

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Paket Edukasi

Pendidikan (*education*) adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain sehingga mereka melakukan apa yang dilakukan oleh pelaku pendidikan (Maulana cit. Notoatmodjo, 2009).

Prinsip pendidikan adalah proses belajar yang memiliki tiga unsur pokok yaitu: masukan (*input*), proses (*process*), dan keluaran (*output*). *Input* menyangkut subjek atau sasaran belajar dengan berbagai latar belakang. Proses belajar terjadi timbal balik antara factor, antara lain: fasilitas, metode, alat bantu belajar, dan materi yang dipelajari. Dan keluaran merupakan hasil belajar yang merupakan kemampuan atau perubahan baru pada subjek belajar (Notoatmodjo, 2007).

##### a. Pengertian Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi, dengan tujuan untuk mengingat fakta atau kondisi nyata, dengan cara memberi dorongan terhadap pengarahannya diri (*self direction*), aktif memberikan informasi-informasi atau ide baru (Craven & Hirnle cit. Suliha, 2002). Dan ditambahkan oleh Suliha (2002) bahwa pendidikan

dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia yang meliputi komponen pengetahuan, sikap, ataupun praktik yang berhubungan dengan tujuan hidup sehat baik secara individu, kelompok, maupun masyarakat, serta merupakan komponen dari program kesehatan.

b. Tujuan Pendidikan Kesehatan

Prinsip pendidikan adalah proses belajar. Belajar sebenarnya merupakan suatu usaha untuk memperoleh hal-hal baru dalam tingkah laku (pengetahuan, kecakapan, keterampilan, dan nilai-nilai) dengan aktifitas kejiwaan sendiri. Dari pernyataan tersebut tampak jelas bahwa sifat khas dari proses belajar ialah memperoleh sesuatu yang baru, yang dahulu belum ada, sekarang menjadi ada, yang semula belum diketahui, sekarang diketahui, yang dahulu belum dimengerti, sekarang dimengerti. Disamping itu dalam proses belajar juga terjadi suatu peralihan dari potensi keaktivitasan. Peralihan dari potensi keaktivitasan ini berlaku secara subjektif, maksudnya adalah bahwa kesanggupan yang ada pada subjek menjadi aktif (misalnya potensi bercakap-cakap menjadi tindakan bercakap-cakap) (Notoatmodjo, 2007).

c. Metode Pendidikan Kesehatan

Metode Pendidikan Kesehatan (2011) metode pendidikan kesehatan dikategorikan

1) Metode pendidikan individual (perorangan)

Bentuk dari metode individual ada 2 bentuk:

a) Bimbingan dan penyuluhan (*guidance and counseling*) yaitu:

- (1) Kontak antar klien dengan petugas lebih intensif
- (2) Setiap masalah yang dihadapi oleh klien dapat dikorek dan dibantu penyelesaiannya
- (3) Akhirnya klien tersebut akan dengan sukarela dan berdasarkan kesadaran, penuh pengertian akan menerima perilaku tersebut (mengubah perilaku)

b) *Interview* (wawancara)

- (1) Merupakan bagian dari bimbingan dan penyuluhan
- (2) Menggali informasi mengapa ia tidak tahu atau belum menerima perubahan, untuk mengetahui apakah perilaku yang sudah atau yang akan diadopsi itu mempunyai dasar pengertian dan kesadaran yang kuat, apabila belum maka perlu penyuluhan yang lebih mendalam lagi.

2) Metode pendidikan kelompok

a) Kelompok besar

- (1) Ceramah; metode yang cocok untuk sasaran yang berpendidikan tinggi maupun rendah. Metode ceramah yang dimaksud disini adalah ceramah dengan kombinasi metode yang bervariasi. Mengapa disebut demikian, sebab

ceramah dilakukan dengan ditunjuk sebagai pemis

terjadinya kegiatan yang partisipatif (curah pendapat, penugasan, studi kasus). Selain itu, ceramah yang dimaksud disini adalah ceramah yang cenderung interaktif, yaitu melibatkan peserta melalui adanya tanggapan balik atau perbandingan dengan pendapat dan pengalaman peserta. Media pendukung yang digunakan, seperti bahan serahan (*handouts*), transparansi yang ditayangkan dengan OHP, bahan yang ditayangkan dengan LCD, tulisan-tulisan di kartu metaplan dan/kertas plano, dll.

- (2) Seminar; hanya cocok untuk sasaran kelompok besar dengan pendidikan menengah ke atas. Seminar adalah suatu penyajian (presentasi) dari satu ahli atau beberapa ahli tentang suatu topic yang dianggap penting dan biasanya dianggap hangat di masyarakat.

b) Kelompok kecil

- (1) Diskusi kelompok; dibuat sedemikian rupa sehingga saling berhadapan, pimpinan diskusi/ penyuluh duduk diantara peserta agar tidak ada kesan lebih tinggi, tiap kelompok punya kebebasan mengeluarkan pendapat, pimpinan diskusi memberikan pancingan, mengarahkan, dan mengatur ... .. dan tidak ada dominasi dari

(2) Curah pendapat (*Brain Storming*); merupakan modifikasi diskusi kelompok, dimulai dengan memberikan suatu masalah, kemudian peserta memberikan jawaban/ tanggapan, tanggapan/ jawaban tersebut ditampung dan ditulis dalam *flipchart/* papan tulis, sebelum semuanya mencurahkan pendapat tidak boleh ada komentar dari siapa pun, baru setelah semuanya mengemukakan pendapat, tiap anggota mengomentari, dan akhirnya terjadi diskusi. Metode curah pendapat adalah suatu bentuk diskusi dalam rangka menghimpun gagasan, pendapat informasi, pengetahuan, pengalaman, dari semua peserta.

(3) Bola salju (*Snow Balling*)

Tiap orang dibagi menjadi pasangan-pasangan (1 pasang 2 pasang orang). Kemudian dilontarkan suatu pertanyaan atau masalah, setelah lebih kurang 5 menit tiap 2 pasang bergabung menjadi satu. Mereka tetap mendiskusikan masalah tersebut, dan mencari kesimpulannya. Kemudian tiap 2 pasang yang sudah beranggotakan 4 orang ini bergabung lagi dengan pasangan lainnya dan demikian seterusnya akhirnya terjadi diskusi seluruh kelas.

(4) Kelompok kecil-kecil (*Buzz Group*); kelompok langsung dibagi menjadi kelompok kecil-kecil, kemudian dilontarkan suatu permasalahan sama/ tidak sama dengan kelompok

lain, dan masing-masing kelompok mendiskusikan masalah tersebut. Selanjutnya kesimpulan dari tiap kelompok tersebut dan dicari kesimpulannya.

(5) Memainkan peran (*Role Play*); bermain peran pada prinsipnya merupakan metode untuk “menghadirkan” peran-peran yang ada dalam dunia nyata ke dalam suatu “pertunjukan peran” di dalam kelas pertemuan, yang kemudian dijadikan sebagai bahan refleksi agar peserta memberikan penilaian terhadap, misalnya: menilai keunggulan maupun kelemahan masing-masing peran tersebut, dan kemudian memberikan saran/ alternative pendapat bagi pengembangan peran-peran tersebut.

(6) Permainan simulasi (*Simulation Game*); merupakan gambaran *role play* dan diskusi kelompok. Pesan-pesan disajikan dalam bentuk permainan monopoli. Cara memainkannya persis seperti bermain monopoli dengan menggunakan dadu, gaco, (penunjuk arah), dan papan main. Metode simulasi adalah bentuk metode praktek yang sifatnya untuk mengembangkan keterampilan peserta belajar (*keterampilan mental maupun fisik/teknis*)

d. Media dalam pembelajaran

Media merupakan sesuatu yang bersifat menyalurkan pesan dan dapat merangsang pikiran, perasaan dan kemauan audien (siswa) sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar pada dirinya. Penggunaan media secara kreatif akan memungkinkan audien untuk belajar lebih baik dan dapat meningkatkan performan mereka sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Media sumber belajar digunakan untuk memudahkan anak didik memperoleh pengetahuan dan keterampilan, karena dalam proses belajar mengajar kehadiran media mempunyai arti yang cukup penting, sebab ketidakjelasan bahan yang disampaikan dapat dibantu dengan menghadirkan media sebagai perantara (Mubarak, dkk, 2007). Sehingga dapat disimpulkan bahwa media merupakan alat bantu dalam proses belajar mengajar yang digunakan untuk mempermudah peserta didik dalam mencapai tujuan pengajaran.

Menurut Fitriani (2011) pada garis besarnya, ada 3 macam alat bantu pendidikan (alat peraga):

1) Alat Bantu Lihat (*Visual Aids*)

Alat ini berguna di dalam membantu menstimulasi indera mata (penglihatan) pada waktu terjadinya proses pendidikan. Alat ini ada 2 bentuk:

a) Alat yang diproyeksikan misalnya slide film film strin dan

b) Alat-alat yang tidak diproyeksikan

(1) 2 dimensi, gambar, peta, bagan, dan sebagainya

(2) 3 dimensi misal bola dunia, boneka, dan sebagainya

2) Alat-alat Bantu Dengar (*Audio Aids*)

Adalah alat yang dapat menstimulasi indera pendengar pada waktu proses penyampaian bahan pendidikan/ pengajaran. Misalnya piringan hitam, radio, pita suara, dan sebagainya.

3) Alat Bantu Lihat Dengar (*Audio Visual Aids*)

Seperti televisi dan *video cassette*. Alat bantu pendidikan ini lebih dikenal dengan *Audio Visual Aids*.

## 2. Pengetahuan dan Sikap

### a. Pengertian Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2007) pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*)

### b. Tingkatan Pengetahuan

Pengetahuan yang termasuk dalam domain kognitif mempunyai 6



1) Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

2) Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

#### 4) Analisis(*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

#### 5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya, dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkaskan, dapat menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

#### 6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah



menekuni suatu hal dan pada akhirnya diperoleh pengetahuan yang lebih mendalam.

- 5) **Pengalaman**, adalah suatu kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Ada kecenderungan pengalaman yang kurang baik seseorang akan berusaha untuk melupakan, namun jika pengalaman terhadap obyek tersebut menyenangkan maka secara psikologis akan timbul kesan yang sangat mendalam dan membekas dalam emosi kejiwaannya, dan akhirnya dapat pula membentuk sikap positif dalam kehidupannya.
- 6) **Kebudayaan lingkungan sekitar**, kebudayaan dimana kita hidup dan di besarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita.
- 7) **Informasi**, kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru.

#### d. Pengertian Sikap

Sikap adalah reaksi atau respons seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan atau perilaku (Mubarak dkk, 2007).

Manifestasi sikap itu tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat



3) Menghargai (*valuing*)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.

4) Bertanggung jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala risiko merupakan sikap yang paling tinggi.

f. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Sikap

Menurut Azwar (2011) faktor-faktor yang mempengaruhi sikap yaitu:

1) Pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi dapat menjadi dasar pembentukan sikap apabila pengalaman tersebut meninggalkan kesan yang kuat. Sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional.

2) Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Individu pada umumnya cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap seseorang yang dianggap penting. Kecenderungan ini antara lain dimotivasi oleh keinginan untuk berafiliasi dan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut.

3) Pengaruh kebudayaan

Kebudayaan dapat member corak pengalaman individu-individu masyarakat asuhannya. Sebagai akibatnya, tanpa disadari

kebudayaan telah menanamkan garis pengaruh sikap kita terhadap berbagai masalah.

4) Media massa

Dalam pemberitaan surat kabar maupun radio atau media komunikasi lainnya, berita yang seharusnya factual disampaikan secara obyektif berpengaruh terhadap sikap konsumennya.

5) Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Konsep moral dan ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan system kepercayaan. Tidaklah mengherankan apabila pada gilirannya konsep tersebut mempengaruhi sikap

6) Faktor emosional

Kadangkala, suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

### 3. Rokok

#### a. Pengertian Rokok

Dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia* rokok yaitu gulungan tembakau (kira-kira sebesar kelingking) yang dibungkus (daun nipah, kertas). Ada beberapa jenis rokok seperti kawung merupakan rokok





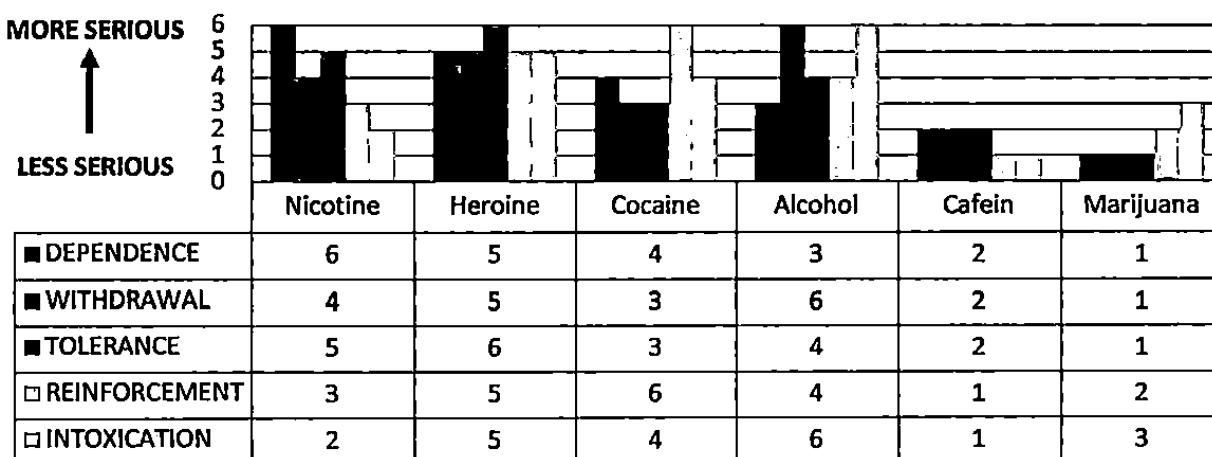
tubuh. Beberapa zat yang berbahaya yaitu, karbon monoksida, nikotin, tar, dsb (Jaya, 2009).

- 1) *Karbon Monoksida (CO)*; unsur ini dihasilkan oleh pembakaran tidak sempurna dari unsur zat arang/ karbon. Gas CO yang dihasilkan sebatang tembakau dapat mencapai 3% - 6%, dan gas ini dapat dihisap oleh siapa saja. seorang yang merokok hanya akan menghisap 1/3 bagian saja, yaitu arus tengah, sedangkan arus pinggir akan tetap berada di luar. Sesudah itu perokok tidak akan menelan semua asap tetapi ia menyemburkan lagi keluar. Gas CO mempunyai kemampuan mengikat hemoglobin yang terdapat dalam sel darah merah, lebih kuat dibandingkan oksigen, sehingga setiap ada asap tembakau, disamping kadar oksigen udara yang sudah berkurang, ditambah lagi sel darah merah akan semakin kekurangan oksigen karena yang diangkut adalah CO dan bukan oksigen. Sel tubuh yang kekurangan oksigen akan melakukan spasme, yaitu menciutkan pembuluh darah. Bila proses ini berlangsung terus menerus, maka pembuluh darah akan mudah rusak dengan terjadinya proses aterosklerosis (penyempitan). Penyempitan pembuluh darah akan terjadi di mana – mana.
- 2) *Nikotin*; yang terkandung dalam rokok adalah sebesar 0.5 – 3 nanogram, dan semuanya diserap sehingga di dalam cairan darah ada sekitar 40 – 50 nanogram nikotin setiap 1 mlnya. Nikotin

panas dari nikotin seperti dibensakridin, dibensokarbasol, dan nitrosaminelah yang bersifat karsinogenik. Pada paru – paru, nikotin akan menghambat aktivitas silia. Selain itu, nikotin juga memiliki efek adiktif dan psikoaktif. Perokok akan merasakan kenikmatan, kecemasan berkurang, toleransi dan keterikatan fisik. Hal inilah yang menyebabkan mengapa sekali merokok susah untuk berhenti.

Efek nikotin menyebabkan perangsangan terhadap hormon katekolamin (adrenalin) yang bersifat memacu jantung dan tekanan darah. Jantung tidak diberikan kesempatan istirahat dan tekanan darah akan semakin tinggi, yang mengakibatkan timbulnya hipertensi. Efek lain adalah merangsang berkelompoknya trombosit. Trombosit akan menggumpal dan akan menyumbat pembuluh darah yang sudah sempit akibat CO

**Comparing Dangers of Popular Drugs  
(Lower score indicators loss serious effect)**



**Tabel 1.** Perbandingan Sifat Adiktif Beberapa Zat  
(Sumber: FKMUI, SITT, Pengembangan Peringatan Kesehatan Bungkus Rokok)

***Keterangan gambar***

- DEPENDENCE** : Tingkat kesulitan pengguna untuk berhenti, angka kambuhan, persentase orang yang ketagihan, dorongan untuk tetap menggunakan yang disampaikan oleh pengguna walaupun tahu bahaya yang ditimbulkan zat tersebut
- WITHDRAWAL** : Ada dan beratnya gejala putus zat
- TOLERANCE** : Berapa banyak zat yang dibutuhkan untuk memuaskan keinginan kuatnya (*craving*) dan beberapa jumlah tetap yang dicapai/ digunakan saat ini
- REINFORCEMENT** : Ukuran kemampuan zat baik dalam percobaan pada manusia maupun hewan yang membuat pengguna mengkonsumnya terus dibandingkan zat lain
- INTOXICATION** : Walaupun biasanya tidak digunakan untuk mengukur adiksi, tingkat keracunan dihubungkan dengan adiksi dalam konteks



### 1) Kanker

Kematian karena kanker (terutama kanker paru-paru) meningkat 20 kali lebih besar dibandingkan orang yang tidak merokok (Ellizabet, 2010). Menurut dokter Henry Miller, rokok merupakan penyebab utama epidemic kanker (Istiqomah, 2003). Berbagai jenis kanker yang resikonya meningkat akibat rokok antara lain kanker trachea, bronkus, paru-paru, kanker mulut dan *orofaring*, kanker lambung, kanker hati, kanker pancreas, kanker rahim, kanker kandung kemih, kanker esophagus, leukemia mieloid akut, kanker ginjal dan ureter, serta kanker usus besar (kanker kolon) (Ellizabet, 2010). Sedangkan permukaan kanker yang rapuh dan mudah rusak menyebabkan darah dari sel kanker masuk ke saluran pernafasan sehingga menyebabkan batuk berdarah (Satiti, 2009). Dr. Janice M. Pogoda menemukan bahwa rokok meningkatkan resiko terjadinya kanker AML (*Acute Myeloid Leukimia*), yaitu sejenis kanker darah hingga tiga kali lipat (Jaya, 2009).

Satiti (2009) menambahkan, pecandu rokok akan mengalami penyempitan arteri yang disebabkan oleh tumpukan kolesterol dan lemak lainnya, yang pada akhirnya akan memblokir aliran darah. Rokok akan menurunkan kadar HDL (kolesterol baik

... dan menurunkan tingkat elastisitas arteri

(pembuluh darah terbesar pada tubuh manusia) yang dapat meningkatkan terjadinya penggumpalan darah sehingga memicu berbagai penyakit seperti serangan jantung (Trombosis Koroner), serangan otak (Trombosis Cerebral), Gagal ginjal, dan penyakit sistem sirkulasi yaitu terjadi penyumbatan pada pembuluh darah kaki dan tangan sehingga mengakibatkan pembusukan jaringan.

## 2) Mempercepat penuaan pada kulit

Asap rokok membakar protein dan merusak vitamin A yang memelihara elastisitas kulit, serta menurunkan kelancaran aliran darah (Ellizabet, 2010). Menurut Sri L. Wihaldi, dikalangan perokok ditemukan penurunan kadar air dalam lapisan kulit luar dan lain-lain, sehingga terjadi penurunan estrogen yang menyebabkan kulit menjadi kering dan keriput. Pada perokok juga ditemukan serabut elatin menebal dan terputus-putus sampai kejaringan halus pada kulit, yang membuat kulit menjadi kendur dan keriput (Jaya, 2009).

## 3) Merusak gigi

Pada perokok, resiko menderita *periodontitis* (gusi terbakar yang mengarah keinfeksi dan akan merusak jaringan halus dan tulang) sebesar 10 kali lebih tinggi. Zat-zat kimia beracun dan

...meningkatkan risiko yang aktif berkontribusi

merusak gigi. Perokok 1,5 kali lebih mudah kehilangan gigi (Ellizabet, 2010).

#### 4) Gangguan Saraf

Sistem saraf simpatik adalah cabang dari sistem saraf otonomik (*autonomic nervous system/ANS*) yang merupakan bagian dari sistem saraf periperal yang bertugas mengontrol dan mempengaruhi detak jantung, pencernaan, pernafasan, perspirasi, diameter pupil, pembuangan urin dan ereksi.

Senyawa kimia pada rokok akan memicu peningkatan aktivitas sistem saraf tersebut sehingga menambah beban pada system yang bertugas untuk mengatur pembuluh darah dan jantung.

Gangguan saraf pada perempuan akan mengakibatkan defisiensi estrogen dan mengganggu metabolisme hormone.

#### 5) Gangguan pernapasan

Tar yang terkandung didalam rokok mempengaruhi dan memproduksi lendir yang berlebihan didalam paru-paru.

Gangguan pernapasan yang biasa dialami oleh perokok antara lain *bronchitis*, yaitu penyakit yang ditandai dengan batuk-batuk yang semakin lama semakin parah. *Emfisema*, yaitu bengkak pada paru-paru karena pembuluh darahnya kemasukan udara. Ditandai dengan napas yang terengah-engah, bunyi

... batuk-batuk dengan selang-seling (Setiti

6) Antibodi menurun

Pada perokok terjadi penurunan zat kekebalan tubuh (*antibody*) yang terdapat didalam ludah yang berguna untuk menetralisasi bakteri dalam rongga mulut dan menyebabkan gangguan fungsi sel-sel pertahanan tubuh. Sel pertahanan tubuh tidak dapat mendekati dan memakan bakteri-bakteri penyerang tubuh sehingga sel pertahanan tubuh tidak peka lagi terhadap perubahan disekitarnya, juga terhadap infeksi (Jaya, 2009).

7) Merontokkan rambut

Merokok dapat menurunkan system kekebalan sehingga perokok lebih mudah terserang penyakit, seperti *lupus erimatosus* yang bisa menyebabkan kerontokan rambut (Ellizabet, 2010).

8) Gangguan kesuburan

Studi yang dilakukan di China pada tahun 2000-2001 menunjukkan bahwa 22,7% kasus gangguan ereksi di China disebabkan karena rokok (Jaya, 2009). Nikotin yang beredar melalui darah akan dibawa keseluruh tubuh, termasuk organ reproduksi. Zat ini akan mengganggu proses spermatogenesis sehingga kualitas sperma menjadi buruk. Selain merusak sperma, rokok juga menjadi faktor resiko gangguan fungsi seksual lainnya seperti gangguan fungsi ereksi (Ellizabet, 2010).



Racun nikotin yang terdapat di dalam rokok akan mengendap dan menyumbat aliran darah, termasuk aliran darah ke penis, sehingga dapat menyebabkan disfungsi alat vital dalam berereksi. Dan perempuan pecandu rokok mempunyai resiko hormonal, karena rokok akan merusak sel telur dan menyebabkan rahim menjadi abnormal sehingga tingkat kesuburannya menurun 30% dibandingkan perempuan yang bukan perokok (Satiti, 2009).

#### 9) Gangguan Indera Pengecap

Racun-racun yang terkandung di dalam rokok, terutama nikotin secara bertahap akan merusak syaraf-syaraf pengecap sehingga mengganggu fungsi indera pengecap. Perokok berat kurang bisa menikmati cita-rasa makanan dan minuman, sehingga nafsu makannya cenderung menurun, padahal tubuh membutuhkan asupan gizi yang cukup. Akibatnya, berat badan perokok terus menurun.

#### 10) Gangguan Pencernaan

Tembakau merupakan salah satu bahan perangsang yang dapat menyulitkan alat-alat pencernaan. Itulah yang menyebabkan seorang perokok berat cenderung mengalami gangguan pencernaan yang ditandai dengan berbagai gejala penyakit, yaitu, mual, nyeri ulu hati, sakit perut bagian atas dan kembung. Pada tahap selanjutnya, berat badan perokok akan



aroma badan dan bau mulut yang tidak sedap yang ditimbulkan oleh senyawa kimia yang terkandung di dalam rokok dan asap rokok. Bahkan, adakalanya wangi parfum tidak mampu menghilangkan aroma pekat yang terlanjur melekat di baju pecandu rokok.

Selanjutnya, aroma yang tidak sedap tersebut sangat berpotensi mengganggu kenyamanan orang lain yang berada disekitarnya. Bahkan, adakalanya kebiasaan menghisap rokok itu menjurus pada gangguan ketentraman dan ketertiban umum, terutama jika aktivitas tersebut dilakukan di tempat umum seperti angkutan umum atau taman kota.

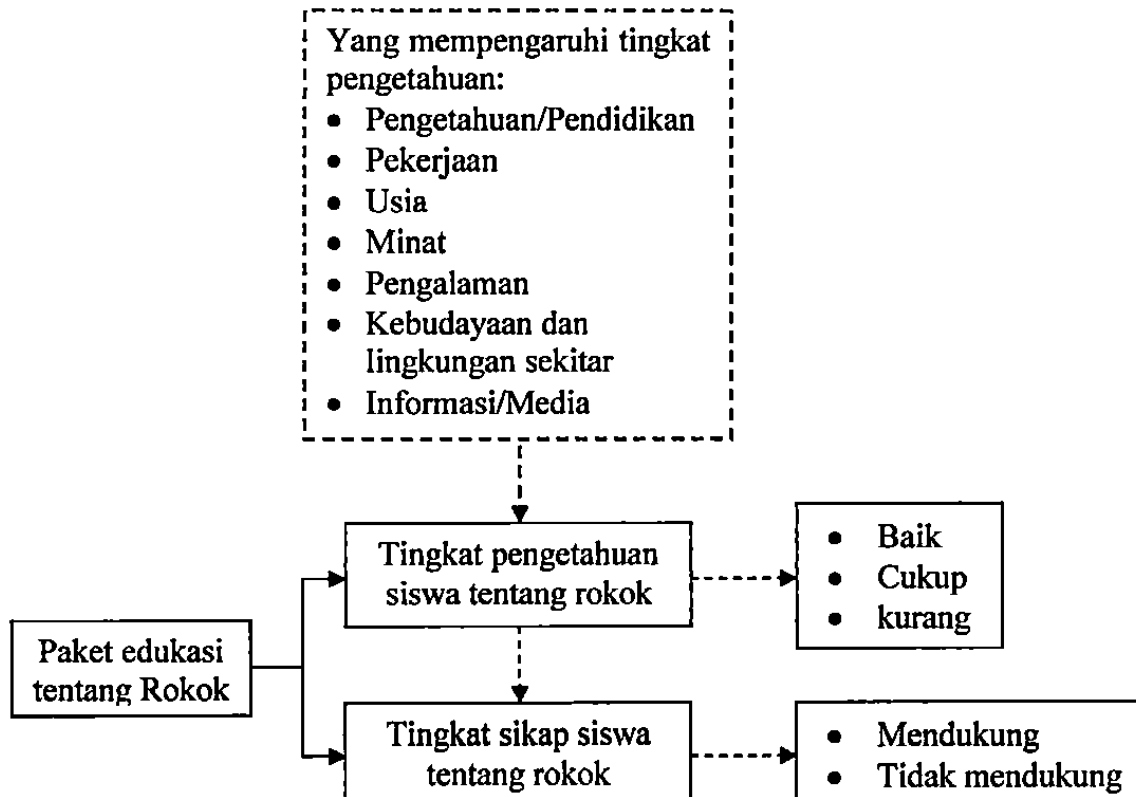
#### d. Tipe-tipe Perokok

Ada beberapa macam tipe perokok antara lain (mu'tadin, 2002)

- 1) Perokok sangat berat adalah bila mengkonsumsi rokok lebih dari 31 batang perhari dan merokok selang lima menit setelah bangun tidur pada pagi hari.
- 2) Perokok berat adalah mengkonsumsi rokok sekitar 21-30 batang perhari dengan selang waktu merokok pada pagi hari setelah bangun tidur yaitu 6-3 menit.
- 3) Perokok sedang adalah bila mengkonsumsi rokok sekitar 11-20 batang dengan selang waktu 31 menit hingga 60 menit setelah bangun tidur pada pagi hari.

- 4) Perokok ringan adalah apabila menghabiskan rokok 10 batang perhari dengan selang waktu 60 menit setelah bangun tidur pada

## B. Kerangka Konsep



### **C. Hipotesis**

Ha: Ada pengaruh pemberian paket edukasi tentang rokok terhadap pengetahuan dan sikap siswa di SMP Mataram Kasihan

Ho: Tidak ada pengaruh pemberian paket edukasi tentang rokok terhadap pengetahuan dan sikap siswa di SMP Mataram Kasihan