

## Strategi Demonstrasi 'Si Paru Plastik' dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran Bahaya Merokok pada Laki-Laki Dewasa di Padukuhan Sedayu

Juang Wahyu Rinaldi Abas<sup>1</sup>, Tri Nur Fatimah<sup>1</sup>, Sumarti Ningsih<sup>1</sup>,  
Fathanul Rahmawati<sup>1</sup>, Ayuk Novita Sari<sup>1</sup>, Imam Akbar<sup>2\*</sup>, Brune Indah  
Yulitasari<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Universitas Alma Ata Yogyakarta, Indonesia, 55183

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Profesi Ners Universitas Alma Ata Yogyakarta, Indonesia, 55183

Email korespondensi: \*[imamakbar@almaata.ac.id](mailto:imamakbar@almaata.ac.id)

---

### Info Artikel:

Diterima : 18 Maret 2026

Diperbaiki : 22 Maret 2026

Disetujui : 01 April 2026

**Kata Kunci:** Bahaya Merokok, Edukasi Kesehatan, Pengetahuan, Si Paru Plastik, Usia Dewasa.

**Keywords:** *Smoking Dangers, Health Education, Knowledge, Si Paru Plastik, Adults*

### Abstrak

Kebiasaan merokok masih menjadi masalah kesehatan serius, dengan prevalensi di D.I. Yogyakarta mencapai 23,29% pada 2025. Di Padukuhan Sedayu, merokok dianggap sebagai norma sosial dan sarana relaksasi, sementara pengetahuan tentang dampak jangka panjang masih rendah. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan laki-laki dewasa melalui edukasi kesehatan inovatif. Dilaksanakan pada 30 Januari 2026 dengan 14 partisipan, metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi, dan demonstrasi menggunakan alat peraga "Si Paru Plastik". Pengetahuan diukur melalui pre-test dan post-test. Sebelum edukasi, 42,9% responden berada pada kategori pengetahuan "Kurang". Setelah intervensi, 78,6% mencapai kategori "Baik", menunjukkan peningkatan signifikan. Alat peraga visual efektif membantu pemahaman tentang dampak rokok pada paru-paru. Edukasi kesehatan berbasis demonstrasi terbukti meningkatkan pengetahuan dan diharapkan menjadi langkah awal perubahan perilaku untuk mengurangi konsumsi rokok di masyarakat.

### Abstract

*Smoking remains a serious public health problem, with a prevalence of 23.29% in the Special Region of Yogyakarta in 2025. In Padukuhan Sedayu, smoking is considered a social norm and a means of relaxation, while knowledge of its long-term health impacts remains limited. This community service activity aimed to improve health knowledge among adult males through innovative health education. Conducted on January 30, 2026, with 14 participants, the intervention methods included lectures, discussions, and demonstrations using a visual aid called "Si Paru Plastik." Knowledge levels were measured using pre-test and post-test questionnaires. Before the intervention, 42.9% of respondents had "Poor"*

---

*knowledge levels. After the education, 78.6% reached the "Good" category, indicating a significant improvement. The visual demonstration effectively illustrated the impact of smoking on the lungs. In conclusion, demonstration-based health education proved effective in increasing knowledge and is expected to initiate behavioral changes to reduce smoking in the community.*

---

## **Pendahuluan**

Kebiasaan merokok masih menjadi masalah kesehatan yang terus berkembang dan belum terselesaikan solusinya. Menurut World Health Organization (2025), berdasarkan data tahun 2024 menunjukkan jumlah pengguna tembakau di dunia berada pada angka sekitar 1,2 miliar, meskipun jumlah ini tercatat menurun dari angka 1,38 miliar pada tahun 2000. Di Indonesia, berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2025), persentase penduduk berumur 15 tahun ke atas yang merokok tembakau selama sebulan terakhir mencapai 28,68%, di mana wilayah D.I. Yogyakarta mencapai prevalensi sebesar 23,29%. Konsumsi rokok ini menunjukkan peningkatan yang signifikan terutama pada kelompok remaja dan dewasa (Nisa, 2020).

Kebiasaan perilaku merokok dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk tekanan psikologis, stresor sosial, dan kuatnya norma sosial yang menganggap perilaku merokok sebagai bagian dari interaksi sehari-hari (Gara dan Elon, 2025). Fenomena ini tidak hanya memberikan dampak negatif bagi perokok aktif tetapi juga bagi perokok pasif (Nisa, 2020). Paparan asap rokok yang berkepanjangan dapat berdampak pada kerusakan silia bronkial dan menurunkan kemampuan pembersihan saluran napas. Selain itu, rokok berkontribusi tinggi terhadap terjadinya penyakit tidak menular seperti kardiovaskuler, gangguan paru, kanker, dan hipertensi (Astuti, 2024; Nisa, 2020).

Secara fisiologis, asap rokok menimbulkan gangguan pernapasan, termasuk batuk berkepanjangan, iritasi tenggorokan, dan tanda awal kerusakan paru (Kodir dan Anggarawati, 2021). Fakta tersebut menunjukkan bahwa merokok bukan sekadar kebiasaan personal, melainkan masalah kesehatan masyarakat yang berdampak luas (Gara dan Elon, 2025). Namun, pengetahuan masyarakat tentang dampak bahaya merokok sering kali masih kurang memadai sehingga perilaku merokok tetap dianggap wajar atau kurang berbahaya (Nisa, 2020).

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan di Padukuhan Sedayu melalui wawancara dengan beberapa warga menunjukkan bahwa kebiasaan merokok masih cukup tinggi pada kelompok usia dewasa. Sebagian warga mengatakan merokok dilakukan karena muncul rasa pusing, tidak nyaman, mulut terasa pahit, dan sulit berkonsentrasi ketika tidak merokok. Selain itu, merokok juga dianggap sebagai cara untuk mengurangi stres, menghilangkan rasa jenuh, serta membantu relaksasi setelah bekerja. Rendahnya pemahaman masyarakat mengenai bahaya merokok menyebabkan perilaku merokok terus dipertahankan dan dianggap sebagai kebiasaan normal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa warga memerlukan peningkatan pengetahuan kesehatan terkait kandungan rokok, dampak jangka pendek dan panjang, serta cara mengurangi ketergantungan. Berdasarkan uraian tersebut, tim Profesi Ners Universitas Alma Ata melakukan pengabdian masyarakat dengan judul Strategi Demonstrasi 'Si Paru Plastik' dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran Bahaya Merokok pada Laki-Laki Dewasa di Padukuhan Sedayu, Argosari, Bantul, Yogyakarta.

## **Metode**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 30 Januari 2026, pukul 20.30 hingga 22.00 WIB, bertempat di salah satu rumah warga di wilayah kerja Puskesmas Sedayu 1, Kabupaten Bantul. Sasaran kegiatan adalah 14 laki-laki usia dewasa. Tim pelaksana terdiri dari 10 mahasiswa Program Studi Profesi Ners Universitas Alma Ata Yogyakarta dengan pendampingan dari pembimbing lapangan Puskesmas Sedayu 1 dan dosen pembimbing akademik.

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah Pendidikan Kesehatan dengan strategi ceramah, diskusi interaktif, serta Penyadaran melalui demonstrasi menggunakan alat peraga visual inovatif bernama "Si Paru Plastik". Alat dan bahan yang digunakan meliputi media presentasi (LCD), brosur edukasi, kuesioner, serta set peraga "Si Paru Plastik" untuk memvisualisasikan residu tar.

Rangkaian kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi observasi lokasi, penyusunan Satuan Acara Penyuluhan (SAP), perizinan, serta konsultasi mengenai topik dan alat peraga. Prosedur pelaksanaan dimulai dengan pengisian kuesioner *pre-test* untuk mengukur pengetahuan awal. Selanjutnya, partisipan diberikan materi mengenai bahaya merokok dan dilakukan demonstrasi langsung

menggunakan “Si Paru Plastik”. Kegiatan diakhiri dengan pengisian kuesioner *post- test*. Analisa data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan tingkat pengetahuan partisipan sebelum dan sesudah intervensi melalui 10 pertanyaan pilihan benar-salah.

## Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di salah satu rumah warga di Padukuhan Sedayu, di bawah wilayah kerja Pusat Kesehatan Masyarakat Sedayu I, Kabupaten Bantul pada tanggal 30 Januari 2026. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pembimbing akademik dan Bapak Dukuh setempat untuk menyelaraskan tujuan pengabdian. Partisipan dalam kegiatan ini berjumlah 14 laki- laki usia dewasa. Karakteristik responden berdasarkan usia dan tingkat pendidikan disajikan pada Tabel 1 dan Tabel 2.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Reponden Berdasarkan Usia

No	Kategori	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1.	Usia 18-35 tahun	2	14,3
2.	Usia 36-50 tahun	7	50
3.	Usia >50 tahun	5	35,7

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas partisipan berada pada kelompok usia 36-50 tahun (50%). Kelompok usia dewasa produktif ini cenderung mempertahankan perilaku merokok sebagai mekanisme koping untuk relaksasi atau menghilangkan kejenuhan setelah bekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian Gara dan Elon (2025) yang menyatakan bahwa stresor sosial berpengaruh besar terhadap perilaku merokok di lingkungan masyarakat.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Reponden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

No	Kategori	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1.	SD	2	14,3
2.	SMP	4	28,6
3.	SMA	8	57,1

Data pada Tabel 2 menunjukkan mayoritas partisipan menempuh pendidikan terakhir SMA (57,1%). Latar belakang pendidikan ini memberikan kesiapan kognitif yang memadai bagi responden untuk menerima informasi kesehatan yang bersifat visual dan demonstratif.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden (n=14)

No	Kategori Pengetahuan	Pre-Test	Presentase (%)	Post-Test	Presentase (%)
1	Baik (8-11)	3	21,4	11	78,6
2	Cukup (5-7)	5	35,7	3	21,4
3	Kurang (<5)	6	42,9	0	0

Berdasarkan Tabel 3, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan pada warga. Sebelum intervensi, 42,9% responden berada pada kategori "Kurang". Kondisi ini disebabkan oleh normalisasi perilaku merokok tanpa memahami risiko klinis jangka panjang. Setelah dilakukan edukasi dengan demonstrasi alat peraga "Si Paru Plastik", mayoritas responden (78,6%) mencapai kategori "Baik".

Pembahasan mengenai hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan media visual "Si Paru Plastik" memberikan representasi nyata terhadap residu tar yang mengendap di paru-paru, yang sebelumnya hanya dianggap sebagai ancaman abstrak. Keberhasilan ini didukung oleh temuan Nisa (2020) yang menyatakan bahwa edukasi yang inovatif mampu mengubah persepsi masyarakat terhadap bahaya merokok. Visualisasi kerusakan organ secara langsung terbukti lebih efektif meningkatkan kesadaran dibandingkan metode ceramah konvensional saja.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat di Padukuhan Sedayu: (atas) foto bersama partisipan dan tim pengabdian; (bawah kiri) penyampaian materi edukasi bahaya merokok; (bawah kanan) demonstrasi alat peraga "Si Paru Plastik".

## Kesimpulan

Pemberian edukasi kesehatan mengenai bahaya merokok melalui metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi alat peraga "Si Paru Plastik" terbukti efektif meningkatkan pengetahuan warga usia dewasa secara signifikan di Padukuhan Sedayu, yang ditunjukkan dengan peningkatan kategori pengetahuan "Baik" dari 21,4% menjadi 78,6%. Keberhasilan ini dipengaruhi oleh penggunaan media visual inovatif yang memberikan dampak nyata dalam mengubah pemahaman warga mengenai risiko klinis merokok serta kesiapan kognitif responden yang mayoritas berada pada usia dewasa madya. Sebagai tindak lanjut, disarankan bagi warga untuk mulai mengurangi konsumsi rokok secara bertahap guna melindungi keluarga, sementara bagi Puskesmas Sedayu 1 diharapkan dapat mengintegrasikan edukasi media visual serupa ke dalam program Posbindu PTM secara rutin. Selain itu, perangkat desa diharapkan dapat mendukung terciptanya norma sosial baru melalui kebijakan kawasan terbatas merokok pada pertemuan warga untuk mendorong perubahan perilaku jangka panjang.

## Referensi

- Astuti, F. Y. (2024). Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Gejala Penyakit Paru Pada Remaja Di Desa Tanggel Kecamatan Randublatung Kabupaten Blora (Skripsi). Universitas Islam Sultan Agung, Semarang.
- Badan Pusat Statistik. (2025). Persentase Penduduk Berumur 15 Tahun Ke Atas Yang Merokok Tembakau Selama Sebulan Terakhir Menurut Provinsi (Persen), 2025. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Gara, C. H., & Elon, Y. (2025). Evaluasi Dampak Merokok Terhadap Kesehatan Sistem Pernapasan Pada Orang Dewasa Di Desa Cihanjuang. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 11(2), 7-20.
- Kodir, K., & Anggarawati, T. (2021). Hubungan Ketergantungan Rokok Dengan Kadar Karbonmonoksida Udara Ekspirasi Pada Mahasiswa Akper Kesdam IV/Diponegoro Semarang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sisthana*, 3(2), 1-5.
- Nisa, P. K. (2020). *The Description of Knowledge About Danger of Smoking*. *Jurnal Kesehatan Siliwangi Poltekkes Kemenkes Bandung*, 1(1), 92-100.
- World Health Organization. (2025). *WHO Tobacco Trends Report: 1 In 5 Adults Still Addicted To Tobacco*. Geneva: World Health Organization.