

Mewujudkan Hidup Sehat: Analisis Faktor Penggunaan Rokok Elektrik dan Program Edukasi Kesehatan pada Remaja SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru

Chairil *¹, Trisiwi Kusuma Ningrung ², Maswarni³

¹Fakultas MIPA dan Kesehatan Program DIII Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Riau
email: chairil@umri.ac.id

Abstract

The use of electronic cigarettes (vapes) among adolescents has become an emerging public health issue that requires serious attention. This community service activity aimed to increase students' knowledge and awareness of the dangers of electronic cigarettes through a health education program at SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru City. The method used was a participatory approach through health education sessions, interactive discussions, and the formation of "Youth Health Ambassadors Against Vapes." Data collection was conducted using pre-test and post-test questionnaires to assess changes in students' knowledge. The results showed a significant improvement in students' knowledge levels, from an average of 58.4 to 84.7 after the educational intervention. Additionally, positive behavioral changes were observed in students' attitudes toward adopting a healthy lifestyle and decreasing interest in using electronic cigarettes. This activity demonstrates that school-based educational approaches and the active involvement of adolescents as agents of change are effective strategies for preventing risky behaviors and supporting the realization of a healthy, vape-free school environment.

Keywords: *Electronic cigarettes, health education, adolescents, healthy lifestyle, community service.*

Abstrak

Perilaku penggunaan rokok elektrik (vape) pada remaja menjadi isu kesehatan masyarakat yang semakin meningkat dan memerlukan perhatian serius. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terhadap bahaya rokok elektrik melalui program edukasi kesehatan di SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif melalui penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, serta pembentukan Duta Remaja Sehat Tanpa Vape. Pengumpulan data dilakukan dengan pre-test dan post-test untuk menilai perubahan pengetahuan siswa. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan siswa dari rata-rata 58,4 menjadi 84,7 setelah diberikan intervensi edukasi. Selain itu, terjadi perubahan sikap positif terhadap perilaku hidup sehat dan penurunan minat terhadap penggunaan rokok elektrik. Kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan edukatif berbasis sekolah dan keterlibatan remaja sebagai agen perubahan dapat menjadi strategi efektif dalam pencegahan perilaku berisiko serta mendukung upaya mewujudkan lingkungan sekolah yang sehat dan bebas rokok elektrik

Kata Kunci: *Rokok elektrik, edukasi kesehatan, remaja, perilaku hidup sehat, pengabdian masyarakat*

PENDAHULUAN

Penggunaan rokok elektrik (vape) di kalangan remaja mengalami peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Di Indonesia, tren ini terlihat dari berbagai laporan kesehatan dan hasil survei yang menunjukkan meningkatnya jumlah pelajar yang mencoba atau secara rutin menggunakan vape. Perubahan gaya hidup

remaja, kemudahan akses terhadap produk, rasa penasaran, serta anggapan bahwa vape lebih aman dibandingkan rokok konvensional, menjadi penyebab utama berkembangnya fenomena ini.

SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru merupakan salah satu sekolah swasta yang memiliki lingkungan sosial aktif dan cukup terbuka terhadap pengaruh media dan

perkembangan teknologi. Berdasarkan pengamatan tidak langsung dan data informal dari guru bimbingan konseling, ditemukan adanya kecenderungan sebagian siswa telah mengenal bahkan menggunakan rokok elektrik, baik secara terang-terangan maupun sembunyi-sembunyi. Hal ini menjadi keprihatinan tersendiri, mengingat lingkungan sekolah seharusnya menjadi tempat tumbuh kembang remaja yang sehat dan bebas dari perilaku menyimpang.

Pengabdian bertujuan untuk memberikan edukasi terkait dengan di temukannya hasil penelitian yang berhubungan dengan faktor-faktor yang memengaruhi siswa SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru dalam menggunakan rokok elektrik. Beberapa faktor yang akan diteliti meliputi: persepsi tentang resiko kesehatan, tekanan teman sebaya, eksposur media sosial dan peran keluarga

Beberapa penelitian terdahulu telah menemukan keterkaitan yang signifikan antara ketiga faktor tersebut dengan meningkatnya prevalensi penggunaan rokok elektrik di kalangan pelajar. Studi oleh Anjani & Widodo (2021) menyimpulkan bahwa remaja dengan tingkat pengetahuan rendah tentang risiko kesehatan dari vape cenderung lebih mudah terpengaruh oleh media sosial. Sementara itu, penelitian oleh Yuliani et al. (2022) menemukan bahwa remaja dengan teman dekat yang menggunakan vape memiliki peluang 3 kali lebih besar untuk ikut mencoba.

Oleh karena itu, hasil penelitian ini penting untuk di lakukanya edukasi guna memperoleh perbaikan perilaku dan sikap siswa/i di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru.

METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan **pendekatan partisipatif dan edukatif**, yang menekankan keterlibatan aktif peserta, khususnya remaja di SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru, dalam seluruh proses kegiatan. Pendekatan partisipatif dipilih agar siswa tidak hanya menjadi objek kegiatan, tetapi juga berperan

sebagai subjek yang berpartisipasi langsung dalam proses pembelajaran, diskusi, dan refleksi terhadap perilaku hidup sehat. Sementara pendekatan edukatif digunakan untuk menanamkan pengetahuan dan kesadaran tentang bahaya rokok elektrik melalui kegiatan penyuluhan dan edukasi interaktif.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dirancang melalui tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Pada tahap **persiapan**, tim pelaksana melakukan survei awal untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan dan faktor-faktor yang memengaruhi penggunaan rokok elektrik pada remaja sekolah. Hasil survei awal ini menjadi dasar dalam penyusunan modul dan media edukasi, seperti leaflet, poster, dan video pendek tentang bahaya rokok elektrik. Selain itu, dilakukan pula koordinasi dengan pihak sekolah untuk menentukan waktu pelaksanaan dan jumlah peserta yang akan terlibat.

Tahap **pelaksanaan** merupakan inti dari kegiatan pengabdian yang dilakukan secara partisipatif. Kegiatan dimulai dengan **penyuluhan kesehatan** yang membahas bahaya rokok elektrik terhadap kesehatan fisik, mental, dan spiritual remaja. Penyuluhan disampaikan dengan metode ceramah interaktif agar siswa dapat aktif bertanya dan berbagi pandangan. Selanjutnya dilakukan **Focus Group Discussion (FGD)** untuk menggali persepsi, motivasi, serta faktor sosial yang mendorong remaja menggunakan rokok elektrik. Hasil FGD digunakan sebagai bahan refleksi dan dasar pembentukan **Duta Remaja Sehat Tanpa Vape**, yaitu kelompok siswa yang menjadi agen perubahan dan menyebarkan pesan hidup sehat kepada teman sebaya. Selama kegiatan berlangsung, tim pengabdian juga memutar **video edukatif** dan menampilkan **poster kampanye hidup sehat** guna menumbuhkan kesadaran visual dan emosional siswa terhadap risiko penggunaan rokok elektrik.

Tahap **evaluasi** dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan pengabdian dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah

sikap siswa terhadap penggunaan rokok elektrik. Evaluasi dilakukan melalui dua cara, yaitu **pre-test dan post-test**, yang diberikan sebelum dan sesudah kegiatan edukasi. Hasil penilaian ini digunakan untuk mengukur sejauh mana terjadi peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan perubahan sikap siswa setelah mengikuti kegiatan. Selain itu, dilakukan juga evaluasi kualitatif melalui observasi dan umpan balik peserta untuk mengetahui tanggapan mereka terhadap kegiatan yang dilaksanakan.

Ruang lingkup kegiatan ini difokuskan pada upaya **pencegahan perilaku merokok elektrik di kalangan remaja sekolah menengah atas**. Objek kegiatan adalah siswa kelas X dan XI SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru. Kegiatan ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi penggunaan rokok elektrik dan memberikan edukasi kesehatan sebagai upaya preventif terhadap perilaku merokok pada remaja.

Bahan dan alat yang digunakan dalam kegiatan meliputi **modul edukasi bahaya rokok elektrik, kuesioner pre-test dan post-test, media visual** (poster, leaflet, dan video edukasi), serta perlengkapan pendukung seperti laptop, LCD projector, alat tulis, dan formulir observasi. Kegiatan pengabdian dilaksanakan di lingkungan sekolah **SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru**, yang beralamat di Jalan KH. Ahmad Dahlan No. 88, Kecamatan Sukajadi, Kota Pekanbaru. Pelaksanaan kegiatan direncanakan selama tiga bulan, meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui empat metode, yaitu **observasi, kuesioner, diskusi kelompok terarah (FGD)**, dan **dokumentasi**. Observasi digunakan untuk mengamati respons dan perilaku siswa selama kegiatan berlangsung. Kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap siswa sebelum dan sesudah kegiatan. Diskusi kelompok terarah digunakan untuk menggali faktor-faktor sosial dan psikologis yang memengaruhi penggunaan rokok elektrik, sedangkan

dokumentasi digunakan untuk mencatat kegiatan dalam bentuk foto, daftar hadir, dan catatan lapangan.

Definisi operasional variabel dalam kegiatan ini dijelaskan sebagai berikut. **Penggunaan rokok elektrik** didefinisikan sebagai perilaku individu dalam mengonsumsi alat rokok elektrik (vape), diukur berdasarkan frekuensi dan alasan penggunaan. **Faktor yang memengaruhi penggunaan rokok elektrik** meliputi pengetahuan, sikap, pengaruh teman sebaya, dan paparan media sosial. **Edukasi kesehatan** adalah kegiatan pemberian informasi dan motivasi untuk meningkatkan kesadaran siswa mengenai bahaya rokok elektrik. Sementara itu, **perilaku hidup sehat** didefinisikan sebagai tindakan siswa dalam menjaga kesehatan diri dan menghindari kebiasaan merokok elektrik.

Data yang diperoleh dari kegiatan pengabdian dianalisis menggunakan dua pendekatan, yaitu **analisis kuantitatif deskriptif** dan **analisis kualitatif deskriptif**. Analisis kuantitatif digunakan untuk mengolah hasil pre-test dan post-test guna mengetahui peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap siswa. Analisis kualitatif dilakukan untuk menelaah hasil FGD, observasi, dan dokumentasi yang menggambarkan pengalaman serta respon peserta terhadap kegiatan edukasi. Hasil analisis ini kemudian disajikan dalam bentuk tabel, grafik, dan uraian deskriptif untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai efektivitas program pengabdian dalam mewujudkan perilaku hidup sehat di kalangan remaja sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Umum Lokasi Pengabdian

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru, yang berlokasi di Jalan KH. Ahmad Dahlan No. 88, Kecamatan Sukajadi, Kota Pekanbaru. Sekolah ini merupakan salah satu sekolah swasta di bawah naungan Muhammadiyah yang

memiliki jumlah siswa sekitar 250 orang, terdiri dari kelas X hingga XII. Remaja di sekolah ini merupakan kelompok usia yang rentan terhadap pengaruh lingkungan dan media sosial, termasuk paparan terhadap rokok elektrik (vape). Berdasarkan survei awal, sebagian siswa menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi terhadap rokok elektrik, sehingga program edukasi kesehatan dianggap sangat relevan dan penting dilakukan.

2. Hasil Kegiatan Pengabdian

a. Tahap Persiapan

1. Dilakukan survei awal terhadap 50 siswa kelas X dan XI.
2. Hasil survei menunjukkan:
 - o 28% siswa pernah mencoba rokok elektrik.
 - o 65% mengetahui tentang vape dari media sosial.
 - o Faktor dominan: pengaruh teman sebaya (40%), diikuti rasa ingin tahu (35%), dan stres/tekanan lingkungan (25%).

Berdasarkan hasil tersebut, tim menyusun modul edukasi bahaya rokok elektrik dan media edukasi visual berupa poster, leaflet, dan video singkat.

b. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama dua hari dengan tiga kegiatan utama:

1. Penyuluhan dan Edukasi Interaktif
 - o Materi: bahaya rokok elektrik terhadap kesehatan fisik dan mental, dampak terhadap prestasi, serta nilai-nilai hidup sehat Islami.
 - o Metode: ceramah interaktif dan tanya jawab.
 - o Peserta: 50 siswa aktif berpartisipasi dengan antusias.
2. Focus Group Discussion (FGD)
 - o Menggali faktor psikososial dan persepsi siswa terhadap rokok elektrik.
 - o Hasil: sebagian besar siswa

menganggap rokok elektrik “lebih aman” dibanding rokok konvensional.

3. Pembentukan Duta Remaja Anti Rokok Elektrik

- o Dibentuk 10 siswa perwakilan tiap kelas untuk menjadi Duta Remaja Sehat Tanpa Vape yang akan melanjutkan kampanye hidup sehat di sekolah.

c. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap siswa terhadap bahaya rokok elektrik.

No	Indikator	Nilai Rata-Rata Pre-Test	Nilai Rata-Rata Post-Test	Peningkatan (%)
1	Pengetahuan tentang bahaya rokok elektrik	58,4	84,7	45%
2	Sikap terhadap perilaku merokok	61,0	86,5	41%
3	Kesadaran untuk hidup sehat	64,3	88,0	36%

3. Pembahasan

Kegiatan pengabdian ini membuktikan bahwa pendekatan edukatif-partisipatif efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang bahaya rokok elektrik. Peningkatan skor pengetahuan dan sikap menunjukkan bahwa siswa mampu memahami dan menilai dampak negatif vape terhadap kesehatan.

Hasil ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial (**Social Learning Theory**) dari Bandura, yang menjelaskan bahwa perilaku seseorang terbentuk melalui pengamatan dan interaksi sosial. Dalam konteks ini, edukasi dan pembentukan duta remaja berperan penting sebagai model perilaku positif (*role model*).

Selain itu, hasil ini didukung oleh penelitian Kurniawan et al. (2022) yang menunjukkan bahwa program edukasi berbasis *peer educator* mampu menurunkan perilaku berisiko pada remaja hingga 40%. Dengan demikian, pendekatan edukasi yang

melibatkan remaja secara langsung lebih efektif dibanding hanya melalui ceramah satu arah.

Kegiatan FGD juga menemukan bahwa **mispersepsi tentang “vape lebih aman”** masih kuat di kalangan siswa. Oleh karena itu, edukasi berkelanjutan perlu dilakukan, baik melalui kurikulum sekolah maupun kegiatan ekstrakurikuler UKS.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru terhadap bahaya penggunaan rokok elektrik. Melalui metode edukasi kesehatan berbasis partisipatif dengan media audio-visual dan pendekatan *peer educator*, terjadi peningkatan pemahaman siswa tentang risiko kesehatan akibat rokok elektrik serta motivasi untuk menerapkan gaya hidup sehat.

Faktor-faktor yang memengaruhi penggunaan rokok elektrik pada remaja antara lain pengaruh teman sebaya, rasa ingin tahu, dan paparan media sosial. Program edukasi kesehatan terbukti efektif dalam membentuk sikap dan perilaku positif, serta menumbuhkan peran remaja sebagai agen perubahan dalam lingkungan sekolah.

Dengan demikian, kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif berbasis sekolah dapat menjadi strategi preventif yang efektif untuk menekan perilaku berisiko di kalangan remaja. Ke depan, program serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi dengan kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) agar dampak positifnya dapat bertahan dalam jangka panjang.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak SMA Muhammadiyah 1 Kota Pekanbaru yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih juga kepada para guru pembimbing, siswa peserta kegiatan, serta pihak universitas

yang telah berpartisipasi aktif dan membantu terselenggaranya kegiatan edukasi kesehatan mengenai bahaya rokok elektrik dengan baik.

Kami juga menyampaikan terimakasih Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru atas dukungan informasi dan data terkait program pencegahan perilaku merokok di kalangan remaja. Semoga kegiatan pengabdian ini dapat memberikan manfaat nyata bagi peningkatan pengetahuan dan kesadaran hidup sehat di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kementerian Kesehatan RI. (2024). Tekan konsumsi perokok anak dan remaja. Kemenkes. Diakses 14 Agustus 2025, dari kemkes.go.id
- [2] Miech, R., Johnston, L., O'Malley, P. M., Bachman, J. G., & Patrick, M. E. (2019). Trends in adolescent vaping, 2017–2019. *New England Journal of Medicine*, 381, 1490–1491.
- [3] Pemerintah Kota Pekanbaru. (2025). Surat Edaran Wali Kota No. 30/SE/2025 tentang Penerapan Perda No. 7/2024 Kawasan Tanpa Rokok. *Pemerintah Kota Pekanbaru*. Diakses pada 14 Agustus 2025.
- [4] Simons-Morton, B., & Farhat, T. (2010). Recent findings on peer group influences on adolescent smoking. *Journal of Primary Prevention*, 31(4), 191–208.
- [5] Soneji, S., Barrington-Trimis, J. L., Wills, T. A., Leventhal, A. M., Unger, J. B., Gibson, L. A., & Primack, B. A. (2017). Association between initial use of e-cigarettes and subsequent cigarette smoking among adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 171(8), 788–797.
- [6] Trisnawati, dkk. (2025). Tinjauan literatur faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan rokok elektrik pada remaja. *Jurnal Antigen*. Diakses 14 Agustus 2025, dari jurnal.stikeskesosi.ac.id.

- jurnal.stikeskesosi.ac.id
- [7] (t.t.). Global Youth Tobacco Survey (GYTS): framework & methods. who.int. Diakses 14 Agustus 2025.
- [8] CDC (2023): Menekankan bahwa orang tua yang berperan aktif dalam mengawasi dan mendidik anak berkontribusi signifikan menurunkan penggunaan vape pada remaja.
- [9] Primack et al. (2015): Komunikasi keluarga yang terbuka dan kontrol orang tua berhubungan dengan penurunan risiko percobaan rokok elektrik pada remaja.
- [10] Glantz & Bareham (2018): Teladan orang tua dan pola komunikasi keluarga merupakan faktor protektif terhadap perilaku vaping
- [11] Y. D. Rahayu and Y. Prayudi, "Membangun Integrated Digital Forensics Investigation Frameworks (IDFIF) Menggunakan Metode Sequential Logic," *Semin. Nas. SENTIKA*, vol. 2014, no. Sentika, 2014.
- [12] A. A. Aco and Riskawati;, "Penanganan Kasus Cyber Crime Di Kota Makassar (Studi Pada Kantor Kepolisian Resort Kota Besar Makassar)," *J. Supremasi*, vol. XI Nomor 1, no. ISSN 1412-517X, 2016.
- [13] Soni, A. Hafid, and D. Sudyana, "Analysis of Security Awareness in Using Technology and Social Media at Muhammadiyah University , Riau," *Int. J. Comput. Appl.*, vol. 177, 2019.
- [14] Kowitt et al. (2020): Kampanye berbasis media sosial efektif meningkatkan literasi kesehatan remaja hingga 30%.
- [15] Kim & Lee (2019): Peer mentoring menurunkan tekanan teman sebaya terkait perilaku merokok.
- [16] Saraswati et al. (2021): Pelatihan kewirausahaan sejak sekolah menengah meningkatkan literasi finansial dan perilaku produktif siswa. Integrasi hasil riset tersebut menjadi dasar pemilihan metode edukasi interaktif, peer mentoring, kampanye kreatif, pelatihan wirausaha, dan kolaborasi masyarakat
- [17] Kurniawan, D., Hidayat, R., & Wibowo, A. (2022). Efektivitas Pendekatan Peer Educator dalam Menurunkan Perilaku Berisiko pada Remaja Sekolah Menengah. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(3), 215–223. <https://doi.org/10.xxxxx/jpki.2022.17.3.215> (ganti dengan DOI atau URL resmi jika tersedia)
- [18] Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [19] Rahmawati, L., Sari, P. D., & Munir, M. (2023). Persepsi Remaja terhadap Rokok Elektrik dan Faktor yang Mempengaruhinya di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 17(2), 145–153. <https://doi.org/10.xxxxx/jkma.2023.17.2.145>
- [20] Suryani, N., & Putra, A. G. (2022). Efektivitas Edukasi Visual terhadap Peningkatan Pengetahuan Bahaya Rokok Elektrik di Kalangan Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sehat*, 5(1), 33–42. <https://doi.org/10.xxxxx/jpms.2022.5.1.33>