berbagai aspek perkembangan individu. Pada masa remaja, ketertarikan dan ikatan terhadap teman sebaya menjadi sangat kuat (Sujarwo 2008)

Teman, bagi sebagian besar remaja merupakan "kekayaan" yang sangat besar maknanya. Dalam kehidupan sehari-hari, interaksi dan saling pengaruh diantara remaja sangat intensif.

Berbagai sikap dan tingkah laku (positif maupun negatif) akan dengan mudah menyebar dari satu remaja ke remaja lainnya. Hal yang demikian merupakan peluang dan tantangan bagi konselor untuk memberikan intervensi secara tepat, salah satu diantaranya adalah dengan membangun konseling teman sebaya



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**



Hasil

Berdasarkan analisis bivariat menggunakan uji t test berpasangan, didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan rerata pengetahuan peserta yang bermakna sebelum dan setelah kegiatan pelatihan (nilai $p = 0,005$). Nilai CI 95% adalah antara -3,104 sampai -0,646.

Berdasarkan analisis bivariat menggunakan uji alternative wilcoxon, didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan rerata sikap peserta yang bermakna sebelum dan setelah kegiatan pelatihan (nilai $p = 0,439$). Terdapat 8 peserta dengan hasil sikap setelah kegiatan pelatihan lebih rendah daripada sebelum pelatihan, 1 orang tetap, dan 7 orang mempunyai sikap yang lebih baik dari sebelum kegiatan pelatihan.



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Pembahasan

Hal sebaliknya ditemukan dalam peran konselor yang dilakukan oleh siswa yang belum optimal dalam melakukan diskusi dengan teman sebaya. Siswa belum mampu memberikan respon umpan balik berupa perumpamaan atau pertanyaan stimulus ketika mendapat pertanyaan dari teman sebaya. Siswa cenderung hanya berbagi pengalaman. Hal ini dikarenakan kapasitas reflektif (pencarian makna pengalaman) remaja kurang adekuat (Santosos, 2010)

sebagian besar remaja lebih sering membicarakan masalah-masalah mereka dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang tua, pembimbing, atau guru di sekolah. Untuk masalah yang dianggap sangat seriuspun mereka bicarakan dengan teman sebaya (sahabat) Sujarwo, 2008



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**



Saran

Hendaknya kegiatan ini dapat dilanjutkan secara mandiri oleh pihak sekolah dan selalu diadakan monitoring dan evaluasi untuk melihat perkembangan ketrampilan pada konselor teman sebaya



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**



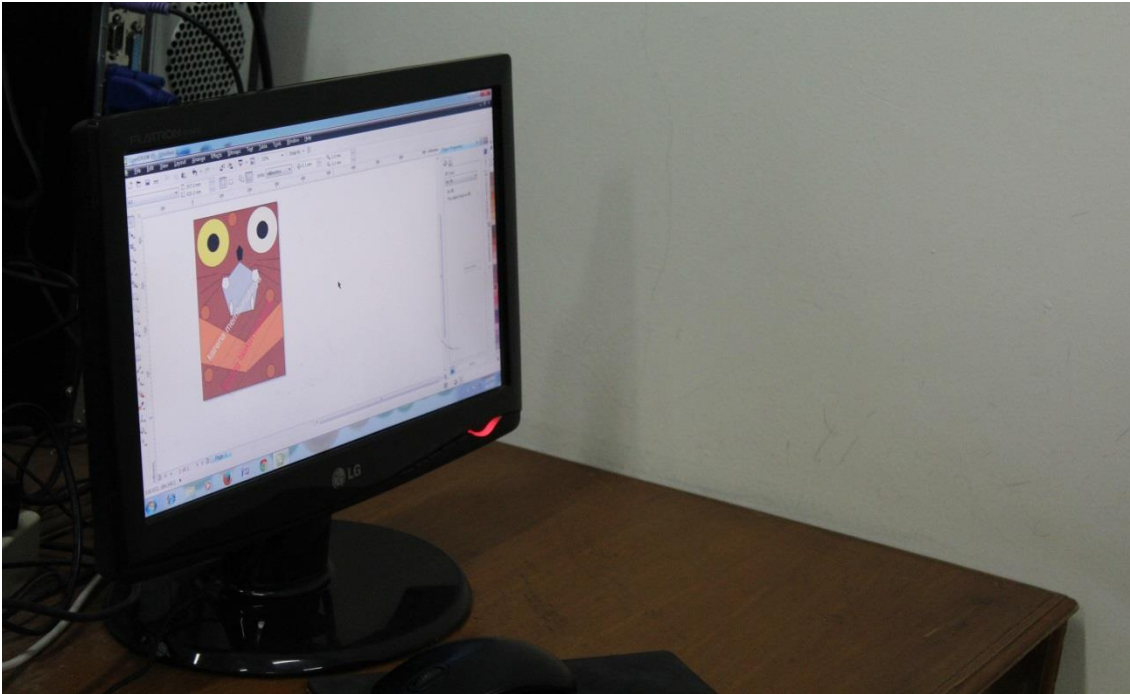
**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Gambar. Peserta Pelatihan



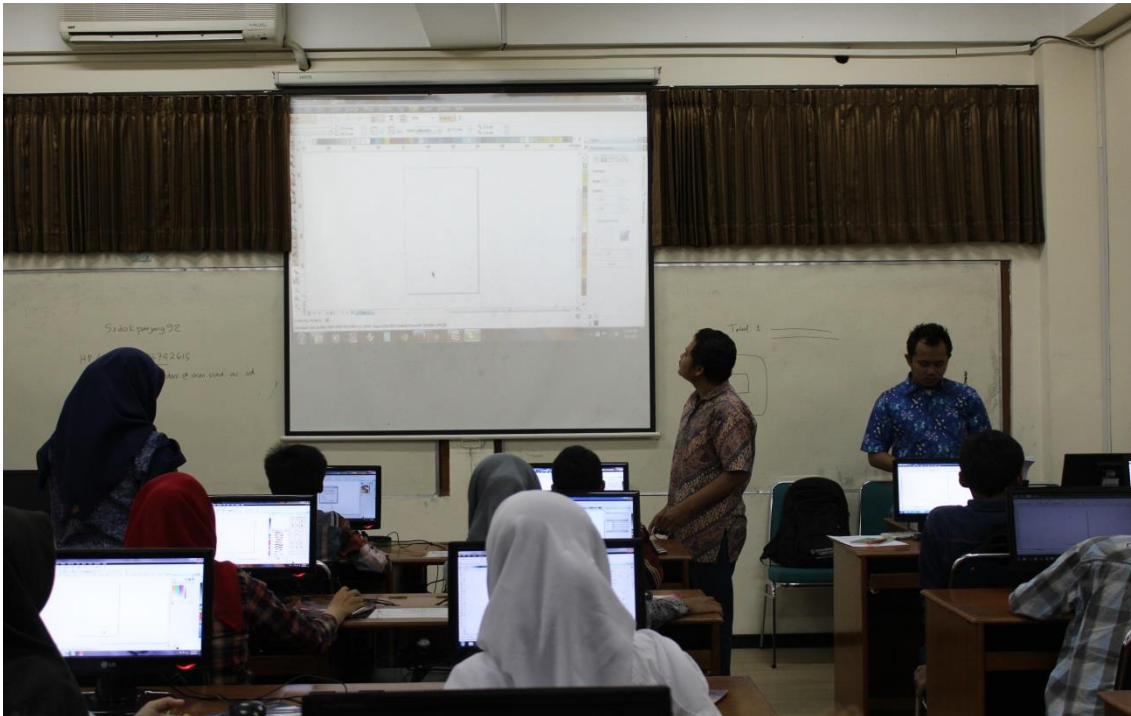
**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Gambar. Hasil praktik pengembangan media promosi kesehatan



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Gambar. Praktik Pengembangan media menggunakan corel draw



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**

Gambar. Diskusi materi dibimbing oleh asisten pelaksana



**Pelatihan Konselor Sebaya Berhenti Merokok pada Remaja :
Sebuah Inovasi untuk Program Berhenti Merokok**