

## Program pencegahan merokok untuk remaja

Tino Leonardi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20344613&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Kesehaian tidak dapat dipungkiri lagi merupakan faktor dasar yang peranannya sangat signifikan dalam mendukung aktivitas manusia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Banyak fakta menunjukkan bahwa menurunnya kualitas kesehatan suatu masyarakat secara tidak langsung juga menyebabkan turunnya kualitas kesejahteraan hidup masyarakat. Salah satu penyebab turunnya kualitas kesehatan seseorang adalah gaya hidup yang tidak sehat. Gaya hidup ini menjadi faktor resiko yang memicu timbulnya penyakit degeneratif. Penyakit yang akhir-akhir ini telah menjadi ancaman yang tak kalah mengerikan jika dibandingkan penyakit yang disebabkan mikroorganisme. Salah satu faktor resiko yang susah sekali dihilangkan adalah dari merokok. Merokok telah menjadi ancaman karena usia seseorang mulai merokok saat ini semakin dini.

Perilaku tidak sehat yang dilakukan pada masa remaja mengancam kesempurnaan pertumbuhan organ tubuh. Banyak penelitian menunjukkan bahwa seseorang merokok seringkali disebabkan oleh tekanan lingkungan (Saraiino, 1994). Kenyataan tersebut membawa kepada suatu kesimpulan bahwa remaja harus dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan yang memadai agar terbentuk sikap dan perilaku yang anti rokok.

Program pendidikan yang disusun untuk tugas akhir ini adalah program pencegahan merokok dengan pendekatan peer education. Pendekatan ini digunakan karena remaja cenderung lebih suka memperoleh informasi dari sebayanya. Remaja juga cenderung lebih terbuka kepada sebaya dalam mengungkapkan masalah-masalahnya. Materi untuk program disusun berdasarkan peranan faktor psikososial yang ternyata cukup kuat memicu seseorang untuk merokok. Oleh karena itu, selain materi tentang bahaya merokok, materi tentang berkomunikasi secara asertif juga disertakan sebagai salah satu materi utama.