



PENGARUH PENDAMPINGAN KADER SITARO TERHADAP PERILAKU MEROKOK DAN KADAR CO₂ PARU PADA REMAJA DI SMPN 9 METRO

Kurniati¹, Anggi Kusuma², Rini Palupi³, Beniqa Maharani⁴

¹²³⁴ Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Aisyah, Pringsewu, Lampung

SUBMISSION TRACK

Received: December 16, 2023
Final Revision: December 29, 2023
Available Online: December 31, 2023

KEYWORDS

kader, perilaku merokok, kadar CO₂

CORRESPONDENCE

Phone : 085267053313
E-mail: anggikusuma578@gmail.com

ABSTRACT

Teenagers today behave in such a way that smoking is no longer considered abnormal. There are 2.8 billion smokers worldwide, and smoking-related illnesses claim the lives of 5 million people annually. Out of 70 million Indonesian teenagers, 37%, or 25.9 million teenagers, smoke. This represents the prevalence rate of teenage smoking in Indonesia. Growing up with smoking parents or in a setting where smoking has been connected to early smoking initiation are two factors that influence a person's decision to smoke. The research objective was to determine the effect of SITARO cadre mentoring on smoking behavior and Lung CO₂ levels in teenagers at State Junior High School 9 Metro. This research type is quantitative with a pre-experiment design and a one-group pretest and posttest design approach. The population is all 125 male students. The sample was male students totaling 96 respondents and used a proportionate stratified random sampling technique. Data analysis used wilcoxon test. According to the findings, the majority of teens who received SITARO cadre coaching were moderate smokers (85.4%) prior to the program, and after it, 88.5% of them were light smokers. Teenagers' lung CO₂ levels were generally low at 86.5%, compared to moderate at 80.2% before to SITARO cadre support. The wilcoxon test results revealed that the p-value for the impact of SITARO cadre mentoring on smoking behavior was 0.000, with respect to lung CO₂ levels. In conclusion, sitaro cadre coaching has an impact on adolescent smokers' lung CO₂ levels and smoking habit. It is advised that smokers get support so they can comprehend the shift in their habit to something more constructive.

I. INTRODUCTION

Masa remaja adalah peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa (Sumara, dkk, 2017). Masa remaja merupakan masa saat pencarian jati diri (Rahmawati & Suharso, 2015). Perilaku generasi remaja di zaman sekarang menjadikan

perilaku merokok menjadi sesuatu yang tidak asing saat ini (Nugroho, 2017). Perilaku merokok adalah suatu aktifitas atau kegiatan membakar rokok atau tembakau dan kemudian dihisap asapnya serta menghembuskannya kembali dan melakukannya secara

berulang sampai rokok itu habis (Molina, 2017).

Jumlah perokok di dunia saat ini mencapai 2,8 milyar orang, dimana setiap tahun ada 5 juta orang yang meninggal diakibatkan penyakit yang disebabkan oleh rokok (WHO, 2015). Jumlah perokok remaja, hingga tahun 2020 tercatat sebanyak 3,2 juta remaja dengan rentang usia 10-18 tahun (tribunnews.com, 2020). Data yang dihimpun oleh *Global Youth Tobacco Survei* (GYTS) tahun 2020, bahwa hingga akhir 2019, di Indonesia terdapat 40,6 % pelajar telah merokok dalam rentang usia 13-15 tahun (Centers for Disease Control, 2019).

Di Asia, Indonesia mempunyai persentase perokok tertinggi. Tingkat prevalensi perokok remaja di Indonesia sangatlah mengkhawatirkan. Menurut penelitian *Worldwide Youth Tobacco* menunjukkan bahwa dari 70 juta anak muda Indonesia, 37% atau setara dengan 25,9 juta remaja adalah perokok (Mirnawati, et al., 2018). Usia 10-14 mulai merokok pertama kali pada saat berusia 5-9 tahun sebesar 2.8% dan 10-14 tahun sebesar 97.2%. Sedangkan umur 15-19 mulai merokok pertama kali pada saat berusia 5-9 tahun sebesar 1.1%, 10-14 tahun sebesar 24.0% dan 15-19 tahun sebesar 74.9%, hal tersebut merupakan hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia tahun 2013 memperlihatkan jumlah perokok di Indonesia sebesar 24,3% dari jumlah penduduk yang ada (Noviana, et al., 2016).

Ada beberapa faktor yang mendorong beberapa anak lebih rentan daripada yang lain untuk menjadi pengguna tembakau. Salah satu faktornya adalah paparan lingkungan: dibesarkan oleh orang tua yang merokok atau di lingkungan di mana kebiasaan merokok telah dikaitkan dengan inisiasi merokok dini (Yaya, Bishwajit, Shah, & Ekholuenetale, 2017).

Menurut Brigham (1991) remaja yang percaya bahwa merokok akan membuat

mereka tampil lebih dewasa, kuat, dan mampu memimpin, serta menarik lawan jenis, memandang merokok sebagai perilaku simbolis. Selain itu, merokok dapat menjadi aktivitas relaksasi, sarana menghilangkan stres, membantu konsentrasi, dan pengalaman yang menyenangkan (Trisanti, 2016). Remaja harus mendapat perhatian dan dukungan dari orang-orang terdekatnya sehubungan dengan perubahan ini, terutama orang tua, saudara kandung, dan perawat, untuk mendorong gaya hidup sehat dan mengurangi perilaku berisiko (Kyle & Carman, 2015).

Menurut Suharyanta (2018) menyatakan peran petugas kesehatan sangat mempengaruhi pencegahan perilaku merokok pada remaja. Tugas pokok tenaga kesehatan adalah preventif, promotif, kuratif, dan rehabilitatif. Penelitian ini yang dimaksudkan peran tenaga kesehatan adalah tenaga kesehatan yang melakukan perannya sebagai promotor kesehatan dan preventif.

Untuk mengatasi masalah kesehatan masyarakat akibat rokok pemerintah telah melakukan berbagai upaya. Tujuan dari kebijakan ini adalah pada perlindungan masyarakat akibat konsumsi rokok dan asap rokok orang lain, terutama pada anak-anak dan remaja, pada perempuan dan kemiskinan akibat konsumsi rokok. Upaya yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan untuk mengurangi perilaku merokok pada siswa salah satunya adalah dengan program UBM (Upaya Berhenti Merokok) melalui puskesmas.

Kegiatan inovasi yang dilakukan puskesmas untuk mengurangi prevalensi merokok di sekolah adalah dengan membentuk kader SITARO (Generasi Tanpa Asap Rokok) yang beranggotakan dari para siswa yang telah berhenti merokok. Kader SITARO dilatih oleh petugas puskesmas tentang bahaya merokok bagi Kesehatan. Kader SITARO menyampaikan testimoni

karena mereka berhasil berhenti merokok. Kader SITARO melakukan konseling bersama petugas puskesmas untuk memotivasi teman sebaya untuk bisa berhenti dari perilaku merokok. SITARO menjadi perpanjangan tangan petugas puskesmas untuk menyapaikan bahaya asap rokok bagi Kesehatan. Kader SITARO memberi dukungan penuh pada rekan-rekannya yang ingin berhenti merokok. Kader SITARO dan petugas juga guru BK memberikan reward bagi anak yg berhasil berhenti merokok

Dari hasil survei awal di SMPN 9 Metro, melalui wawancara pada 150 remaja putra diketahui bahwa 125 siswa merokok dan 25 siswa tidak merokok. Perilaku merokok masih banyak dijumpai pada remaja di lingkungan sekolah karena remaja beranggapan bahwa merokok melambangkan kejantanan bagi seorang pria. Hal ini didukung dengan pencatatan dan pelaporan dari guru Bimbingan Konseling yakni masih banyak dijumpai remaja putra yang merokok di toilet sekolah. Letak sekolah yang dekat dengan pemukiman masyarakat dan di tambah lagi dengan tempat olah raga yang terpisah dari sekolah seperti lapangan sepak bola sehingga jauh dari pantauan guru dan di SMPN 9 Metro belum ada pendamping kader SITARO.

II. METHODS

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan *metode pre eksperimental design* dengan *one group pre-test post-test design* pada satu kelompok yang diberikan perlakuan tanpa adanya kelompok control. Objek dalam penelitian ini adalah pendampingan kader SITARO, perilaku merokok dan kadar CO₂ paru pada remaja di SMPN 9 Metro. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra di SMPN 9 Metro yang berjumlah 125 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 96 orang. Teknik sampling

yang digunakan menggunakan random sampling. Penelitian ini dilakukan di SMPN 9 Metro dan pengambilan data menggunakan kuesioner. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2023.

III. RESULT

1. Karakteristik Responden

a. Umur

Tabel 1

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di SMPN 9 Metro Tahun 2023

Karakteristik	Jumlah	%
Umur	36	37,5
13 Tahun	36	37,5
14 Tahun	29	30,2
15 Tahun	31	32,3
Lama Merokok		
< 6 bulan	6	6,3
≥ 6 bulan	90	93,8
Jumlah	96	100

Berdasarkan karekteristik umur sebagian besar umur 13 tahun yaitu sebanyak 36 responden (37,5%). Berdasarkan lama merokok sebagian besar lama merokok ≥6 bulan yaitu sebanyak 90 responden (93,8%).

2. Analisis Univariat

a. Perilaku Merokok Remaja

- 1) Distribusi Frekuensi Perilaku Merokok pada Remaja Sebelum Dilakukan Pendampingan Kader SITARO di SMPN 9 Metro

Tabel 2

Perilaku Merokok pada Remaja Sebelum Dilakukan Pendampingan Kader SITARO di SMPN 9 Metro Tahun 2023

Perilaku Merokok	Jumlah	%
Perokok Ringan	0	0,0
Perokok Sedang	82	85,4
Perokok Berat	14	14,6
Total	96	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa perilaku merokok pada remaja sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO sebagian besar adalah perokok sedang yaitu 82 responden (85,4%).

- 2) Distribusi Frekuensi Perilaku Merokok pada Remaja Sesudah Dilakukan Pendampingan Kader Sitaro di SMPN 9 Metro

Tabel 3
Perilaku Merokok pada Remaja Sesudah Dilakukan Pendampingan Kader SITARO di SMPN 9 Metro Tahun 2023

Perilaku Merokok	Jumlah	%
Perokok Ringan	85	88,5
Perokok Sedang	11	11,5
Perokok Berat	0	0,0
Total	96	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa perilaku merokok pada remaja sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO sebagian besar adalah perokok ringan yaitu sebanyak 85 responden (88,5%).

- b. Kadar CO₂ Paru Remaja
1) Distribusi Frekuensi Kadar CO₂ Paru pada Remaja Sebelum Dilakukan Pendampingan Kader Sitaro di SMPN 9 Metro

Tabel 4
Kadar CO₂ Paru pada Remaja
3. Analisis Bivariat
a. Perilaku Merokok Remaja

Sebelum Dilakukan Pendampingan Kader Sitaro di SMPN 9 Metro Tahun 2023

Kadar CO ₂ Paru	Jumlah	%
Rendah	0	0,0
Sedang	77	80,2
Tinggi	19	19,8
Total	96	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa kadar CO₂ paru pada remaja sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO sebagian besar sedang yaitu sebanyak 77 responden (80,2%).

- 2) Distribusi Frekuensi Kadar CO₂ Paru pada Remaja Sesudah Dilakukan Pendampingan Kader Sitaro di SMPN 9 Metro

Tabel 5
Kadar CO₂ Paru pada Remaja Sesudah Dilakukan Pendampingan Kader Sitaro di SMPN 9 Metro Tahun 2023

Kadar CO ₂ Paru	Jumlah	%
Rendah	83	86,5
Sedang	13	13,5
Tinggi	0	0,0
Total	96	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa kadar CO₂ paru pada remaja sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO sebagian besar rendah yaitu sebanyak 83 responden (86,5%).

Tabel 6
Pengaruh Pendampingan Kader SITARO terhadap Perilaku Merokok
Pada Remaja di SMPN 9 Metro Tahun 2023

Perilaku Merokok Sebelum	Perilaku Merokok Sesudah				Total		P value
	Perokok Ringan		Perokok Sedang				
	N	%	N	%	N	%	
Perokok Sedang	82	100,0%	0	0,0%	82	100%	0,000
Perokok Berat	3	21,4%	11	78,6%	14	100%	
Total	85	88,5%	11	11,5%	96	100%	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa perilaku merokok responden sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO dengan kategori perokok sedang sebanyak 82 responden, sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO seluruhnya perilaku merokok berubah menjadi perokok ringan sebanyak 82 responden (100%). Perilaku merokok responden sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO dengan kategori perokok berat sebanyak 14 responden, sesudah dilakukan

pendampingan kader SITARO perilaku merokoknya berubah menjadi perokok ringan sebanyak 3 responden (21,4%) dan perokok sedang sebanyak 11 orang (78,6%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *uji wilcoxon* didapatkan nilai p value sebesar 0,000 yang artinya p value < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendampingan kader SITARO terhadap perilaku merokok pada remaja di SMPN 9 Kota Metro.

b. Kadar CO₂ Paru Remaja

Tabel 4.7
Pengaruh Pendampingan Kader SITARO terhadap Kadar CO₂ Paru Pada
Remaja di SMPN 9 Metro Tahun 2023

Kadar CO ₂ Paru Sebelum	Kadar CO ₂ Paru Sesudah				Total		P value
	Rendah		Sedang				
	N	%	N	%	N	%	
Sedang	77	100,0%	0	0,0%	77	100%	0,000
Tinggi	6	31,6%	13	68,4%	19	100%	
Total	83	86,5%	11	13,5%	96	100%	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa kadar CO₂ paru responden sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO dengan kategori sedang sebanyak 77 responden, sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO kadar CO₂ parunya seluruhnya berubah menjadi rendah yaitu sebanyak 77 responden (100%). Kadar CO₂ paru

responden sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO dengan kategori tinggi sebanyak 13 responden, sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO kadar CO₂ paru berubah menjadi rendah sebanyak 6 responden (31,6%) dan sedang sebanyak 13 orang (68,4%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *uji wilcoxon* didapatkan

nilai p value sebesar 0,000 yang artinya p value < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendampingan kader SITARO terhadap kadar CO₂ paru pada remaja di SMPN 9 Kota Metro.

IV. DISCUSSION

1. Perilaku Merokok Pada Remaja Sebelum Dilakukan Pendampingan Kader SITARO di SMPN 9 Metro tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa perilaku merokok pada remaja sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO sebagian besar adalah perokok sedang yaitu 82 responden (85,4%).

Menurut Hamdan (2013), perilaku merokok adalah merupakan kegiatan menghirup asap yang mengandung nikotin dan kemudian menghembuskannya kembali. Kebiasaan diri, sikap positif terhadap merokok, dukungan lingkungan terhadap merokok, dan lemahnya keinginan untuk berhenti merokok semuanya berkontribusi terhadap berkembangnya perilaku adiktif ini.

Ada beberapa faktor yang mendorong beberapa anak lebih rentan daripada yang lain untuk menjadi pengguna tembakau. Salah satu faktornya adalah paparan lingkungan: dibesarkan oleh orang tua yang merokok atau di lingkungan di mana kebiasaan merokok telah dikaitkan dengan inisiasi merokok dini (Yaya, Bishwajit, Shah, & Ekholuenetale, 2017).

Ada beberapa faktor yang melatarbelakangi remaja menjadi perokok, yaitu lingkungan dan individu. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri, juga disebabkan faktor lingkungan (Komasari, 2000). Remaja mulai merokok karena bagian psikososial dari keadaan darurat yang dialami pada saat pergantian peristiwa, khususnya pada saat mereka mencari jati dirinya. Remaja

menjadi perokok, antara lain faktor intrinsik yang meliputi faktor jenis kelamin, faktor kepribadian, faktor pekerjaan dan faktor kepercayaan. Faktor ekstrinsik meliputi pengaruh keluarga dan lingkungan sekitar, pengaruh dari teman sebaya, pengaruh iklim, iklan rokok, kemudahan memperoleh rokok, tidak adanya peraturan, serta sikap petugas kesehatan (Faridah, 2015).

Faktor lainnya adalah kepribadian awal. Kecenderungan perilaku yang bertahan lama muncul lebih awal dan memiliki efek konsekuensial pada berbagai hasil orang dewasa. Misalnya, kapasitas untuk melakukan Kontrol Diri atas pikiran dan tindakan dari usia 3 hingga 11 tahun memprediksi ketergantungan zat pada usia 32 tahun (Meier, et al., 2016). Menurut Brigham (1991) merokok merupakan suatu perilaku simbolisasi bagi remaja yang menganggap bahwa dengan cara merokok mereka akan terlihat lebih matang, dewasa, kuat, bisa menjadi pemimpin dan bisa menarik lawan jenis. Selain itu, merokok juga dapat sebagai media relaksasi, dengan merokok dapat meredakan ketegangan, memudahkan berkonsentrasi dan pengalaman yang menyenangkan (Tristanti, 2016).

Menurut asumsi peneliti faktor yang melatar belakangi remaja menjadi perokok adalah faktor dari dalam diri dan faktor lingkungan. Remaja mulai merokok ketika mereka sedang mencari jati dirinya. Faktor lingkungan dan teman sebaya merupakan faktor yang paling berperan di lingkungan sekolah. Perilaku merokok merupakan suatu perilaku agar mereka terlihat lebih kuat didepan teman-teman sebayanya, dan perilaku merokok juga merupakan media relaksasi agar dapat meredakan ketegangan, memudahkan berkonsentrasi dan pengalaman yang menyenangkan.

2. Perilaku Merokok Pada Remaja Sesudah Dilakukan Pendampingan Kader SITARO di SMPN 9 Metro tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa perilaku merokok pada remaja sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO sebagian besar adalah perokok ringan yaitu sebanyak 85 responden (88,5%) dari yang semula sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO sebagian besar adalah perokok sedang yaitu 82 responden (85,4%).

Karena kecanduan nikotin menjadi salah satu penghambat berhenti merokok jika dilihat dari segi biologis atau fisiologis, maka tidak mudah bagi pecandu rokok untuk melakukannya. Untuk menjadi konselor, siswa harus memahami prinsip-prinsip konseling berhenti merokok (Kemenkes RI, 2017).

Upaya berhenti merokok merupakan kegiatan yang diprogramkan untuk dilaksanakan di puskesmas dalam bentuk promosi kesehatan pada masyarakat yang melibatkan pengelola program, dokter puskesmas, dan fungsional promosi kesehatan. Kegiatan ini merupakan bentuk promosi kesehatan yang dilakukan puskesmas (Ditjen P2PTM Dirjen P2P Kemenkes RI, 2017). Selain itu, promosi kesehatan dipandang sebagai upaya yang memberi penekanan pada perubahan sosial, pengembangan lingkungan, pengembangan kemampuan dan peluang individu dalam masyarakat, serta mengubah perilaku individu, organisasi, dan sosial untuk meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat (Keleher, et. al dalam Siswatibudi, 2015).

Menurut Suharyanta (2018) menyatakan peran petugas kesehatan sangat mempengaruhi pencegahan perilaku merokok pada remaja. Tugas pokok tenaga kesehatan adalah preventif, promotif, kuratif, dan rehabilitatif.

Penelitian ini yang dimaksudkan peran tenaga kesehatan adalah tenaga kesehatan yang melakukan perannya sebagai promotor kesehatan dan preventif. Pencegahan merokok merupakan salah satu tugas tenaga kesehatan untuk mengurangi prevalensi perokok remaja di Indonesia yang mencapai angka fantastik. Berbagai temuan ilmiah menunjukkan bahwa menghentikan kebiasaan merokok amat baik pengaruhnya terhadap pencegahan terjadinya penyakit-penyakit yang telah diuraikan terdahulu (Nurrahmah, 2014).

Menurut asumsi peneliti penurunan perilaku merokok dari sebagian besar siswa dengan perokok sedang setelah dilakukan pendampingan kader SITARO menjadi perokok ringan. Hal ini disebabkan karena banyak dukungan dari teman sebaya dan pihak sekolah serta dari peran petugas kesehatan dalam pencegahan perilaku merokok pada remaja. Banyaknya kegiatan yang positif, dan masukan dari teman-teman yang telah menjadi kader SITARO dan menjadi orang yang bisa berhenti dari perilaku merokok melatar belakangi penurunan tingkat perilaku merokok pada siswa.

3. Kadar CO₂ Paru pada Remaja Sebelum Dilakukan Pendampingan Kader SITARO di SMPN 9 Metro tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kadar CO₂ paru pada remaja sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO sebagian besar sedang yaitu sebanyak 77 responden (80,2%).

Perilaku merokok adalah suatu kegiatan atau aktifitas yang membakar rokok atau tembakau dan kemudian menghisap asapnya dan kemudian menghembuskannya kembali dan dilakukan berulang sampai rokok itu habis (Molina, 2017). Bahaya rokok bagi kesehatan disebabkan karena terdapat

7000 bahan kimia yang terkandung dalam setiap batang rokok dan diantaranya bersifat toksik, salah satunya adalah gas CO (Hanum & Wibowo, 2016). CO yang terhirup kedalam tubuh melalui saluran pernafasan akan berikatan dengan hemoglobin membentuk HbCO. Adanya HbCO ini menyebabkan kemampuan darah untuk mentransport O₂ ke jaringan tubuh berkurang. Akibatnya suplai O₂ dalam jaringan-jaringan dan sel-sel tubuh menurun, sehingga semakin tinggi konsentrasi HbCO dalam darah kemungkinan terjadinya gangguan kesehatan semakin meningkat (Dewanti, 2018). Jumlah batang rokok yang dikonsumsi akan mempengaruhi tinggi rendahnya kadar CO pada seseorang (Putri, 2018).

Jumlah rokok yang dihisap perhari dapat mempengaruhi kadar CO ekspirasi pada perokok dengan perkiraan bila merokok 20 batang rokok/hari maka kadar CO akan meningkatkan kadar CO sebesar 15-34 ppm, bila merokok 40 batang/hari akan meningkat menjadi 25-60 ppm (Inayatillah dkk, 2014).

Menurut asumsi peneliti kadar CO₂ dalam paru pada remaja disebabkan karena aktivitas perilaku merokok pada siswa, selain menjadi perokok aktif yang memang merupakan penyumbang terbesar yang dapat meningkatkan kadar CO₂ dalam paru-paru. Karena pergaulannya dilingkungan yang merupakan perokok maka perokok pasif juga bisa terdampak, sehingga kadar CO₂ dalam paru siswa juga bisa meningkat karena lingkungan yang kurang sehat.

4. Kadar CO₂ Paru pada Remaja Sesudah Dilakukan Pendampingan Kader SITARO di SMPN 9 Metro tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kadar CO₂ paru pada remaja sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO sebagian besar rendah yaitu sebanyak 83 responden (86,5%).

Menurut Suharyanta (2018) menyatakan peran petugas kesehatan sangat mempengaruhi pencegahan perilaku merokok pada remaja. Tugas pokok tenaga kesehatan adalah preventif, promotif, kuratif, dan rehabilitatif. Penelitian ini yang dimaksud peran tenaga kesehatan adalah tenaga kesehatan yang melakukan perannya sebagai promotor kesehatan dan preventif. Pencegahan merokok merupakan salah satu tugas tenaga kesehatan untuk mengurangi prevalensi perokok remaja di Indonesia yang mencapai angka fantastik. Berbagai temuan ilmiah menunjukkan bahwa menghentikan kebiasaan merokok amat baik pengaruhnya terhadap pencegahan terjadinya penyakit-penyakit yang telah diuraikan terdahulu (Nurrahmah, 2014).

Jumlah rokok yang dihisap perhari dapat mempengaruhi kadar CO ekspirasi pada perokok dengan perkiraan bila merokok 20 batang rokok/hari maka kadar CO akan meningkatkan kadar CO sebesar 15-34 ppm, bila merokok 40 batang/hari akan meningkat menjadi 25-60 ppm (Inayatillah dkk, 2014). Hasil pada penelitian ini sejalan dengan penelitian Kumar et al (2010) yang menyatakan adanya korelasi yang bermakna antara lama merokok dengan kadar CO ($p < 0,001$; $r = 0,550$) (Kumar et al, 2010). Semakin lama merokok maka semakin lama terpapar CO dari asap rokok dan jumlah asap rokok yang dihirup menjadi lebih banyak sehingga kadar CO akan menjadi lebih meningkat. Hal ini karena sifat HbCO yang lebih stabil dibandingkan HbO (Wimpy & Harningsih, 2020).

Menurut asumsi peneliti setelah dilakukan pendampingan kader SITARO

kadar CO₂ dalam yang semula sebagian besar kadar CO₂ dalam tingkat sedang menurun menjadi ringan hal ini disebabkan karena ada penurunan tingkat perilaku merokok sehingga kadar CO₂ paru pada remaja juga akan menurun. Maka dari itu pentingnya kader SITARO sangat berpengaruh terhadap penurunan perilaku merokok pada remaja sehingga dapat meningkatkan kesehatan pula bagi remaja dan lingkungan sekolah dari kurangnya aktifitas merokok tersebut.

5. Pengaruh Pendampingan Kader SITARO terhadap Perilaku Merokok pada Remaja di SMPN 9 Metro Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa perilaku merokok responden sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO dengan kategori perokok sedang sebanyak 82 responden, sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO seluruhnya perilaku merokok berubah menjadi perokok ringan sebanyak 82 responden (100%). Perilaku merokok responden sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO dengan kategori perokok berat sebanyak 14 responden, sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO perilaku merokoknya berubah menjadi perokok ringan sebanyak 3 responden (21,4%) dan perokok sedang sebanyak 11 orang (78,6%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon didapatkan nilai p value sebesar 0,000 yang artinya p value < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendampingan kader SITARO terhadap perilaku merokok pada remaja di SMPN 9 Kota Metro.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puluhulawa (2018) dengan judul Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok

Terhadap Perilaku Merokok Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango yang menyatakan terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku merokok siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango.

Karena kecanduan nikotin menjadi salah satu penghambat berhenti merokok jika dilihat dari segi biologis atau fisiologis, maka tidak mudah bagi pecandu rokok untuk melakukannya. Untuk menjadi konselor, siswa harus memahami prinsip-prinsip konseling berhenti merokok (Kemenkes RI, 2017). Keberhasilan upaya berhenti merokok tidak lepas dari proses pemilihan siswa sebagai kader karena didasarkan pada tekadnya bergantung pada kualitas bersikap hangat, memiliki minat untuk membantu, diakui oleh orang lain, bersikap toleran terhadap perbedaan dalam kerangka penghargaan, bersikap antusias, seorang lulusan kelas perokok, dan dengan sengaja mampu membantu orang lain (Suarjo, 2012).

Upaya Berhenti Merokok (UBM) merupakan program kesehatan yang dilandasi Peraturan Pemerintah No. 109 tahun 2012. Program ini merupakan fasilitas untuk masyarakat perlu menghentikan kebiasaan yang tak sehat, diciptakan agar membantu masyarakat yang ingin berhenti merokok agar benar-benar dapat berhenti (Ditjen P2PTM Dirjen P2P Kemenkes RI, 2017). promosi kesehatan dipandang sebagai upaya yang memberi penekanan pada perubahan sosial, pengembangan lingkungan, pengembangan kemampuan dan peluang individu dalam masyarakat, serta mengubah perilaku individu, organisasi, dan sosial untuk meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat (Keleher, et. al dalam Siswatibudi, 2015).

Selain itu, promosi kesehatan dipandang sebagai upaya yang memberi penekanan pada perubahan sosial, pengembangan lingkungan,

pengembangan kemampuan dan peluang individu dalam masyarakat, serta mengubah perilaku individu, organisasi, dan sosial untuk meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat

Melalui dengan keterlibatan dengan kelompok remaja, maka remaja akan menemukan bantuan dan dukungan untuk mengembangkan identitasnya sendiri. Dengan adanya perubahan dan perkembangan tersebut remaja perlu mendapatkan perhatian dan dukungan dari orang-orang terdekat terutama orang tua dan keluarganya serta perawat untuk memfasilitasi gaya hidup yang sehat dan untuk mengurangi perilaku beresiko (Kyle & Carman, 2015).

Menurut asumsi peneliti adanya pengaruh pendampingan kader SITARO terhadap perilaku merokok ini disebabkan karena pendampingan kader SITARO bisa memberikan dampak yang positif kepada remaja lain yang merokok, sehingga peran dari kader SITARO sangat penting dalam upaya berhenti merokok disekolah yang bisa merubah perilaku siswa dalam mengurangi perilaku merokoknya dan bisa meningkatkan status kesehatannya.

6. Pengaruh Pendampingan Kader SITARO terhadap Kadar CO₂ Paru pada Remaja di SMPN 9 Metro Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kadar CO₂ paru responden sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO dengan kategori sedang sebanyak 77 responden, sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO kadar CO₂ parunya seluruhnya berubah menjadi rendah yaitu sebanyak 77 responden (100%). Kadar CO₂ paru responden sebelum dilakukan pendampingan kader SITARO dengan kategori tinggi sebanyak 13 responden,

sesudah dilakukan pendampingan kader SITARO kadar CO₂ paru berubah menjadi rendah sebanyak 6 responden (31,6%) dan sedang sebanyak 13 orang (68,4%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon didapatkan nilai p value sebesar 0,000 yang artinya p value < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendampingan kader SITARO terhadap kadar CO₂ paru pada remaja di SMPN 9 Kota Metro.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hilyah (2021) yang berjudul Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dengan Kadar Karbon Monoksida (CO) Perokok yang menyatakan terdapat hubungan yang bermakna antara jumlah rokok yang dihisap perhari dengan kadar CO dengan kekuatan korelasi kuat ($r=0.698$).

Perilaku merokok adalah suatu kegiatan atau aktifitas yang membakar rokok atau tembakau dan kemudian menghisap asapnya dan kemudian menghembuskannya kembali dan dilakukan berulang sampai rokok itu habis (Molina, 2017). Bahaya rokok bagi kesehatan disebabkan karena terdapat 7000 bahan kimia yang terkandung dalam setiap batang rokok dan diantaranya bersifat toksik, salah satunya adalah gas CO (Hanum & Wibowo, 2016). CO yang terhirup kedalam tubuh melalui saluran pernafasan akan berikatan dengan hemoglobin membentuk HbCO. Adanya HbCO ini menyebabkan kemampuan darah untuk mentransport O₂ ke jaringan tubuh berkurang. Akibatnya suplai O₂ dalam jaringan-jaringan dan sel-sel tubuh menurun, sehingga semakin tinggi konsentrasi HbCO dalam darah kemungkinan terjadinya gangguan kesehatan semakin meningkat (Dewanti, 2018). Jumlah batang rokok yang dikonsumsi akan mempengaruhi tinggi rendahnya kadar CO pada seseorang (Putri, 2018).

Jumlah rokok yang dihisap perhari dapat mempengaruhi kadar CO ekspirasi pada perokok dengan perkiraan bila merokok 20 batang rokok/hari maka kadar CO akan meningkatkan kadar CO sebesar 15-34 ppm, bila merokok 40 batang/hari akan meningkat menjadi 25-60 ppm (Inayatillah dkk, 2014). Hasil pada penelitian ini sejalan dengan penelitian Kumar et al (2010) yang menyatakan adanya korelasi yang bermakna antara lama merokok dengan kadar CO ($p < 0,001$; $r = 0,550$) (Kumar et al, 2010). Semakin lama merokok maka semakin lama terpapar CO dari asap rokok dan jumlah asap rokok yang dihirup menjadi lebih banyak sehingga kadar CO akan menjadi lebih meningkat. Hal ini karena sifat HbCO yang lebih stabil dibandingkan HbO (Wimpy & Harningsih, 2020).

Menurut asumsi peneliti adanya pengaruh pendampingan kader SITARO terhadap kadar CO₂ dalam paru ini disebabkan karena ada penurunan perilaku merokok, sehingga kadar CO₂ paru pada remaja juga akan menurun. Peran penting pendampingan kader SITARO terhadap penurunan perilaku merokok karena bisa memberikan masukan dan dampak yang positif sehingga dapat meningkatkan kesehatan bagi remaja dan lingkungan sekolah dengan kurangnya aktifitas merokok pada remaja.

perilaku merokok dan kadar CO₂ paru sehingga remaja bisa hidup dengan sehat. Serta responden bisa mempertahankan manfaat mengurangi perilaku merokok, sehingga dapat memberikan contoh kepada teman-teman yang lain agar bisa mendapatkan manfaat yang positif dari mengurangi perilaku merokok sehingga tubuh menjadi sehat.

V. CONCLUSION

Diharapkan agar sekolah SMPN 9 Metro bisa menambah jumlah kader SITARO dengan melakukan pengawasan terhadap anak didiknya dan selalu memberikan kegiatan-kegiatan yang bisa mengurangi perilaku merokoknya dan bisa hidup dengan sehat. Selain itu kader SITARO agar bisa memberi contoh kepada kawannya sehingga remaja yang masih merokok agar bisa termotivasi untuk mengurangi

REFERENCES

- Centers for Disease Control. (2019). GYTS (Global Youth Tobacco Survey) Fact Sheet, Indonesia, 2019.
- Dewanti IR., (2018). Identification of CO Exposure, Habits, COHb Blood and Worker's Health Complaints on Basement Waterplace Apartment Surabaya, *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 10(1): 59.
- Hanum H dan Wibowo A., (2016). Pengaruh Paparan Asap Rokok Lingkungan Pada Ibu Hamil Terhadap Kejadian Berat Bayi Lahir Rendah, *Majorty*, 5(5): 2.
- Kemkes RI, (2015), Profil Kesehatan Indonesia 2015, Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Meier, M. H., Hall, W., Caspi, A., Belsky, D. W., Cerdá, M., Harrington, H., ... Moffitt, T. E. (2016). Which adolescents develop persistent substance dependence in adulthood? Using population-representative longitudinal data to inform universal risk assessment. *Psychological Medicine*, 46(4), 877–889.
- Mirnawati, Nurfitriani, Zulfirani, F. M., & Cahyati, W. H. (2018). Perilaku Merokok pada Remaja Umur 13-14 Tahun. *Higeia J Public Heal Res Dev*, 2(3), 396–405. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia/article/view/26761>
- Molina. 2017. Hubungan Antara Konformitas Terhadap Perilaku Merokok Pada Siswa SMP Negeri 1 Loa Janan. *Journalppsikologi*, Vol 5(1) : 96-106. Diakses 15 Februari 2020
- Noviana, A., Riyanti, E., & Widagdo, L. (2016). Determinan Faktor Remaja Merokok. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(3), 960–969.
- Nururrahmah. (2014). Pengaruh Rokok terhadap Kesehatan dan Pembentukan Karakter Manusia. Seminar. Vol. 1 No. 1. Universitas Cokroaminoto Palopo.
- Putri, M. E. (2018). Korelasi Jumlah Batang Rokok Dengan Kadar Co Pada Remaja Perokok Di Smk Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 7(2), 123–129.
- Rahmawati & Suharso. (2015). Dukungan Keluarga Tentang Pencegahan Merokok Pada Remaja Laki Laki di Kota Banda Aceh. *ETD Unsyiah*.
- Suharyanta, D., Widiyaningsih, D., Sugiyono. (2018). Peran Orang Tua, Tenaga Kesehatan, Dan Teman Sebaya Terhadap Pencegahan Perilaku Merokok Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan yayasan RS. Dr. Soetomo Vol.4 No. 1 April 2018*.
- Sumara, D. S., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Kenakalan Remaja Dan Penanganannya. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14393>
- Trisanti, I. (2016). Remaja dan Perilaku Merokok, *Publikasi Ilmiah Universitas Surakarta*. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/11617/6772?show=full>
- World Health Organization (WHO). 2015. *Global Tuberculosis Report 2015*. Switzerland.
- Yaya, S., Bishwajit, G., Shah, V., & Ekholuenetale, M. (2017). Socioeconomic disparities in smoking behavior and early smoking initiation among men in Malawi. *Tobacco Use Insights*, 10, 1179173X17726297.
- Yusuf. (2018). Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. *Kesehatan*, 1–260.

BIOGRAPHY

First Author

Nama : Kurniati
Institusi : Universitas Aisyah Pringsewu
Fokus Penelitian : Keperawatan

Second Author

Nama : Anggi Kusuma
Institusi : Universitas Aisyah Pringsewu
Fokus Penelitian : Keperawatan

Third Author

Nama : Beniqa Maharani
Institusi : Universitas Aisyah Pringsewu
Fokus Penelitian : Keperawatan