

Penyuluhan Tentang Kenakalan Remaja, Bahaya Gadget, Bahaya Merokok Dan Bahaya Bergadang Pada Siswa-Siswi SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya

Ambia Nurdin¹⁾ Idal Bahri²⁾, Yunida Pangastuti³⁾, Cut Megawati⁴⁾, Tarmizi⁵⁾, Zakiyuddin⁶⁾

¹⁾Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, Indonesia

^{2,3)}Program Studi Prodi Ekonomi Pembangunan, Fakultas Ekonomi, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, Indonesia

⁴⁾Program Studi Prodi Ilmu Hukum, Fakultas Hukum Universitas Abulyatama, Aceh Besar, Indonesia.

⁵⁾Program Studi Manajemen Komputer, Sekolah Tinggi Manajemen Komputer Indonesia,

⁶⁾Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Teuku Umar

Email: ambianurdin_fkm@abulyatama.ac.id, idal_wcc@yahoo.com, vila_citra@yahoo.com, Cut_megawati@abulyatama.ac.id

^{1)*2),3),4)}mizi.pala@gmail.com⁵⁾ zakiyuddin@utu.ac.id⁶⁾

ARTICLE INFO

Article history:

Received April 31, 2023

Revised Mei 25, 2023

Accepted Mei 31, 2023

Kata Kunci:

Gedget, Rokok, Begadang

Keywords:

Gedget, Cigarettes, Staying up late.



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Ambia Nurdin, et.al,
Published by Penerbit dan Percetakan CV.
Picmotiv

ABSTRAK

Dampak negatif gadget, bahaya rokok dan bahaya begadang bagi siswa dapat dicegah dengan memberikan penyuluhan. Diharapkan setelah diberikan penyuluhan, siswa dapat memahami bahaya gadget, bahaya rokok dan bahaya ganda. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas penyuluhan tentang bahaya gadget, bahaya merokok, dan bahaya begadang dalam meningkatkan pengetahuan siswa di SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya. Desain penelitian adalah pre-experimental design dengan one group pretest-posttest design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya yang berjumlah 60 orang. Pengambilan sampel dengan total sampling, sebanyak 60 siswa. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan uji statistik paired simple t-test dengan taraf signifikansi 94% (0,05). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan siswa sebelum diberikan penyuluhan berada pada kategori sedang sebanyak 23 siswa (43,8) dan pada kategori tinggi sebanyak 37 siswa (56,3%), setelah diberikan penyuluhan pengetahuan siswa meningkat yaitu kategori sedang. 14 siswa (12,5%) dan kategori tinggi sebanyak 46 siswa (87,5%). Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji t sederhana berpasangan menunjukkan nilai $p = 0,01$ sehingga dapat dikatakan

ada perbedaan yang bermakna secara statistik antara pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang bahaya gadget, bahaya merokok, dan bahaya begadang di SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya.

ABSTRACT

The negative effects of gadgets, the dangers of smoking and the dangers of staying up late for students can be prevented by providing counseling. It is hoped that after being given counseling, students can understand the dangers of gadgets, the dangers of smoking and multiple hazards. The purpose of this study was to determine the effectiveness of counseling about the dangers of gadgets, the dangers of smoking, and the dangers of staying up late in increasing students' knowledge at SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya. The research design was a pre-experimental design with a one group pretest-posttest design. The population in this study were all 60 SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya students. Sampling with total sampling, as many as 60 students. The data obtained were analyzed using a statistical test paired simple t-test with a significance

degree of 94% (0.05). The results showed that students' knowledge before being given counseling was in the moderate category of 23 students (43.8) and in the high category were 37 students (56.3%), after being given counseling, students' knowledge increased, namely the medium category of 14 students (12.5%) and high category as many as 46 students (87.5%). The results of the statistical analysis using the paired simple t-test showed a value of $p = 0.01$ so that it could be said that there was a statistically significant difference between students' knowledge before and after being given counseling about the dangers of gadgets, the dangers of smoking, and the dangers of staying up late at SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya.

Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah membuka babak baru bagi kemajuan peradaban manusia. Setiap individu dengan sendirinya memiliki inisiatif dan lebih otonom untuk mengetahui lebih jauh apa yang ada disekitarnya. Kegiatan komunikasi yang dulunya menggunakan peralatan yang begitu rumit, kini relatif sudah digantikan oleh perangkat mesin-mesin otomatis. Salah satu hasil perkembangan teknologi tersebut adalah munculnya teknologi informasi gadget. Gadget adalah obyek teknologi seperti perangkat atau alat yang memiliki fungsi tertentu, dan sering dianggap sebagai hal yang baru (Rasyid dkk, 2015).

Penggunaan gedit oleh anak di jaman sekarang bukanlah lagi menjadi hal yang baru. Di era serba teknologi ini, hampir semua anak (bahkan sejak di tingkat sekolah dasar) telah mengenal dan memiliki gedit sendiri seperti telepon pintar, tablet, atau laptop. Hal ini tentu saja berpengaruh terhadap perkembangan anak, baik secara fisik maupun mental (Novitasari, 2020).

Gagdet merupakan salah satu bentuk nyata dari berkembangnya ipteks pada zaman sekarang, tentunya dengan bantuan teknologi seperti gadget dapat mempermudah kegiatan manusia agar tidak memakan waktu yang lama. Tidak dapat dipungkiri, gadget sangat mempengaruhi kehidupan manusia baik orang dewasa dan anak-anak. Smartphone, notebook, tablet dan ancka ragam bentuk gadget dalam kehidupan sehari-hari sangat mudah ditemui pada zaman sekarang (Febriana, 2017).

Adapun Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya dan sering mengakibatkan mereka mengalami ketergantungan nikotin. Berdasarkan hasil penelitian Nurlaily (2010) tentang hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putra tentang bahaya rokok bagi kesehatan di SMP Muhammadiyah Pamekasan. Hasil penelitian yang didapatkan nilai $p = 0.010$ dengan nilai $\alpha = 0,05$, ini menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putra tentang bahaya rokok bagi kesehatan. Pengetahuan adalah hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan. Sekolah merupakan perpanjangan tangan keluarga, artinya, sekolah merupakan tempat lanjutan untuk meletakkan dasar perilaku bagi anak, termasuk perilaku kesehatan. Peran guru dalam promosi kesehatan di sekolah sangat penting, karena guru pada umumnya lebih dipatuhi oleh anak-anak dari pada orang tuanya. Sekolah dan lingkungan sekolah yang sehat sangat kondusif untuk berperilaku sehat bagi anak-anak (Notoatmodjo, 2010).

Tidur merupakan kondisi tidak sadar dimana individu dapat dibangun oleh stimulus atau sensoris yang sesuai atau juga dapat dikatakan sebagai keadaan tidak sadarkan diri yang relatif. Tidur bukan hanya keadaan penuh ketenangan tanpa kegiatan, tetapi lebih merupakan suatu urutan siklus yang berulang. Tidur

mempunyaiciri adanya aktivitas yang minim, memiliki kesadaran yang bervariasi, terdapat perubahan proses fisiologi, dan terjadi penurunan respons terhadap rangsangan dari luar (Alimul, 2012).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pola tidur dapat menunjukkan adanya kemampuan individu untuk tidur dan memperoleh jumlah istirahat sesuai dengan kebutuhannya (Firman, 2012).

Pada zaman sekarang ini pola tidur remaja sangat dipengaruhi oleh teknologi internet. Mereka rela berjam-jam hanya ada didepan komputer ataupun telepon selulernya. Internet menjadi suatu kegemaran tersendiri bagi remaja dalam mencari informasi terbaru dan menjalin hubungan dengan orang lain di beda tempat (Rahayuning, 2009).

Badan Pusat Statistik (BPS) bekerjasama dengan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mencatat angka pertumbuhan pengguna internet di Indonesia hingga akhir tahun 2013 mencapai 71,19 juta orang, meningkat pada tahun 2014 mencapai 83,7 juta orang. Peningkatan ini tidak hanya ditopang oleh peningkatan jumlah pemakai komputer yang tersambung ke Internet, tetapi terutama dipicu oleh peningkatan jumlah pemakai telepon seluler yang mengadopsi teknologi 3G (Rahayuning, 2009).

Penelitian Nigtyas (2012), menunjukkan bahwa penggunaan internet telah sedikit berdampak negative pada pola tidur dan kesejahteraan. partisipasi dalam kegiatan online dapat memberikan manfaat sosial dan psikologis, mencatat bahwa orang muda yang tumbuh dengan internet menggunakan aktivitas online sebagai bentuk penting dari interaksi sosial. Menurut Pantoro (2012), menjelaskan persahabatan sosial menjadi motif terkuat untuk penggunaan internet dan studi baru-baru ini mengkonfirmasi bahwa orang-orang muda dan orang dewasa sama-sama menggunakan internet untuk bermain game online dan juga menemukan persahabatan dan percintaan. Aktivitas online juga di kenal untuk memberikan dukungan, informasi dan peluang untuk koneksi social untuk kelompok-kelompok sosial yang terpinggirkan dan terisolasi seperti yang sama seks tertarik orang-orang muda orang tua dari anak-anak cacat orang dengan social kecemasan dan dengan masalah medis.

Gadget.

Gadget adalah sebuah istilah yang berasal dari bahasa inggris, yang artinya perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus. Gadget sebagai perangkat alat elektronik kecil yang memiliki banyak fungsi. Gadget merupakan salah satu perkembangan teknologi komunikasi paling aktual di Indonesia selama beberapa tahun terakhir. Gadget adalah alat elektronik yang memiliki pembaharuan dari hari ke hari sehingga membuat hidup manusia lebih praktis. Sebagai contoh telepon rumah merupakan kategori perangkat elektronik. Bandingkan telepon rumah dengan handphone, dimana handphone lebih portable (mudah dibawa-bawa), disamping memiliki fungsi utama sebagai alat komunikasi, juga dapat digunakan sebagai sarana bisnis, sumber informasi, penyimpanan berbagai macam data, sarana musik atau hiburan, jejaring. Beberapa pemanfaatan gadget selain untuk komunikasi dan bermain, gadget dapat dimanfaatkan sebagai sarana belajar (Rosiyanti, 2018).

Gadget adalah obyek teknologi seperti perangkat atau alat yang memiliki fungsi tertentu, dan sering dianggap sebagai hal yang baru. Sebagian besar remaja sekarang telah menggantungkan hidup mereka pada alat-alat elektronik seperti smartpone, tablet, ipad, laptop atau lebih biasa disebut dengan gadget. Penggunaan gadget

dikalangan remaja lebih banyak tujuannya untuk hiburan, hobi dan hanya sesekali untuk keperluan formal (Rasyid dkk, 2015).

Rokok.

Rokok atau sigaret adalah sebuah benda yang bisa membuat kanker paru apabila terhirup dan silinder dari kertas berukuran panjang antara 70 hingga 120 mm dengan diameter sekitar 10 mm yang berisi daun-daun tembakau kering yang telah dicacah. Merokok merupakan salah satu kebiasaan yang lazim ditemui dalam kehidupan sehari-hari. Merokok merupakan bagian hidup masyarakat. Dari segi kesehatan, tidak ada yang menyetujui dan melihat manfaat yang dikandungnya. Namun tidak mudah untuk menurunkan terlebih menghilangkannya. Gaya hidup ini menarik sebagai suatu masalah kesehatan, minimal dianggap sebagai faktor risiko dari berbagai macam penyakit (Bustan, 2007).

Hasil riset Global Youth Tobacco Survey 2006 menunjukkan bahwa 24,5% anak laki-laki dan 2,3% remaja putri usia 12 sampai 15 tahun adalah perokok. Sementara itu, menurut Survei Ekonomi Nasional, prevalensi perokok remaja usia 15 sampai 19 tahun mengalami lonjakan sebanyak 144% selama tahun 1995 hingga 2004. Survei ini juga menunjukkan kecenderungan usia mulai merokok (inisiasi) menjadi semakin dini, yakni usia lima sampai sembilan tahun, dan mengalami peningkatan yang sangat berarti dari 0,4% pada tahun 2001 menjadi 1,8% pada tahun 2004 atau hampir lima kali lipat (Sundari, Chariansyah, Kania, & Fitriah, 2008).

Rata-rata umur mulai merokok secara nasional adalah 17,6 tahun dengan persentase penduduk yang mulai merokok tiap hari terbanyak pada umur 15-19 tahun. Menurut pendidikan, perokok yang mulai merokok pada 15-19 tahun cenderung banyak pada pendidikan tinggi sedangkan yang mulai merokok pada umur 5-9 tahun pada pendidikan rendah. Menurut pekerjaan, perokok yang mulai merokok pada umur 15-19 tahun maupun 5-9 tahun, paling banyak pada anak sekolah dan cenderung meningkat dengan meningkatnya status ekonomi (Risksdas, 2010). Penyakit yang disebabkan oleh rokok antara lain batuk menahun, penyakit paru, infertilitas, gangguan kehamilan, arteriosklerosis dan beberapa penyakit kanker seperti kanker mulut dan kanker paru (Bustan, 2007). Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya dan sering mengakibatkan mereka mengalami ketergantungan nikotin.

Begadang.

Begadang ini merupakan kegiatan terjaga di malam hari atau tidak tidur di malam hari sembari melakukan kegiatan tertentu seperti membuat laporan, belajar, dan lain lain. Hal ini bila dilakukan secara sering dapat mengganggu kinerja tubuh seperti jantung, bila mana Kesehatan tubuh terganggu maka akan memberikan dampak buruk juga untuk kesehatan mental Dengan adanya fenomena tersebut, penulis ingin menganalisis dan mengkaji korelasi antara Begadang terhadap kesehatan mental remaja

Metode Pengabdian

Penyuluhan dan penelitian ini menggunakan desain pra experimental dengan rancangan one group pretest-posttest design. Populasi pada penelitian ini adalah siswa yang bersekolah di SMA Negeri Jangka Buya terdiri 60 siswa. Tehnik sampling yang digunakan adalah total sampling. Variabel independen adalah efektivitas penyuluhan tentang bahaya gadget, bahaya merokok, dan bahaya bergadang. sedangkan variabel

dependen adalah pengetahuan siswa. Penyuluhan dan penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 3 Februari 2023 di SMA Negeri Jangka Buya. Jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner.

Kuesioner penelitian ini digunakan untuk melihat efektivitas penyuluhan tentang bahaya gadget, bahaya merokok, dan bahaya bergadang dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Kuesioner ini terdiri dari 15 soal dengan pilihan jawaban benar dan salah. Jawaban benar diberikan nilai 1 dan jawaban salah diberi nilai 0. Dengan kategori ≤ 5 rendah, ≤ 10 sedang, dan ≤ 15 tinggi. Data yang telah diperoleh dianalisa menggunakan uji paired simple t-test untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang bahaya gadget, bahaya merokok, dan bahaya bergadang.

Data dianalisis dengan bantuan komputer menggunakan program pengolahan analisis statistik dengan tingkat kepercayaan 95% (0,05). Apabila diperoleh hasil $p < 0,05$ terdapat perbedaan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang bahaya gadget, bahaya merokok, dan bahaya bergadang dengan kata lain dapat disimpulkan yaitu H_0 ditolak ($p < 0,05$) dan H_1 diterima ($p > 0,05$).

Hasil dan Pembahasan

1. Karakteristik Subjek Penelitian.

Tabel 1.

Jenis Kelamin Siswa-Siswi SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	%
1	Laki-Laki	18	12,5
2	Perempuan	42	87,5
Total		60	100

Sumber : data Primer hasil pengolahan, 2023

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui bahwa jenis kelamin siswa/siswi SMA Negeri Jangka Buya paling banyak adalah perempuan 42 siswa (87,5%).

2. Deskripsi Variabel Penelitian.

a. Pengetahuan Siswa-siswi Sebelum Penyuluhan.

Tabel 2.

Pengetahuan Siswa-Siswi SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya Sebelum diberikan Penyuluhan

No	Pengetahuan	Frekuensi	%
1	Rendah	0	0
2	Sedang	23	43,7
3	Tinggi	37	56,3
Total		60	100

Sumber : Data Primer hasil pengolahan, 2023

Tabel 2. menunjukkan bahwa pengetahuan siswa-siswi sebelum diberikan penyuluhan kategori pengetahuan sedang 23 siswa (43,7%) dan kategori tinggi 37 siswa (56,3%).

b. Pengetahuan Siswa-Siswi Sesudah Penyuluhan.

Tabel 3.
Pengetahuan Siswa-Siswi SMA Negeri Jangka Buya Pidie Jaya Sesudah diberikan Penyuluhan

No	Pengetahuan	Frekuensi	%
1	Rendah	0	0
2	Sedang	14	12,5
3	Tinggi	46	87,5
Total		60	100

Sumber : Data Primer hasil pengolahan, 2023

Tabel 3 menunjukkan bahwa pengetahuan siswa-siswi sesudah diberikan penyuluhan kategori pengetahuan sedang 14 siswa (12,5%) dan kategori tinggi sebanyak 46 siswa (87,5%).

Simpulan

1. Pengetahuan responden sebelum dilakukan penyuluhan sebagian besar masuk kategori sedang sebanyak 23 siswa (43,8%), dan kategori tinggi sebanyak 37 siswa (56,3%).
2. Pengetahuan responden sesudah dilakukan penyuluhan sebagian besar masuk kategori sedang sebanyak 14 siswa (12,5%), dan kategori yang tinggi sebanyak 46 siswa (87,5%).
3. Ada perbedaan bermakna secara statistik peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang bahaya Gadget, bahaya merokok, dan bahaya bergadang ($p = 0.01$).

Daftar Pustaka

- Bustan, M. N. (2007). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Cet 2, Jakarta: Rineka Cipta.
- Febriana, P. H. (2017). Analisis Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 1-11.
- Firman. (2012). *Dampak Negatif Penggunaan Internet*.
- Notoatmodjo, (2010). *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Novitasari, N. (2020). Menyamakan pola pikir orang tua, guru, dan siswa sebuah usaha memperkenalkan gawai secara bijak. *Jurnal pengabdian*, 4(1), 135-152,
- Rasyid, P. S, Claudia, J. G Podungge, Y. (2015). Pengaruh penggunaan gadget dan pola tidur terhadap remaja. *Jurnal ilmiah bidan*, 7(2), 15-20.
- Rosiyanti, H & Muthmainnah, R. N. (2018). Penggunaan Gadget Sebagai Sumber Belajar Mempengaruhi Hasil Belajar Pada Mata Kuliah Matematika Dasar. *Jurnal pendidikan matematika matematika*, 4(1), 25-37.
- Sundari,L,Chariansyah,H,Kania,D,Fitriah,S. (2008). *Denormalisasi Industri Rokok: Toolkit Untuk Remaja*. Jakarta

Rahayuning. Dyah D.W. 2009. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). *Jurnal Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Tanjung Pura Pontianak*. Vol. 1, No.3.

