

Smoking Effect Video Learning Berbasis Mobile Sebagai Media Penyuluhan Kesehatan Anti Rokok

Vifta Dian Lestari^{*)}, Muflikhatun Umamah^{*)}, Adindhya Lili Pramasari^{*)}, Yudhy Dharmawan^{**)}

^{*)} Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro

^{**)} Staff Pengajar Bagian Biostatistika dan Kependudukan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Diponegoro

Koresponden : viftadian@gmail.com

ABSTRAK

Di Indonesia, kasus merokok merupakan salah satu kasus yang susah untuk diberantas. Kasus merokok bisa dibilang meningkat disetiap tahunnya. Padahal, berbagai metode telah dilakukan mulai dari diadakannya berbagai penyuluhan, pamphlet, poster-poster anti merokok, serta artikel-artikel kesehatan di media cetak. Namun, metode ini tidak cukup dalam menangani kasus yang sekarang ini mulai meningkat. Apalagi kasus ini menggerayangi para remaja. Tidak bisa dibayangkan akan seperti apa masa depan mereka nantinya karena merokok sangat berbahaya dan banyak penyakit yang dapat ditimbulkan dari efek merokok. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi tentunya kehidupan masyarakat tidak lepas dari barang-barang canggih dan internet. Bahkan sekarang handphone sudah merupakan bagian dari gaya hidup masyarakat. Selain untuk berkomunikasi, mereka bisa mengakses berbagai hal-hal baru melalui jaringan internet yang ada pada layanan handphone tersebut. Video merupakan salah satu media yang cukup efektif dalam mempengaruhi penontonnya. Melalui media yang satu ini, bisa dilakukan penyuluhan kesehatan anti rokok dengan berbasis mobile yang nantinya dapat diakses lewat handphone dan dilakukan melalui kerjasama dengan program CSR (Corporate Social Responsibility) dari berbagai provider handphone. Penyebaran video ini diharapkan dapat menekan kasus merokok yang saat ini marak di Indonesia. Maka dari itu untuk mencapai hasil yang maksimal, tentunya diperlukan peran oleh berbagai pihak antara lain melibatkan tanggungjawab kemitraan antara pemerintah, lembaga, sumberdaya komunitas, juga komunitas lokal (setempat) dan masyarakat.

Kata kunci : Handphone, Video, Rokok

PENDAHULUAN

Dewasa ini banyak beredar kasus merokok yang semakin meningkat di Indonesia. Meskipun sudah banyak dilakukan penyuluhan mengenai bahaya merokok, mulai dari beredarnya pamphlet, poster, artikel, dan lain-lain. Cara ini sepertinya kurang menarik bagi khalayak umum. Padahal penting sekali untuk seseorang agar mereka dapat berhenti merokok. Hampir semua orang mulai merokok dengan alasan yang sedikit sekali kaitannya dengan kenikmatan. Apalagi jika perilaku merokok sudah menyebar ke anak usia remaja. Masa remaja bisa dibilang rentan akan godaan lingkungan sekitar. Rasa penasaran mereka biasanya sangat tinggi. Mereka akan cepat melakukan tindakan-tindakan yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya. Dalam pikiran anak usia remaja, rokok merupakan lambang kedewasaan. Menurut mereka merokok merupakan lambang pergaulan bagi mereka. Meski sudah banyak membaca artikel mengenai bahaya rokok, remaja tidak terlalu menghiraukannya. Justru mereka tetap mencoba karena merasa mereka tidak akan merasakan dampak berbahaya langsung dari rokok di saat itu juga. Padahal banyak sekali kandungan berbahaya yang terdapat dalam rokok, yang tentunya membawa dampak negatif bagi tubuh si perokok maupun orang-orang sekitarnya. Pengaruh nikotin dalam merokok dapat membuat seseorang menjadi pecandu atau ketergantungan pada rokok. Remaja yang sudah kecanduan merokok pada umumnya tidak dapat menahan keinginan untuk tidak merokok. (Kandel dalam Barker, dkk, 2004)

Smet (1994) menyatakan bahwa kebiasaan merokok dimulai dengan adanya rokok pertama. Umumnya rokok pertama dimulai pada usia 11-13 tahun. Penelitian di Jakarta menunjukkan bahwa 64,8% pria dan dengan usia diatas 13 tahun adalah perokok. (Tandra, 2003)

Data WHO mempertegas bahwa remaja memiliki kecenderungan yang tinggi untuk merokok, data WHO menunjukkan bahwa dari seluruh jumlah perokok yang ada di dunia sebanyak 30% adalah kaum remaja (Republika, 1988).

Menurut Kurt Lewin (dalam Komalasari & Helmi, 2000), perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dalam diri juga disebabkan oleh faktor lingkungan. Menurut Erickson (Komalasari & Helmi, 2000), remaja mulai merokok berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangan yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya.

Begitu besar akibat yang ditimbulkan jika perilaku merokok makin berkembang apalagi pada usia remaja. Maka dari itu perlu adanya suatu penyuluhan yang sekiranya dapat menarik perhatian masyarakat agar tidak lagi merokok. Menjelaskan pada mereka betapa bahayanya rokok tersebut bila dikonsumsi terus menerus dan betapa pentingnya rokok harus dihentikan.

Seiring dengan perkembangan IPTEK di zaman sekarang ini, tentunya *handphone* dan internet sudah termasuk hal yang tidak asing lagi di masyarakat. Hampir semua orang memiliki *handphone* sebagai kebutuhan mereka sehari-hari, mulai dari remaja sampai pekerja pun pasti memiliki *handphone*. Selain itu, akses internet pun kian meluas diberbagai penjuru wilayah. Bahkan akses internet sudah bisa diakses melalui *handphone*.

Berdasarkan permasalahan di atas maka perlu adanya inovasi pengembangan metode pendekatan terhadap masyarakat dalam memberikan penjelasan mendalam mengenai bahaya merokok beserta efeknya. Hal ini dilakukan guna menekan kasus merokok di Indonesia khususnya penurunan kasus merokok pada usia remaja. Salah satu inovasi metode yang ditawarkan ialah dengan pengenalan lebih mendalam mengenai bahaya merokok melalui video-video yang dapat diakses di *handphone* melalui kerjasama program *Corporate Social Responsibility* berbagai provider *handphone*. Dengan program ini diharapkan masyarakat dapat mengetahui lebih dalam mengenai bahaya rokok bagi dirinya serta dampak yang terjadi bagi lingkungan sekitarnya.

Tujuan dan Manfaat

Tujuan dari penulisan ini adalah sebagai :

1. Upaya mengenalkan metode pembelajaran video bahaya rokok pada masyarakat berbasis mobile.
2. Untuk mengetahui lebih mendalam bahaya merokok melalui pembelajaran dalam bentuk video yang dapat diakses di *handphone*.

Adapun manfaat yang dapat dicapai dari penulisan ini adalah :

1. Memberikan informasi lebih mendalam mengenai bahaya merokok bagi masyarakat melalui video yang dapat diakses di *handphone*.
2. Memberikan solusi kepada pemerintah sebagai upaya mengurangi kasus merokok pada masyarakat.

GAGASAN

Melihat kondisi saat ini, dari berbagai penelitian menunjukkan hasil riset Lembaga Menanggulangi Masalah Merokok (Republika, 1998) melaporkan bahwa di anak-anak di Indonesia sudah ada yang mulai merokok pada usia 9 tahun. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa perokok memang banyak dikalangan anak-anak khususnya pada usia remaja. Usia remaja merupakan usia dimana seorang anak menuju kedewasaan. Remaja mulai merokok berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mencari jati diri. Dalam masa remaja ini sering terjadi ketidaksesuaian antara perkembangan psikis dan perkembangan sosial. Upaya-upaya untuk menemukan jati diri tersebut tidak selalu dapat berjalan sesuai dengan harapan masyarakat. Beberapa remaja melakukan perilaku merokok sebagai cara kompensatoris. (Gatchel, 1989)

Tandra (2003) menyayangkan meningkatnya jumlah perokok di kalangan remaja meskipun telah mengetahui dampak buruk rokok bagi kesehatan dan menyebutkan bahwa 20% dari total perokok di Indonesia adalah dengan usia rentang antara 15 hingga 21 tahun. Meningkatnya prevalensi merokok di negara-negara berkembang, termasuk di

Indonesia terutama di kalangan remaja menyebabkan masalah merokok menjadi semakin serius. (Tulakom & Bonet, 2003)

Faktor dalam diri remaja dapat dilihat dari kajian perkembangan remaja. Dari penelitian Helmi dan Komalasari (2000) didapatkan kesimpulan bahwa perilaku merokok merupakan perilaku yang dipelajari dan ditularkan melalui aktivitas teman sebaya dan perilaku permisif orang tua. Smet (1994) menyatakan bahwa mulai merokok terjadi akibat pengaruh lingkungan social. *Modelling* (meniru perilaku orang lain) menjadi salah satu determinan dalam memulai perilaku merokok. (Sarafino, 1994)

Perilaku Merokok dan Efeknya

Masa sekarang, perilaku merokok merupakan perilaku yang telah umum dijumpai. Perokok berasal dari berbagai kelas sosial, status, serta kelompok umur yang berbeda, hal ini mungkin dapat disebabkan karena rokok bisa didapatkan dengan mudah dan dapat diperoleh dimanapun juga.

Menurut Levy (1984) setiap individu mempunyai kebiasaan merokok yang berbeda dan biasanya disesuaikan dengan tujuan mereka merokok. Pendapat tersebut didukung oleh Smet (1994) yang menyatakan bahwa seseorang merokok karena faktor-faktor *sosio cultural* seperti kebiasaan budaya, kelas sosial, gengsi, dan tingkat pendidikan.

Merokok dapat menimbulkan berbagai dampak negatif yang sangat berpengaruh bagi kesehatan (Ogden, 2000). Merokok bukanlah penyebab suatu penyakit, tetapi dapat memicu suatu jenis penyakit sehingga boleh dikatakan merokok tidak menyebabkan kematian, tapi dapat mendorong munculnya jenis penyakit yang dapat mengakibatkan kematian. Berbagai jenis penyakit yang dapat dipicu karena merokok antara lain : penyakit kardiovaskular, penurunan fertilitas, sakit maag, penglihatan kabur, kulit kering, dll. (Sitepoe, 2001)

Orang yang telah merokok akan sulit berhenti. Mereka harus lebih diarahkan agar mereka benar-benar tahu efek rokok itu sebenarnya sangat berbahaya bagi masa depan mereka karena pada usia remaja merupakan

masa penyempurnaan perkembangan jiwa, psikoseksual, dan perkembangan kognitif dimana merupakan tahap awal menuju kedewasaan.

Solusi Terdahulu

Ada berbagai cara yang telah dilakukan untuk menekan kasus merokok pada anak usia remaja. Konsep sosialisasi pertama berkembang dari Sosiologi dan Psikologi Sosial merupakan suatu proses transmisi *belief*, sikap, atau pun perilaku-perilaku dari generasi sebelumnya kepada generasi berikutnya. (Durkin, 1995)

Berbagai metode tentunya telah dilakukan, demi memberantas kasus merokok di Indonesia. Mulai dari ditempelnya berbagai pamphlet, poster bahaya merokok, artikel kesehatan serta berbagai penyuluhan dari berbagai lembaga kesehatan. Namun cara-cara tersebut bisa dibilang kurang efektif, karena kebanyakan orang hanya akan menangkap materinya sesaat namun akan lupa dikemudian harinya. Kemungkinan untuk melakukan hal sesuai penyuluhan juga sangat kecil karena lama kelamaan mereka akan mengabaikannya.

Prediksi Hasil

Penggunaan media penyuluhan kesehatan akan membantu memperjelas informasi yang disampaikan, karena dapat lebih menarik, lebih interaktif, dapat mengatasi batas ruang, waktu dan indra manusia. Agar informasi yang disampaikan bisa lebih jelas dan mudah dipahami sesuai dengan tujuan yang akan dicapai, maka informasi tersebut perlu dikemas sesuai dengan karakteristik dari setiap media yang digunakan. Pentingnya penggunaan media penyuluhan adalah peningkatan pengetahuan, keterampilan, kemampuan, sikap dan perilaku yang merupakan hasil dari proses belajar dalam kegiatan penyuluhan, yang keberhasilannya ditentukan oleh efektifitas media penyuluhan, dan efektifitas penggunaan media penyuluhan sangat ditentukan oleh banyak indra yang digunakan. (Herawati, 2002)

Oleh karena itu metode penyuluhan dalam bentuk video pembelajaran yang dalam hal ini menekankan pada efek merokok yang dikemas dalam bentuk video diharapkan akan cukup efektif. Selain bentuknya yang interaktif, para

remaja akan lebih memahami daripada penyuluhan dengan metode teks. Media video ini akan disebarakan melalui *handphone* dari berbagai provider. Disini kita akan berkerjasama dengan program CSR (*Corporate Social Responsibility*) dari berbagai provider *handphone*. Mengapa melakukan penyebaran melalui *handphone*? Ini dikarenakan di era modern ini *handphone* sangat erat kaitannya dengan kehidupan seseorang sehari-harinya. Hampir semua orang dari berbagai kalangan mempunyai *handphone* dan seiring dengan berkembangnya teknologi, akses internetpun bisa melalui *handphone*.

Langkah Strategis

Agar pendidikan kesehatan yang diberikan lebih efektif dan sesuai sasaran serta tujuan, maka diperlukan media yang menarik dan lebih mudah diterima oleh sasaran. Salah satu media yang dapat digunakan adalah media audiovisual. (Dermawan & Setiawati, 2008)

Juliantara (2009) menyatakan media audiovisual mengandalkan pendengaran dan penglihatan dari sasaran, dimana penggunaan audiovisual melibatkan semua alat indra pembelajaran, sehingga semakin banyak alat indra yang terlibat untuk menerima dan mengolah informasi, semakin besar kemungkinan isi informasi tersebut dapat dimengerti dan dipertahankan dalam ingatan. Film, cerita, iklan, video adalah contoh media audiovisual yang lebih menonjolkan fungsi komunikasi. (Notoadmodjo, 2007)

CSR (Corporate Social Responsibility)

The European Commission menyebutkan CSR adalah konsep perusahaan yang mengintegrasikan kepedulian sosial dan lingkungan ke dalam operasi bisnis serta interaksinya dengan *stakeholders* secara suka rela. (Fenwick, T, 2004)

Program-program CSR yang dilaksanakan seringkali kurang menyentuh akar permasalahan komunitas yang sesungguhnya. Seringkali pihak perusahaan masih menganggap dirinya sebagai pihak yang paling memahami kebutuhan komunitas, sementara komunitas dianggap sebagai kelompok pinggiran yang menderita sehingga memerlukan bantuan

perusahaan. Di samping itu, aktivitas CSR dianggap hanya semata-mata dilakukan demi terciptanya reputasi perusahaan yang pasif bukan demi perbaikan kualitas hidup komunitas dalam jangka panjang. (Margiono, 2006)

CSR masuk ke dalam UU No. 40 Tahun 2007 tentang Perseroan Terbatas (UU PT) dan UU No. 25 Tahun 2007 tentang Penanaman Modal (UU PM). Penerapan kewajiban CSR sebagaimana diatur dalam UU No. 25 Tahun 2007 tentang Penanaman Modal, Pasal 15 huruf b menyebutkan "Setiap penanam modal berkewajiban melaksanakan tanggung jawab sosial perusahaan". Jika tidak dilakukan maka dapat diberikan sanksi administrasi berupa peringatan tertulis, pembatasan kegiatan usaha, pembekuan, hingga pencabutan kegiatan usaha dan/atau fasilitas penanaman modal. (Pasal 34 ayat (1) UU No. 25 Tahun 2007)

Seberapa penting CSR bagi perusahaan tetap menjadi wacana dalam praktis bisnis, pro dan kontra ini tidak bisa dilepaskan dari fenomena perbenturan kepentingan antara pencapaian profit dengan pencapaian tujuan sosial. Jika diperhatikan, masyarakat sekarang hidup dalam kondisi yang dipenuhi beragam informasi dari berbagai bidang, serta dibekali kecanggihan ilmu pengetahuan dan teknologi. Pola seperti ini mendorong terbentuknya cara pikir, gaya hidup, dan tuntutan masyarakat yang lebih tajam. Seiring dengan perkembangan ini, tumbuh suatu gerakan konsumen yang dikenal sebagai *vigilante consumerism* yang kemudian berkembang menjadi *ethonical consumerism*. (A. B. Susanto, 2007)

CSR Provider Handphone

Di Indonesia, praktik CSR belum menjadi perilaku umum, karena banyak perusahaan yang menganggap sebagai *cost center*. Namun, di era informasi dan teknologi serta desakan globalisasi, tuntutan menjalankan CSR semakin besar. Selain itu, pelaksanaan CSR merupakan bagian dari *Good Corporate Governance* (GCG), yakni *fairness*, transparan, akuntabilitas, dan responsibilitas, termasuk tanggung jawab terhadap lingkungan fisik dan sosial, yang mestinya didorong melalui pendekatan etika pelaku ekonomi. Oleh karena

itu, di dalam praktik, penerapan CSR selalu disesuaikan dengan kemampuan perusahaan dan kebutuhan masyarakat. Idealnya terlebih dahulu dirumuskan bersama tiga pilar yakni dunia usaha, pemerintah, dan masyarakat, dan kemudian dilaksanakan sendiri oleh perusahaan.

Ada berbagai macam provider yang disediakan untuk *handphone*. Dalam hal penyuluhan video efek merokok, perlu adanya kerjasama dengan provider penyedia layanan tersebut. Dengan berkerjasama dengan provider-provider ini, tentunya akan membuat penyebaran video semakin cepat. Melihat kondisi masyarakat yang kesehariannya tidak lepas dari *handphone*, dan semua kalangan pun bisa dibilang memilikinya. Khususnya para remaja di era modern ini, mereka tidak pernah lepas dari *handphone*. Selain untuk berkomunikasi, ini juga bermanfaat untuk mengakses pengetahuan melalui internet di *handphonenya*. Program CSR dari masing-masing providerpun berbeda-beda.

Berdasarkan laporan akhir tahun 2010, provider Indosat mengeluarkan biaya sebesar Rp. 13 miliar untuk program-program CSR. Dana ini digunakan untuk program-program yang melibatkan masyarakat dan lingkungan serta memastikan setiap aktivitas perusahaan dapat memberikan pengaruh positif kepada seluruh *shareholders*, termasuk para pemegang saham, pelanggan, karyawan, mitra usaha, masyarakat dan lingkungan.

Dalam program ini, kita ambil contoh semisal jika bekerjasama dengan provider Indosat, kita tahu dana yang telah disediakan untuk program CSR pada tahun 2010 sebanyak 13 miliar, semisal sebanyak 1% saja dari dana tersebut kita gunakan untuk penggarapan *smoking effect video learning* ini yaitu Rp.130.000.000,00. Misalkan video tersebut berukuran 5 MB. Apabila tarif internet yang dipatok oleh operator telepon sebesar Rp. 1/KB, maka untuk mendownload aplikasi sebesar 5 MB (5000 KB), biaya yang dikeluarkan = 5000 KB x Rp. 1/KB = Rp. 5.000,00. Bayangkan jika itu disebar dengan menggunakan biaya program CSR yang sebanyak

Rp.130.000.000,00 tadi. Hitungannya Rp. 130.000.000,00 : Rp. 5000 = 26.000. Video tersebut sudah tersebar ke sebanyak 26 ribu pengguna. Itu hanya dengan menggunakan 1% dari biaya CSR dan itu hanya dilakukan pada satu provider saja. Bayangkan apabila semua provider melakukan hal ini. Jangkauan penyebaran pasti akan semakin luas ke para pengguna *handphone*. Dan diharapkan akan lebih efektif karena banyak pengguna yang akan mengakses.

Mengingat banyaknya kasus merokok yang sekarang ini marak terjadi adalah pada anak usia remaja. Sasaran penyebaran utama video ini bisa difokuskan pada anak usia remaja. Tentunya setiap provider tahu, karena setiap pengguna *handphone* pasti mendaftarkan terlebih dahulu nomor providernya. Setiap provider tentunya mempunyai database dari masing-masing pengguna karena saat mendaftar mereka diwajibkan mencantumkan tanggal lahir. Ini membantu provider memfokuskan penyebaran video *smoking effect* ke sasaran yang lebih spesifik yaitu remaja.

KESIMPULAN

Dari pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode video "*smoking effect learning*" diharapkan cukup efektif. Media pembelajaran video yang digunakan dapat diakses oleh berbagai kalangan dengan mudah melalui *handphone*. Sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK), saat ini penggunaan alat bantu atau media teknologi menjadi semakin canggih. Dalam hal ini, para remaja akan lebih tertarik untuk belajar dari video yang penayangkannya tidak hanya gambar melainkan juga suara. Di video tersebut akan ditampilkan berupa yang efek yang ditimbulkan akibat dari merokok yang secara nyata memang terjadi di masyarakat dan akan disebarkan melalui *handphone* melalui kerjasama dengan provider *handphone* yang ada.

Banyak golongan yang diuntungkan dari jalannya program ini, selain sebagai media promosi masing-masing provider. Program ini

juga dapat membantu menekan kasus merokok yang marak sekarang ini di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Baker B. T., dkk. 2004. *School-related stress and psychosomatic symptoms among Norwegian adolescents: Annual Review of Psychology*, (Online), (<http://www.proquest.com/>).
2. Dermawan, & Setiawati. (2008). *Media audiovisual*. Jakarta: EGC.
3. Durkin, K., 1995. *Developmental Social Psychology From Infancy to Old Age*. Cambridge: Blackwell Publisher.
4. Gatchel, R. J. 1989. *An Introduction to Health Psychology*. New York: Mc Graw-Hill Book Company.
5. Herawati. 2002. *Pendidikan kesehatan dalam keperawatan*. Jakarta: EGC.
6. Juliantara. 2009. *Media Audiovisual*. Jakarta: EGC.
7. Komalasari, D. & 2000. *Faktor-Faktor Penyebab perilaku Merokok Pada remaja*. In Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada, 2. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Press.
8. Levy, M.R., 1984. *Lyve and Health*. New York: Random House.
9. Margiono, Ari. 2006. *Menuju Corporate Sosial Ledership*. Suara Pembaharuan, 11 Mei 2006.
10. Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi kesehatan ilmu perilaku*. Jakarta: Sagung Seto.
11. Ogden, Jane. 2000. *Health Psychology*. Buckingham: Open University Press.
12. Sarafino, E. 1994. *Health Psychology (2nd ed)*. Washington, DC: Mc Graw-Hil.
13. Sitepoe, Mangku. 2000. *Kekhususan Rokok Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana.
14. Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Semarang: PT. Gramedia.
15. Susanto, A.B. 2007. *A Strategic Management Approach, CSR*. Jakarta: The Jakarta Consulting Group.
16. Republika. 1988. *Lebih Tiga Juta Meninggal karena Tembakau dalam Setahun*. Harian Republika, 30 Oktober 1998.
17. Republika. 1998. *Dibanding AIDS dan TBC, Merokok Lebih Banyak Mematikan*. Harian Republika, 30 November 1998.
18. Tandra, Hans. 2003. Merokok dan Kesehatan, http://www.antirokok.or.id/berita/berita_rokok_kesehatan.htm (online).