
INTERVENSI STUNTING DI DESA TAJUNGAN KECAMATAN KAMAL KABUPATEN BANGKALAN MELALUI PSIKOEDUKASI TENTANG BAHAYA MEROKOK

Choirun Nisa¹, Yudho Bawono², Rezkiyah Rosyidah³

^{1,2,3}Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura,
Jl. Raya Telang PO. Box 2 Kamal, Bangkalan – Madura 69162

¹Alamat e-mail 200541100054@student.trunojoyo.ac.id

Abstrak

Setiap individu memiliki persepsi masing-masing terhadap perilaku merokok. Bagi orang yang tidak suka aroma rokok akan tidak menyukai orang sekitarnya merokok, terlebih orang dalam keluarganya yang sering bertemu. Menghindari perilaku merokok bisa dilakukan dengan menerapkan pola hidup sehat dalam lingkungan keluarga karena asap rokok dapat menyebabkan lingkungan yang kurang sehat dan dapat menyebabkan pertumbuhan anak menjadi terlambat atau disebut dengan *stunting*. Angka stunting atau gangguan pertumbuhan anak akibat kekurangan gizi di Kabupaten Bangkalan, masih tinggi. Berdasarkan Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) jumlah stunting sebanyak 38 persen, termasuk urutan nomor dua kasus stunting tertinggi di Jawa Timur. Salah satu desa dengan angka stunting tinggi adalah Desa Tajungan Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan. Berdasarkan data yang diambil dari puskesmas kecamatan Kamal terdapat 4 anak yang terkena stunting di Desa Tajungan Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan, dipengaruhi berat badan dan tinggi badan yang tidak sesuai dengan usianya. Adapun tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah menambah pengetahuan ibu-ibu yang sedang mengandung atau juga ibu-ibu yang memiliki anak balita agar mengetahui bahaya merokok yang bisa mengakibatkan lemahnya pertumbuhan anak. Kegiatan ini diharapkan sebagai salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting di Desa Tajungan Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan melalui psikoedukasi tentang bahaya merokok.

Kata Kunci: bahaya merokok, intervensi stunting.

Abstract

Each individual has their own perception of smoking behavior. For people who don't like the smell of cigarettes, they don't like people around them smoking, especially people in their families who often meet. Avoiding smoking behavior can be done by adopting a healthy lifestyle in the family environment because cigarette smoke can cause an unhealthy environment and children's growth to be delayed or known as stunting. The stunting rate or growth disturbance in children due to malnutrition in Bangkalan Regency is still high. Based on the Indonesian Toddler Nutrition Status Survey (SSGBI) the number of stunting is 38 percent, including the number two highest stunting case in East Java. One of the villages with a high stunting rate is Tajungan Village, Kamal District, Bangkalan Regency. Based on data taken from the Kamal sub-district health center, there are 4 children affected by stunting in Tajungan Village, Kamal District, Bangkalan Regency, influenced by weight and height that are not suitable for their age. The purpose of this community service is to increase the knowledge of mothers who are pregnant or also mothers who have children under five so they know the dangers of smoking which can result in weak child growth. This activity is expected to be one of the interventions that can be carried out to prevent stunting in Tajungan Village, Kamal District, Bangkalan Regency through psychoeducation about the dangers of smoking.

Keywords: dangers of smoking, stunting intervention.

PENDAHULUAN

Kebiasaan orangtua merokok di dalam rumah menjadikan anggota keluarga yang lain selalu terpapar asap rokok (Rahmayatul, 2013). Dampak rokok tidak hanya mengancam si perokok tetapi

juga orang disekitarnya atau perokok pasif (Detik Health, 2011). Analisis WHO, menunjukkan bahwa efek buruk asap rokok lebih besar bagi perokok pasif dibandingkan perokok aktif. Ketika perokok membakar sebatang rokok dan menghisapnya, asap yang dihisap oleh perokok disebut asap utama, dan asap yang keluar dari ujung rokok (bagian yang terbakar) dinamakan sidestream smoke atau asap samping. Asap samping ini terbukti mengandung lebih banyak hasil pembakaran tembakau dibanding asap utama (Umami, 2010). Ibu rumah tangga yang mempunyai persepsi baik tentang merokok diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada anggota keluarga yang merokok karena dengan merokok di dalam rumah jumlah perokok pasif semakin meningkat. Orang tua berperan penting dalam pembentukan nilai pada anak agar sesuai dengan nilai-nilai dewasa (Hurlock, 2000). Orang tua yang merokok akan menanamkan persepsi yang salah mengenai perilaku merokok pada diri anak-anaknya sehingga sering kali anak-anak juga akan menjadi perokok saat mereka besar nanti. Jika dalam setiap keluarga ada salah satu anggota keluarga yang merokok maka jumlah perokok pasif akan semakin tinggi. Yang paling tinggi beresiko menjadi perokok pasif adalah ibu (istri) dan anak-anak. Selain menyebabkan gangguan kesehatan, konsumsi rokok juga menyebabkan kerugian ekonomi, baik di tingkat rumah tangga maupun di masyarakat. Di Indonesia, tiap tahunnya pemerintah mengeluarkan biaya pengobatan penyakit terkait tembakau sebesar Rp 2,11 Triliun, yang terdiri dari pengeluaran rawat inap sebesar Rp 1,85 Trilyun dan rawat jalan sebesar Rp 0,26 Trilyun.

Perilaku merokok ini juga dipandang sebagai upaya penyeimbang dalam kondisi stress (Muchtar, 2005). Padahal menurut dr. Mudjiran, seorang konselor dan dosen psikologi UNP (dalam <http://katakandengankata.wordpress.com/2009/02/04/>), mengemukakan bahwa merokok tidak ada kaitannya sama sekali dengan stress, depresi, ataupun masalah psikologis lainnya. Jika ada orang yang merokok untuk mengatasi stress, maka perilaku merokok itu hanya sebuah pelarian. Merokok hanya melupakan sementara saja stressor (penyebab stress) karena untuk sementara waktu konsentrasi beralih pada rokok dan stressor terlupakan. Tetapi setelah selesai merokok konsentrasi akan kembali lagi pada stressor tersebut.

Cahyani (1995) terdapat 4 tahap dalam perilaku merokok sehingga menjadi perokok yaitu: 1) Tahap *Preparatory*, Seseorang mendapatkan gambaran yang menyenangkan mengenai merokok dengan cara mendengar, melihat, atau dari hasil bacaan. Hal-hal ini menimbulkan minat untuk merokok; 2) Tahap *Initiation*, Tahap perintisan merokok yaitu tahap apakah seseorang akan meneruskan atau tidak terhadap perilaku merokok; 3) Tahap *becoming a smoker*, Apabila seseorang telah mengkonsumsi rokok sebanyak 4 batang per hari maka mempunyai kecenderungan

menjadi perokok; dan 4) Tahap *maintenance of smoking*, Tahap ini merokok sudah menjadi salah satu bagian dari cara pengaturan diri (*selfregulating*). Merokok dilakukan untuk memperoleh efek fisiologis yang menyenangkan.

Tujuan yang direncanakan dalam target Sustainable Development Goals/SDGs adalah mengatasi kekurangan atau kelebihan gizi dan penelantaran anak balita, menangani kebutuhan gizi remaja putri, ibu hamil dan menyusui, serta lanjut usia. (Wiemers, et.all, 2020). Stunting adalah proses kumulatif yang merupakan konsekuensi dari beberapa faktor yang sering dikaitkan dengan kemiskinan seperti asupan zat gizi yang tidak memadai dan/atau penyakit infeksi berulang, dapat terjadi sebelum kelahiran dan disebabkan oleh asupan gizi yang sangat buruk selama kehamilan, pola asuh makanan yang sangat buruk, kualitas makanan yang rendah sesuai dengan frekuensi infeksi sehingga dapat menghambat pertumbuhan. (Budijanto, Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia, 2018) Menurut (Byna, 2019) dalam (Ariestiningsih, Syarifah & Kurniawan, 2021).

Kejadian stunting di Indonesia cukup tinggi jika dibandingkan Negara berpendapatan menengah. Kejadian stunting menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 adalah 10,2% sedangkan prevalensi stunting pada anak balita 30,8% (Kemenkes 2018). Berdasarkan Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2019, di Jawa Timur prevalensi stunting anak balita lebih tinggi daripada rata-rata prevalensi di tingkat nasional yaitu sebesar 32,8%. Pada tahun 2020, Berdasarkan Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) jumlah stunting Bangkalan tercatat sebanyak 38 persen, tertinggi nomor dua di Jawa Timur, setelah Lumajang. Di Pulau Madura, Kabupaten Bangkalan terdata menempati urutan kedua setelah Kabupaten Sampang yang mencapai 23,76 persen. Salah satu desa di Kabupaten Bangkalan yang angka stunting tinggi adalah Desa Tajungan, Kecamatan Kamal (Mauliddina & Pahlevi, 2022; Zamachsari, 2022).

Sebagaimana uraian diatas, peneliti melakukan pengabdian masyarakat di Desa Tajungan Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan untuk memberikan intervensi stunting melalui psikoedukasi pencegahan merokok. Adanya perubahan perilaku ini dengan harapan angka stunting di desa ini menurun karena psikoedukasi pencegahan merokok, karena merokok salah satu penyebab stunting pada seseorang.

METODE

Metode pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Tajungan Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan ini adalah keikutsertaan masyarakat (*community participation*) dan wawancara. Dalam pengabdian kepada masyarakat ini mengikutsertakan

beberapa partisipan seperti perangkat desa, tenaga kesehatan, dan warga lingkungan setempat. Kegiatan yang dilakukan adalah penyuluhan kepada warga setempat terkait gerakan pencegahan stunting sejak dini saat posyandu. Mengikuti kegiatan posyandu, peneliti mengadakan sosialisasi kepada masyarakat tentang pola hidup bersih dan sehat dengan mengajarkan cuci tangan yang baik dan benar, juga mengadakan tanya jawab permasalahan merokok tentang seberapa pengetahuan warga sekitar tentang bahaya merokok. Sekitar 16 ibu-ibu yang mengikuti posyandu di desa Tajungan, sebelum adanya tanya jawab terkait bahaya merokok tentunya peneliti membeberkan beberapa materi tentang bahaya merokok. Dimana warga yang terlibat disana terlihat antusias terhadap topik pembicaraan.

Metode wawancara ini sendiri dilakukan kepada warga yang anaknya terkena stunting, bahwa orang tua anak tersebut tidak merokok, sedangkan jika di telah orang tua tersebut lah yang malas terhadap pemberian konsumsi berlebih kepada anaknya, padahal dari pemerintah telah disediakan makanan tambah gizi seperti susu setiap bulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tim Pusat Kajian Jaminan Sosial Universitas Indonesia (PKJS-UI) telah melaksanakan studi yang membuktikan efek konsumsi rokok terhadap kemiskinan dan kejadian stunting di Indonesia. Penelitian yang menggunakan dataset longitudinal (1997 – 2014) dari Indonesian Family Life Survey (IFLS) ini membuktikan bahwa perilaku merokok telah berdampak pada kondisi stunting anak-anak mereka yang ditunjukkan pada tinggi dan berat badan.

Teguh Dartanto, PhD, Kepala Departemen Ilmu Ekonomi FEB UI sekaligus penanggung jawab penelitian tim riset PKJS menjelaskan lebih detil, “Kami mengamati berat badan dan tinggi anak-anak (≤ 5 tahun) pada 2007 dan kemudian melacak mereka pada 2014 secara berurutan untuk mengamati dampak perilaku merokok orang tua dan konsumsi rokok pada stunting. Secara mengejutkan, ditemukan anak-anak yang tinggal di rumah tangga dengan orang tua perokok kronis serta dengan perokok transien cenderung memiliki pertumbuhan lebih lambat dalam berat dan tinggi dibandingkan mereka yang tinggal di rumah tangga tanpa orang tua perokok.”

Dengan memperhitungkan faktor genetik dan lingkungan dari anak, penelitian ini menegaskan adanya bukti kuat dan konsisten secara statistik bahwa anak yang memiliki orang tua perokok kronis memiliki probabilitas mengalami stunting 5.5% lebih tinggi dibandingkan dengan anak dari orang tua bukan perokok. Selain itu, kondisi *stunting* ini akan menyebabkan penurunan kecerdasan/kognitif anak. Temuan menarik lainnya adalah peningkatan pengeluaran rokok sebesar

1% (butir persen/percentage point) akan meningkatkan probabilitas rumah tangga menjadi miskin naik sebesar 6%.

Menurut kemenkes, 2020 bahwa perokok berpotensi lebih tinggi dalam penularan melalui droplet ketika menghembuskan asap rokok (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; Gerakan Masyarakat Hidup Sehat 2020). Salah satunya adalah aspek sosial yang mempengaruhi keluarga, teman, dan rekan kerja (Rochmayani, 2008).

Menurut Fawzani dan Tritnawati (2005), yang menyimpulkan bahwa pemilihan berbagai metode upaya berhenti merokok tidak dapat memprediksi keberhasilan berhenti merokok bila tanpa diikuti faktor yang lain. Misalnya faktor niat, apabila tidak ada keinginan untuk berhenti merokok pada diri perokok, maka metode tersebut tidak akan berhasil. Sebaliknya, ketika seseorang berkeinginan untuk berhenti merokok, maka tidak cukup hanya dengan membulatkan tekad dan melawan keinginan merokok saja, melainkan ada juga upaya yang harus dilakukan untuk berhenti merokok.

Menurut Jacken dalam Syafie (2009), ada dua metode yang dikembangkan para ahli dalam dunia rokok untuk menghentikan kecanduan terhadap rokok, yakni metode yang mengandalkan perubahan perilaku dan metode yang mengandalkan terapi obat-obatan. Peneliti mengelompokkan kedua metode tersebut menjadi empat kategori, yaitu berdasarkan perilaku, bahan dan alat bantu, motivator, dan konselor.

Astuti et al. (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara lama pajanan rokok dengan kejadian stunting. Balita yang mendapatkan pajanan rokok lebih dari tiga jam per hari akan berisiko untuk mengalami kejadian stunting sebesar 10,32 kali. Achadi et al.(2020), juga menyatakan bahwa ibu hamil yang mendapatkan paparan asap rokok atau nikotin berdampak kepada pertumbuhan dan perkembangan janin. Asap rokok dapat mengurangi berat plasenta dan janin. Nikotin dapat mengakibatkan penyempitan pembuluh darah plasenta sehingga suplai zat gizi dan oksigen pada janin akan terhambat. Hal ini dapat meningkatkan risiko terhambatnya pertumbuhan organ, kelainan fungsi organ, komplikasi, BBLR, dan panjang badan lahir rendah (PBLR).

Paparan rokok berdampak kepada penurunan fungsi silia dan perubahan kolonisasi bakteri flora normal yang berperan sebagai pertahanan tubuh. Paparan asap tembakau berkaitan secara signifikan dengan kolonisasi bakteri patogen yang lebih tinggi dan pertumbuhan polimikroba bakteri patogen (≥ 2 bakteri) di meatus hidung tengah jika dibandingkan dengan anak-anak yang tidak terpajan (Bugova et al., 2018). Anak yang memiliki perokok di rumahnya memiliki kadar

nikotin lebih tinggi 0,36 mg/mL daripada anak yang tidak memiliki perokok di rumahnya (Shah et al., 2019). Infeksi saluran pernapasan berulang yang disebabkan oleh risiko pajanan asap rokok, seperti ISPA dan radang paru-paru. Riwayat gangguan kehamilan adalah gangguan kehamilan yang mungkin disebabkan oleh paparan asap rokok, seperti intrauterine, pembatasan pertumbuhan (IUGR) (Astuti et al., 2020).

Berdasarkan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di Desa Tajungan Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan sebagian besar penduduk warga di desa tersebut banyak yang mengkonsumsi rokok atau disebut dengan perokok aktif. Mengurangi konsumsi rokok dengan disembunyikan stok rokok yang ada tidak efektif karena si perokok sendiri beli lagi di toko terdekat. Ada juga yang menguranginya dengan memberikan jatah rokok perhari tidak seperti yang dikonsumsi sehari-hari. Namun dari hasil wawancara kepada orang tua yang anaknya terkena stunting tersebut ayahnya tidak merokok, melainkan karena orang tua yang malas memberikan asupan lebih terhadap anaknya sehingga anaknya sering merengek dan menangis.



Gambar 1. Proses Wawancara

SIMPULAN

Warga di Desa Tajungan Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan banyak dari mereka yang beranggapan bahwa merokok itu kegiatan yang tak terlupakan seperti pelengkap kehidupan sehari-hari. Hal ini banyak yang belum mengetahui bahwa merokok bisa menyebabkan stunting pada anak usia dini, asap rokok yang dihisap perokok pasif lebih berbahaya efeknya. Apalagi bagi ibu hamil sama demikian jika menghirup asap rokok meskipun tidak sering. Dalam upaya sosialisasi pengenalan bahaya merokok, peneliti berharap supaya bisa menambah pengetahuan warga bahwa merokok itu banyak efek samping yang berdampak buruk seperti gejala stunting ini sendiri. Dimana warga diharapkan untuk lebih menjaga kesehatan melalui mengurangi merokok, guna menjadikan perilaku hidup bersih dan sehat. Peneliti juga berharap dengan adanya sosialisasi tersebut membuat

sumber daya manusia dilingkungan tersebut mempedulikan keadaan dirinya sendiri juga keadaan orang yang sekitarnya, guna sebagai mewujudkan desa sehat dan sejahtera yang mana dapat digunakan sebagai sustainable development goals (SDGs) yang berkelanjutan di kehidupan selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Ibu Umi Kulsum selaku Kepala Desa Tajungan dan seluruh perangkat desa, Ibu Mughoyyah selaku Bidan dan seluruh warga desa Tajungan, Bapak Dr. Yudho Bawono, S.Psi., M.Si. selaku dosen pembimbing lapangan, Ibu Rezkiyah Rosyidah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing lapangan, Tim MBKM KKNT Abdimas Program Studi Psikologi Universitas Trunojoyo Madura, dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Trunojoyo Madura yang telah memberikan dukungan dalam penulisan artikel ini. Atas bimbingan dan arahnya sehingga rangkaian kegiatan MBKM KKN-T Abdimas di Desa Tajungan Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan dapat berjalan dengan baik dan lancar serta mendukung dan menerima akan hambatan dan kesulitan yang dihadapi selama pelaksanaan kegiatan MBKM KKN-T Abdimas.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmawati, Cipta, A. W. (2022), Community movement for stunting risk awareness and education of active smokers in Peta Village, Palopo City. 7(7), 1200-1208.
- Eka, S. A., dkk. (2022). Implementasi Program “SENAR KUAT” Dalam Upaya Cegah Stunting Di Desa Dahanrejo Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(8), 2639-2657
- Fadlilah, A. dkk. (2022). Sosialisasi Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil di Desa Dradah. 5(2), 218-223.
- Khairani, N., Effendi, S. U. (2022). Karakteristik balita, ASI eksklusif, dan keberadaan perokok dengan kejadian stunting pada balita. *Nutri*. 7(1)
- Prastuti, S., dkk. (2019) Kondisi Kesehatan Masyarakat yang Bermukim di Daerah Tertinggal : Kasus dari Bengkulu, Sulawesi Selatan, dan Nusa Tenggara Timur. *Media Litbangkes*, 29(4), 285 – 296
- Rosita, R., Suswardanya, D. L., Abidin, Z. (2012), Penentu Keberhasilan Berhenti Merokok Pada Mahasiswa. *KEMAS*, 8(1), 1-9.

Zahra, D.A., dkk. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Meningkatkan Kepatuhan Dalam Protokol Kesehatan Pencegahan Covid 19, ISBN 978-623-94072-2-3