



**Penyuluhan Bahaya Asap Rokok Pada Ibu Hamil di Posyandu Mawar Puskesmas Karangrejo, Kota Metro**

***Counseling on the Dangers of Cigarette Smoke to Pregnant Women at Posyandu Mawar, Karangrejo Health Center, Metro City***

**Elisa Murti Puspitaningrum<sup>1\*</sup>, Firda Fibrila<sup>2</sup>, Gangsar Indah Lestari<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Indonesia

\*Email penulis: [elisamurtip@poltekkes-tjk.ac.id](mailto:elisamurtip@poltekkes-tjk.ac.id), [firdafibrila@poltekkes-tjk.ac.id](mailto:firdafibrila@poltekkes-tjk.ac.id), [gangsarindahlestari@poltekkes-tjk.ac.id](mailto:gangsarindahlestari@poltekkes-tjk.ac.id)

Alamat Kampus: Jl Brigjen Sutiyoso No 1, Kota Metro

Korespondensi penulis: [elisamurtip@poltekkes-tjk.ac.id](mailto:elisamurtip@poltekkes-tjk.ac.id)

**Article History:**

Received: Januari 12, 2025;

Revised: Januari 31, 2025;

Accepted: Februari 15, 2025;

Published: Februari 25, 2025;

**Keywords:** *Cigarette Smoke, Pregnant Women, Counseling*

**Abstract:** *Cigarette smoke is a mixture of smoke and particles. The smoke consists of 4000 mixed chemical compounds, including toxic substances and 69 of them are cancer-causing substances. Pregnant women who are exposed to cigarette smoke will have an impact on their pregnancy and fetus, such as low birth weight, risk of premature birth, respiratory problems and other fetal development disorders. This community service activity is to increase pregnant women's knowledge about the dangers of cigarette smoke during pregnancy. The method of this activity is to provide direct counseling to 20 pregnant women. It is hoped that pregnant women can avoid exposure to cigarette smoke around them so that it does not harm the health of the fetus during pregnancy.*

**Abstrak**

Asap rokok merupakan asap yang bercampur antara asap dan partikel. Asap tersebut terdiri dari 4000 senyawa kimia yang bercampur, termasuk di dalamnya bahan beracun dan 69 di antaranya merupakan bahan penyebab kanker. Ibu yang sedang hamil yang terpapar asap rokok akan berdampak bagi kehamilan dan janinnya, seperti berat badan bayi lahir rendah, resiko kelahiran prematur, gangguan pernafasan dan gangguan perkembangan janin lainnya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang bahaya asap rokok selama kehamilan. Metode kegiatan ini dengan memberikan penyuluhan secara langsung kepada ibu hamil yang berjumlah 20 ibu hamil. Diharapkan ibu hamil dapat menghindari paparan asap rokok yang ada di sekitarnya sehingga tidak mengganggu kesehatan dalam proses perkembangan janin selama kehamilan.

**Kata Kunci:** Asap Rokok, Ibu Hamil, Penyuluhan

**1. PENDAHULUAN**

Di Indonesia, dalam sebuah rumah tangga lebih dari 57% mempunyai sedikitnya satu orang perokok, dan 91,8% merokok di dalam rumah dengan prevalensi perokok pasif pada laki-laki di sejumlah 31,8% dan pada perempuan sejumlah 66%. Jumlah rata-rata rokok yang dikonsumsi 1-10 batang per hari sebanyak 51,7% dan jumlah rata-rata konsumsi rokok 11-20 batang per hari sebanyak 42,6% (Aditama, 2011). Berdasarkan profil Statistik Kesehatan tahun 2023, wilayah dengan presentasi tertinggi penduduk usia 15 tahun ke atas yang merokok tembakau selama satu bulan terakhir pada tahun 2023 adalah Provinsi Lampung (34,08%) dan

\*Corresponding author, [elisamurtip@poltekkes-tjk.ac.id](mailto:elisamurtip@poltekkes-tjk.ac.id)

yang terendah adalah Provinsi Bali (18,9%).

Paparan asap dari rokok merupakan paparan asap yang dihirup oleh seseorang yang bukan perokok atau disebut juga dengan perokok pasif. Asap rokok yang dihirup oleh seseorang akan lebih berbahaya terhadap perokok pasif dari pada seorang perokok aktif. Paparan asap rokok yang dihirup ibu hamil selama di rumah biasanya berasal dari keluarga ibu hamil, seperti suami yang berstatus sebagai perokok aktif. Ketika perokok aktif menghembuskan asap rokok lalu terhirup oleh perokok pasif, memiliki kandungan 5x lebih banyak karbon monoksida dan 4x kali lebih banyak mengandung tar dan nikotin (Amirudin, 2007).

Wanita yang sering terpapar asap rokok cenderung beresiko mengalami gangguan pada kehamilannya karena kandungan zat kimia yang dihirup oleh perokok pasif lebih tinggi dibandingkan perokok aktif itu sendiri. Merokok di ruangan yang tertutup akan meningkatkan konsentrasi partikel asap rokok, seperti toksik (racun). Komplikasi yang dapat terjadi, seperti kelahiran sebelum waktunya (prematur), BBLR, kematian perinatal dan gangguan perkembangan janin lainnya. Selain itu juga dapat menyebabkan keguguran, gangguan tumbuh kembang anak, gangguan oksigen pada janin, dan gangguan pernapasan. Jika ibu merokok 10 batang per hari, 2x lebih besar kemungkinann anaknya akan menderita ashma (Husaini, 2007).

Puskesmas Karangrejo membawahi beberapa kelurahan. Dari beberapa kegiatan rutin posyandu terdapat 3-6 kader yang selalu berperan aktif setiap bulannya, kegiatan posyandu yang dilaksanakan setiap bulannya yaitu terdiri dari posyandu bayi dan balita, kelas ibu hamil, posyandu lansia, dll. Kami sebagai Dosen Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang Prodi DIII Kebidanan Metro akan melakukan penyuluhan yang bertujuan untuk mengatasi permasalahan dan meningkatkan kemandirian masyarakat setempat, yaitu upaya melalui edukasi tentang bahaya paparan asap rokok terhadap ibu hamil. Kegiatan penyuluhan ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang dampak asap rokok terhadap ibu hamil.

## **2. METODE**

Metode kegiatan dilaksanakan dengan cara : sosialisasi kegiatan terlebih dahulu dan pemberian penyuluhan pada ibu hamil tentang bahaya asap rokok secara ceramah dan tanya jawab. Kegiatan pre-test dilakukan sebelum dimulainya sosialisasi kegiatan dan penyuluhan. Sedangkan post-test dilaksanakan setelah dilakukan penyuluhan dan tanya jawab. Kegiatan ini melibatkan mahasiswa, tim bidan dari puskesmas Karangrejo, ibu hamil dan tim pengabdian dari dosen Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

## **3. HASIL**

Kegiatan penyuluhan dilakukan di Posyandu Mawar yang di beralamat Jalan. W.R Supratman No. 20 Kec. Metro Utara Kota Metro Lampung pada tanggal 27 Oktober 2023 dengan jumlah 20 ibu hamil, 4 bidan dari Puskesmas Karangrejo dan 3 dosen serta mahasiswa dari Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan tentang bahaya asap rokok bagi ibu hami, maka diperoleh peningkatan pengetahuan dan pemahaman pada ibu hamil. Berikut ini daftar hasil perolehan pre-test dan post-test pada ibu hamil.

Tabel 1. Hasil nilai pre-test dan post-test tentang bahaya asap rokok bagi ibu hamil

Pre-Test			Post-Test			Perbedaan Mean
Mean	Min	Max	Mean	Min	Max	
57,86	42,86	85,71	90,71	71,43	100	32,85

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil bahwa terdapat perubahan perbedaan perolehan nilai antara pre-tes, yaitu 32,85. Saat pre-test nilai minimumnya sebesar 42,86 dan saat post-test nilai minimumnya sebesar 71,43. Hal ini bahwa terdapat peningkatan sebesar 28,57. Sedangkan untuk nilai maksimum saat pre-test sebesar 85,71 dan saat post-test 100. Hal ini bahwa terdapat peningkatan 14,29. Berdasarkan hasil analisis soal kuesioner ibu terdapat peningkatan pengetahuan. Berikut hasilnya :

Tabel 2. Tingkat Pemahaman Ibu Hamil tentang Bahaya Asap Rokok

NO	PERNYATAAN	Pre-test		Post-test		Perbedaan Point
		Benar	%	Benar	%	
1	Nikotin adalah zat yang berbahaya yang terkandung dalam rokok	15	75	20	100	25
2	Asap rokok dapat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan pada janin	14	70	20	100	30
3	Perokok pasif terhadap ibu hamil dapat menyebabkan bayi terlahir prematur	10	50	18	90	40
4	Asap rokok dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh pada ibu hamil	12	60	19	95	35
5	Jika ibu terlalu banyak terpapar oleh asap rokok akan berpengaruh terhadap ketuban pecah sebelum waktunya	14	70	18	90	20
6	Asap rokok berbahaya bagi kesehatan ibu hamil	13	65	20	100	35
7	Ibu yang sudah terpapar asap rokok adalah perokok pasif	10	50	16	80	30
8	Asap rokok yang telah terpapar didalam tubuh ibu hamil dapat di netralisir dengan cara banyak minum air putih	12	60	17	85	25
9	Janin yang terlahir dari ibu perokok pasif akan selalu lahir prematur	10	50	17	85	35
10	Kandungan rokok elektrik lebih aman daripada	9	45	17	85	40

	rokok tembakau					
11	Perokok elektrik lebih aman dari rokok tembakau	8	40	19	95	55
12	Seorang perokok akan mengalami penyakit kanker tenggorokan	14	70	19	95	25
13	Asap rokok dapat menyebabkan berkurangnya berat badan ibu	11	55	17	85	30
14	Asap rokok dapat meningkatkan nafsu makan ibu	9	45	17	85	40

Berdasarkan tabel. 2 tentang sebaran hasil pengisian kuesioner pre-test ibu hamil yang sedikit menjawab benar pada soal tentang perokok elektrik lebih aman dari rokok tembakau, yaitu 8 orang (40%) dan sebagian besar ibu hamil benar menjawab soal tentang nikotin adalah zat yang berbahaya yang terkandung dalam rokok, yaitu 15 orang (75%). Sebaran hasil kuesioner post-test ibu hamil yang sedikit menjawab benar pada soal ibu yang sudah terpapar asap rokok adalah perokok pasif, yaitu 16 orang (80%) dan ibu hamil yang banyak menjawab benar pada soal nikotin adalah zat yang berbahaya yang terkandung dalam rokok, asap rokok dapat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan pada janin, yaitu 20 orang (100%).

#### 4. DISKUSI

Rokok merupakan salah satu produk olahan tembakau yang dimaksudkan untuk dibakar, dihisap dan atau dihirup termasuk rokok kretek, rokok putih, cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *nicotiana tabacum*, *nicotiana rustica*, dan spesies lainnya atau sintetisnya yang asapnya mengandung nikotin dan tar, dengan atau tanpa bahan tambahan (Permenkes RI, 2013)

Terpapar asap rokok dalam masa kehamilan menimbulkan dampak yang tidak baik bagi janin dalam kandungan dan wanita yang sedang hamil sebagai perokok pasif juga dapat menyebabkan terjadinya bayi BBLR, kelahiran prematur, insufisiensi plasenta, kecacatan janin, abortus, plasenta previa, solusio plasenta dan kelainan perkembangan janin lainnya. Sedangkan pada wanita hamil yang menjadi perokok aktif lebih berpotensi melahirkan bayi yang sudah meninggal dibandingkan dengan wanita hamil yang menjadi perokok pasif. Bayi dengan BBLR menjadi penyumbang kematian neonatal sebanyak sebanyak 60-80%. Jumlah BBLR setiap tahunnya secara global sebanyak 5-20% dan di negara berkembang berjumlah 96,5% (Kristina and Yunawan, 2018).

Berdasarkan beberapa penelitian menunjukkan hasil bahwa seorang ibu hamil yang perokok pasif dapat menyebabkan dampak kejadian 0,074x lebih besar beresiko abortus dan 7x lebih besar beresiko mengalami kematian antepartum. Zat nikotin yang terkandung dalam

rokok apabila terhirup oleh ibu hamil dapat menyebabkan terhambatnya aliran darah ke dalam plasenta sehingga nutrisi ibu ke janin menjadi berkurang (Hanum, 2022) dan (Nirmala, C Raju and Shenoy, 2019)

Hasil dari pre-test ibu hamil, bahwa 60% ibu hamil tidak mengetahui perokok elektrik sama berbahayanya dengan rokok tembakau. Menurut Vella (2023), rokok konvensional maupun elektrik sama-sama memiliki kandungan yang berbahaya bagi kesehatan. Kandungan rokok pada tembakau konvensional terdapat kandungan karbon monoksida, tar dan nikotin. Sedangkan pada kandungan rokok elektrik mengandung propylene, glycol, perasa, air dan nikotin. Asap rokok bisa bertahan di udara selama 2–3 jam. Kandungan kimiawi pada asap rokok bahkan bisa menempel di dinding atau perabotan rumah selama dalam waktu yang lama. Meskipun tidak terlihat, akan tetapi asap tersebut masih dapat terhirup oleh banyak orang, tak terkecuali oleh ibu hamil.

Setelah dilakukan penyuluhan, hasil dari post-test ibu hamil mengalami rata-rata peningkatan pengetahuan sebanyak 32,85 poin, yaitu dari 57,86 menjadi 90,71. Dilihat dari hasil sebaran kuesioner bahwa ibu hamil dapat menjawab semua soal tentang nikotin adalah zat yang berbahaya yang terkandung dalam rokok, asap rokok dapat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan pada janin. Dalam rokok terdapat 250 jenis zat beracun dan 70 jenis zat yang bersifat karsinogenik. Kandungan tersebut berasal dari bahan baku utama rokok, yaitu tembakau. Senyawa berbahaya tersebut, seperti karbonmonoksida, nikotin, tar, hidrogen sianida, benzena, formaldehida, arsenik, kadmium dan amonia.

Pemberian edukasi tentang bahaya paparan asap rokok kepada ibu hamil sebagai salah satu upaya tenaga kesehatan dalam menjaga kesehatan ibu selama masa hamil agar terhindar dari zat racun berbahaya masuk dalam tubuh ibu yang akan diserap oleh janin sehingga beresiko bagi perkembangan janin. Asap rokok mengandung timbal yang jika terpapar pada ibu yang sedang hamil, maka akan memengaruhi kesehatan ibu dan bayi. Hal ini dapat memengaruhi berat lahir bayi dan menyebabkan keterlambatan perkembangan pada anak-anak.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan bahaya asap rokok kepada ibu hamil



Gambar 2. Foto bersama Peserta Penyuluhan

## 5. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan Poltekkes Kemenses Tanjungkarang bekerjasama dengan Puskesmas Karangrejo kepada ibu hamil dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang bahaya asap rokok bagi kehamilan. Diharapkan tenaga kesehatan terus meningkatkan pemantauan kesehatan terutama ibu hamil yang sering terpapar asap rokok.

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terima kasih kami ucapkan kepada Puskesmas Karangrejo yang telah bekerjasama dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sehingga penyuluhan tentang bahaya asap rokok kepada ibu hamil dapat berjalan dengan lancar.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Aditama, T. 2011. Rokok dan Kesehatan. Jakarta : Universitas Indonesia : UI-Press
- Amiruddin, Ridwan. 2007. *Status Gizi Ibu Hamil, Rokok, dan Efeknya*. Makasar : Universitas Hassanudin.
- BPS. 2023. Profil Statistik Kesehatan 2023. Volume 7. Jakarta : Badan Pusat Statistik
- Hanum, Z. 2022. Risiko Kejadian Abortus Pada Ibu Hamil Perokok Pasif Di Rumah Sakit Umum Daerah Dr . Zainoel Abidin Banda Aceh.
- Husaini, Aiman. 2007. Tobat Merokok. Bandung : Mizan Medika Utama
- Kristina, D. and Yunamawan, D. 2018. Hubungan Nutrisi, Usia Ibu Waktu Hamil Dengan Terjadinya Berat Badan Lahir Rendah Di Rumah Sakit Baptis Batu', Biomed Science, 6
- Nirmala.C, Raji.S and Shenoy, K. 2019. Second hand smoke exposure in pregnancy and the risk of still birth –a case control study in a tertiary care centre in Kerala. Journal of Medical Science and Clinical Research, 07(04), pp. 990–996
- Kementerian, RI. 2013. Pencantuman Peringatan Kesehatan dan Informasi Kesehatan pada Kemasan Produk Tembakau. Jakarta : Kementerian RI
- Vella. 2023. Rokok Elektrik sama Bahayanya dengan Rokok Konvensional. UM Surabaya. Diakses di : <https://www.um-surabaya.ac.id/article/dosen-um-surabaya-sebut-rokok-elektrik-sama-bahayanya-dengan-rokok-konvensional>
- Tim Promkes RSST-RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro. 2022. Klaten. Diakses di : [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/406/kandungan-rokok-yang-berbahaya-bagi-kesehatan](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/406/kandungan-rokok-yang-berbahaya-bagi-kesehatan)