

PENGARUH INFORMASI KESEHATAN REPRODUKSI DALAM MENGURANGI KEBIASAAN MEROKOK PADA REMAJA PUTRI

Achmad Sandy Firmansyah¹, Istifani Salsabila Putri², Maulidya Dwi Solfianita³

sandyachmad697@gmail.com¹, istifaniputri1619@gmail.com²,

maulidyacantik1112@gmail.com³

Universitas Yudharta

ABSTRAK

Kebiasaan merokok pada remaja putri menjadi permasalahan yang semakin mengkhawatirkan, mengingat dampak buruknya terhadap kesehatan reproduksi. Studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh informasi kesehatan reproduksi dalam mengurangi kebiasaan merokok pada remaja putri melalui pendekatan studi literatur. Dengan mengkaji berbagai sumber ilmiah terkait, penelitian ini mengungkapkan bahwa edukasi yang komprehensif mengenai dampak merokok terhadap sistem reproduksi, seperti gangguan menstruasi, infertilitas, dan risiko kanker, dapat meningkatkan kesadaran dan motivasi remaja putri untuk menghindari atau menghentikan kebiasaan merokok. Namun, keberhasilan intervensi ini juga bergantung pada strategi penyampaian informasi yang efektif, serta mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti lingkungan sosial dan tekanan teman sebaya. Studi ini menyimpulkan bahwa informasi kesehatan reproduksi dapat menjadi kunci dalam upaya mengurangi kebiasaan merokok pada remaja putri, namun perlu didukung oleh pendekatan holistik yang melibatkan berbagai pihak terkait.

Kata kunci: Kesehatan, Reproduksi, Merokok, Remaja, Putri.

PENDAHULUAN

Prevalensi merokok pada remaja putri telah menjadi perhatian serius dalam beberapa tahun terakhir. Berdasarkan data statistik, jumlah remaja putri yang merokok, baik sebagai perokok aktif maupun perokok pasif, menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Di berbagai negara, termasuk Indonesia, survei menunjukkan bahwa persentase remaja putri yang merokok terus meningkat. Menurut data dari Global Youth Tobacco Survey (GYTS), prevalensi merokok di kalangan remaja putri di beberapa negara mencapai lebih dari 10% (Dwi Shinta Andarini, 2008).

Selain itu, banyak remaja putri yang terpapar asap rokok sebagai perokok pasif di rumah atau tempat umum, yang juga memiliki risiko kesehatan yang signifikan. Tingginya angka ini mengindikasikan kebutuhan mendesak untuk intervensi yang efektif guna mengurangi kebiasaan merokok pada kelompok ini, baik melalui pendidikan, kampanye kesehatan, maupun kebijakan yang lebih ketat terkait penjualan rokok kepada remaja.

Merokok memiliki dampak yang sangat merugikan bagi kesehatan reproduksi wanita. Paparan zat-zat kimia berbahaya dalam rokok dapat menyebabkan berbagai masalah reproduksi, mulai dari gangguan menstruasi hingga risiko kanker. Salah satu dampak yang paling umum adalah gangguan siklus menstruasi, termasuk menstruasi yang tidak teratur atau dismenore (nyeri menstruasi yang parah). Selain itu, merokok juga berkontribusi pada meningkatnya risiko infertilitas atau ketidaksuburan.

Hal ini disebabkan oleh penurunan kualitas sel telur serta gangguan pada ovulasi. Selama kehamilan, wanita yang merokok memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami komplikasi seperti keguguran, kelahiran prematur, dan berat badan bayi lahir rendah. Selain itu, rokok juga meningkatkan risiko kanker serviks dan kanker payudara, dua jenis

kanker yang sangat memengaruhi kesehatan reproduksi wanita.

Misalnya, wanita perokok memiliki risiko dua kali lipat lebih tinggi untuk mengembangkan kanker serviks dibandingkan dengan non-perokok. Semua dampak negatif ini menekankan pentingnya upaya pencegahan dan penghentian merokok di kalangan wanita, khususnya remaja putri, untuk menjaga kesehatan reproduksi dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Banyak remaja putri yang kurang menyadari bahaya merokok, khususnya terhadap kesehatan reproduksi mereka. Ketidapahaman ini seringkali berasal dari kurangnya informasi yang memadai dan akurat mengenai dampak jangka panjang dari merokok. Remaja cenderung lebih fokus pada efek jangka pendek seperti tekanan sosial atau kesan "keren" yang diasosiasikan dengan merokok, tanpa mempertimbangkan konsekuensi serius yang dapat memengaruhi kesehatan mereka di masa depan (Lestary & Sugiharti, 2011).

Tanpa pemahaman yang jelas tentang risiko seperti gangguan menstruasi, infertilitas, komplikasi kehamilan, dan peningkatan risiko kanker reproduksi, motivasi untuk menghindari atau berhenti merokok menjadi sangat rendah. Hal ini membuat mereka lebih rentan untuk memulai kebiasaan merokok atau sulit untuk berhenti jika sudah terlanjur menjadi perokok.

Meningkatkan kesadaran remaja putri tentang dampak negatif merokok terhadap kesehatan reproduksi sangat penting untuk mencegah dan mengurangi kebiasaan merokok. Edukasi kesehatan reproduksi yang tepat dan komprehensif dapat memainkan peran kunci dalam hal ini. Dengan memberikan informasi yang jelas, faktual, dan mudah dimengerti mengenai bagaimana rokok dapat memengaruhi sistem reproduksi mereka, remaja putri dapat lebih memahami konsekuensi nyata dari merokok.

Program edukasi yang efektif dapat mencakup penjelasan tentang gangguan menstruasi, risiko infertilitas, komplikasi kehamilan, serta risiko kanker serviks dan payudara yang meningkat akibat merokok. Selain itu, edukasi ini sebaiknya juga melibatkan pendekatan yang interaktif dan relatable, seperti diskusi kelompok, seminar, dan penggunaan media sosial, untuk memastikan pesan tersampaikan dengan baik dan dapat diterima oleh remaja. Dengan meningkatnya kesadaran dan pemahaman, remaja putri akan lebih termotivasi untuk menghindari atau berhenti merokok demi menjaga kesehatan reproduksi dan kesejahteraan mereka di masa depan (Sari & Pusat, 2009).

Penelitian ini dapat mengeksplorasi berbagai strategi efektif untuk memberikan informasi kesehatan reproduksi kepada remaja putri. Salah satu pendekatan yang bisa dilakukan adalah melalui program pendidikan yang terintegrasi ke dalam kurikulum sekolah, di mana materi tentang bahaya merokok dan kesehatan reproduksi disampaikan secara komprehensif dan berkelanjutan. Selain itu, kampanye kesehatan yang menarik dan interaktif juga dapat memainkan peran penting. Misalnya, penggunaan media sosial, video edukatif, dan influencer kesehatan dapat membantu menyebarkan pesan secara luas dan menjangkau lebih banyak remaja putri.

Pelatihan khusus yang melibatkan tenaga kesehatan dan konselor juga dapat memberikan dukungan langsung dan personal bagi mereka yang membutuhkan bantuan untuk berhenti merokok. Intervensi ini harus dirancang sedemikian rupa agar sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik remaja, memastikan bahwa informasi yang disampaikan relevan, menarik, dan mudah dipahami. Dengan mempertimbangkan berbagai faktor lain yang mempengaruhi kebiasaan merokok pada remaja putri. Lingkungan sosial, misalnya, memainkan peran besar dalam pembentukan kebiasaan ini.

Remaja yang tumbuh di lingkungan dengan tingkat merokok tinggi, baik di rumah maupun di komunitas, cenderung lebih mungkin untuk merokok. Tekanan teman sebaya

juga merupakan faktor signifikan, karena keinginan untuk diterima dan tidak ingin merasa terasing sering mendorong remaja untuk mencoba merokok. Selain itu, faktor psikologis seperti stres, kecemasan, dan masalah emosional lainnya sering kali menjadi pemicu remaja untuk merokok sebagai cara untuk mengatasi atau mengalihkan perhatian dari masalah mereka. Dengan memahami dan memperhitungkan semua faktor ini, strategi intervensi dapat lebih disesuaikan dan efektif dalam membantu remaja putri menghindari atau berhenti merokok (Susanto, 2010)

METODOLOGI

Metode penerapan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi literatur merupakan pendekatan yang kuat dan informatif dalam menjelajahi kompleksitas isu-isu yang terkait dengan subjek yang diteliti. Dalam konteks penerapan penelitian, metode ini memberikan kesempatan untuk secara mendalam menganalisis literatur yang ada tentang topik tertentu, mengeksplorasi temuan-temuan dari berbagai penelitian sebelumnya, dan menyusun sintesis yang komprehensif dari wawasan-wawasan yang ditemukan. Proses penelitian dimulai dengan identifikasi topik yang relevan, diikuti dengan pencarian dan seleksi literatur yang sesuai dengan kriteria inklusi yang ditetapkan. Setelah literatur-literatur terpilih dikumpulkan, dilakukan analisis mendalam terhadap temuan-temuan yang relevan, mengidentifikasi pola, tema, dan tren yang muncul dari penelitian sebelumnya (Assyakurrohim, Ikhrum, Sirodj, & Afgani, 2022).

Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan pemahaman yang dalam tentang kerangka konseptual yang ada, memperoleh wawasan baru, dan mengidentifikasi kesenjangan pengetahuan yang perlu diteliti lebih lanjut. Dengan menggunakan metode ini, peneliti dapat menghasilkan penelitian yang kualitatif yang berharga dan memberikan kontribusi signifikan terhadap pemahaman terhadap topik yang diteliti, baik secara teoritis maupun praktis (Ramli, Suliwati, Karimuddin, Khaidir, & Jahja, 2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Efektivitas Program Edukasi Kesehatan Reproduksi

Evaluasi keberhasilan program edukasi kesehatan reproduksi dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri tentang dampak merokok terhadap sistem reproduksi sangatlah krusial. Melalui metode evaluasi yang terstruktur, seperti survei sebelum dan sesudah program, wawancara mendalam, serta focus group discussion, dapat diukur sejauh mana pemahaman dan kesadaran peserta meningkat (Nopianto & Yuliani, 2022).

Indikator keberhasilan mencakup peningkatan skor pengetahuan tentang bahaya merokok, perubahan sikap terhadap merokok, serta peningkatan motivasi untuk menghindari atau berhenti merokok. Hasil evaluasi dapat menunjukkan, misalnya, bahwa setelah mengikuti program, persentase remaja putri yang memahami risiko infertilitas dan komplikasi kehamilan akibat merokok meningkat secara signifikan. Selain itu, program yang berhasil juga diharapkan mampu menurunkan prevalensi merokok di kalangan remaja putri serta meningkatkan partisipasi mereka dalam kegiatan promosi kesehatan.

Dengan analisis data yang komprehensif, program dapat terus disempurnakan untuk mencapai hasil yang lebih optimal dan memberikan dampak positif jangka panjang terhadap kesehatan reproduksi remaja putri. Analisis perubahan sikap dan perilaku remaja putri sebelum dan sesudah mengikuti program edukasi kesehatan reproduksi memberikan wawasan yang penting tentang efektivitas program tersebut.

Sebelum mengikuti program, banyak remaja putri mungkin memiliki sikap permisif terhadap merokok, dengan pemahaman yang minim tentang dampak negatifnya terhadap kesehatan reproduksi. Perilaku merokok atau ketertarikan untuk mencoba merokok mungkin masih tinggi, dipengaruhi oleh tekanan teman sebaya dan kurangnya pengetahuan. Setelah mengikuti program, perubahan sikap yang signifikan sering terlihat.

Remaja putri mulai menunjukkan kesadaran yang lebih tinggi tentang risiko seperti infertilitas, komplikasi kehamilan, dan kanker reproduksi akibat merokok. Selain itu, mereka cenderung mengadopsi sikap yang lebih negatif terhadap merokok dan meningkatkan keinginan untuk menjauh dari kebiasaan tersebut. Dalam perilaku sehari-hari, hasil program yang berhasil akan terlihat dari penurunan jumlah remaja putri yang merokok, peningkatan partisipasi dalam kampanye anti-rokok, serta lebih banyaknya tindakan proaktif dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka. Analisis ini dapat dilakukan melalui survei, wawancara, dan observasi yang mendalam untuk memastikan perubahan yang terjadi adalah hasil langsung dari program edukasi yang diberikan (Johariyah & Mariati, 2018).

Keberhasilan program edukasi kesehatan reproduksi untuk remaja putri dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung dan penghambat. Faktor pendukung utama mencakup keterlibatan aktif dari pihak sekolah dan keluarga, yang berperan penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pendidikan kesehatan. Dukungan dari tenaga kesehatan profesional dan konselor yang kompeten juga sangat berpengaruh, karena mereka dapat memberikan informasi yang akurat dan bimbingan yang personal. Selain itu, penggunaan metode edukasi yang interaktif dan menarik, seperti diskusi kelompok, simulasi, dan media digital, membantu meningkatkan partisipasi dan pemahaman remaja.

Sebaliknya, faktor penghambat bisa datang dari lingkungan sosial yang tidak mendukung. Misalnya, jika remaja putri berada dalam komunitas yang tingkat merokoknya tinggi, mereka mungkin menghadapi tekanan sosial untuk merokok meskipun telah mengikuti program edukasi. Kurangnya sumber daya, seperti materi edukasi yang kurang lengkap atau akses terbatas ke tenaga kesehatan, juga dapat menghambat efektivitas program. Selain itu, sikap apatis atau ketidakpercayaan terhadap informasi yang disampaikan dalam program dapat menjadi hambatan signifikan (Fauziah, 2021).

Untuk mengatasi ini, program harus dirancang secara holistik dengan melibatkan semua pemangku kepentingan dan memastikan bahwa pesan yang disampaikan relevan, menarik, dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memahami dan mengatasi faktor-faktor ini, program edukasi kesehatan reproduksi dapat mencapai hasil yang lebih optimal dan berkelanjutan (Dermawan, Suharto, & Rahayuningsih, 2017).

Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dan Kebiasaan Merokok

Studi literatur menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dan prevalensi merokok pada remaja putri. Penelitian-penelitian terdahulu mengindikasikan bahwa remaja putri dengan pengetahuan yang tinggi tentang kesehatan reproduksi cenderung memiliki prevalensi merokok yang lebih rendah (Ariasti & Ningsih, 2020).

Hal ini disebabkan oleh pemahaman yang lebih baik tentang risiko jangka panjang merokok terhadap sistem reproduksi, termasuk infertilitas, komplikasi kehamilan, dan kanker reproduksi. Sebaliknya, remaja dengan pengetahuan yang terbatas cenderung meremehkan atau bahkan tidak menyadari bahaya ini, sehingga lebih rentan untuk merokok. Misalnya, sebuah studi yang melibatkan survei terhadap remaja putri di beberapa sekolah menengah menunjukkan bahwa mereka yang mengikuti program

edukasi kesehatan reproduksi secara intensif memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi dan prevalensi merokok yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak mengikuti program serupa.

Studi ini juga mengungkap bahwa peningkatan pengetahuan sering kali disertai dengan perubahan sikap yang lebih negatif terhadap merokok dan peningkatan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Temuan-temuan ini menegaskan pentingnya edukasi kesehatan reproduksi yang komprehensif dalam upaya mengurangi kebiasaan merokok di kalangan remaja putri (Ariska & Yuliana, 2021).

Dengan meningkatkan pengetahuan mereka tentang dampak merokok terhadap kesehatan reproduksi, program edukasi dapat secara efektif menurunkan prevalensi merokok dan membantu menciptakan generasi yang lebih sehat dan sadar akan risiko kesehatan.

Eksplorasi faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kebiasaan merokok, seperti lingkungan sosial, tekanan teman sebaya, dan faktor psikologis, membuka wawasan yang penting dalam memahami dinamika perilaku merokok pada remaja putri. Lingkungan sosial memainkan peran besar dalam membentuk kebiasaan merokok. Remaja putri yang terpapar pada lingkungan di mana merokok dianggap normatif atau bahkan diterima, seperti keluarga di mana salah satu anggota merokok atau teman sebaya yang aktif merokok, cenderung lebih mungkin untuk memulai atau melanjutkan kebiasaan merokok.

Tekanan teman sebaya juga merupakan faktor yang signifikan. Remaja sering kali merasa perlu untuk menyesuaikan diri dengan norma sosial yang ada di lingkungan mereka, termasuk dalam hal perilaku merokok, demi mendapatkan penerimaan atau merasa termasuk dalam kelompok mereka. Selain itu, faktor psikologis seperti stres, kecemasan, dan masalah emosional juga dapat mempengaruhi kebiasaan merokok.

Remaja sering menggunakan merokok sebagai cara untuk mengatasi stres atau tekanan emosional, atau sebagai bentuk pelarian dari masalah pribadi yang mereka hadapi. Dengan memahami kompleksitas interaksi antara faktor-faktor ini, program intervensi dapat dirancang untuk mengatasi tidak hanya aspek pengetahuan tentang bahaya merokok, tetapi juga faktor-faktor lingkungan dan psikologis yang mendorong kebiasaan merokok pada remaja putri (Eko, Sinaga, Yatna, & Lebak, 2016).

Identifikasi pengetahuan kesehatan reproduksi yang paling berpengaruh dalam mengurangi kebiasaan merokok memerlukan pemahaman mendalam tentang hubungan antara pemahaman tentang risiko merokok terhadap sistem reproduksi dan perilaku merokok. Dalam konteks ini, pengetahuan tentang dampak merokok terhadap kesuburan dan kemampuan untuk memiliki keturunan mungkin merupakan salah satu faktor yang paling berpengaruh. Remaja putri yang memahami bahwa merokok dapat menyebabkan infertilitas atau kesulitan untuk hamil di masa depan cenderung lebih termotivasi untuk menghindari atau berhenti merokok (Maryatun & Purwaningsih, 2012).

Selain itu, pengetahuan tentang risiko komplikasi kehamilan juga dapat memiliki dampak besar. Remaja putri yang menyadari bahwa merokok dapat meningkatkan risiko keguguran, kelahiran prematur, atau berat badan bayi lahir rendah, mungkin lebih cenderung untuk mempertimbangkan dampak tersebut ketika membuat keputusan terkait merokok.

Namun demikian, penting juga untuk memperhitungkan bahwa semua aspek pengetahuan kesehatan reproduksi memiliki nilai penting dalam mengurangi kebiasaan merokok. Misalnya, pemahaman tentang risiko kanker reproduksi atau gangguan menstruasi juga dapat memengaruhi sikap dan perilaku terkait merokok. Pengetahuan yang paling berpengaruh dalam mengurangi kebiasaan merokok pada remaja putri mungkin tergantung pada konteks individu dan faktor-faktor lain yang terlibat dalam

keputusan mereka untuk merokok.

Oleh karena itu, program intervensi yang efektif harus mencakup informasi yang komprehensif tentang semua dampak merokok terhadap kesehatan reproduksi, sehingga memberikan pemahaman yang lengkap dan mendorong perubahan perilaku yang positif.

Strategi Intervensi Yang Efektif

Evaluasi berbagai metode penyampaian informasi kesehatan reproduksi, seperti penyuluhan langsung, media sosial, atau kampanye publik, memberikan wawasan yang berharga tentang efektivitas dan keunggulan relatif dari setiap pendekatan tersebut. Penyuluhan langsung, seperti seminar atau lokakarya, menawarkan kesempatan untuk berinteraksi langsung dengan peserta, memungkinkan pertukaran langsung informasi dan diskusi yang mendalam tentang topik kesehatan reproduksi.

Keunggulan metode ini termasuk kemampuan untuk menangani pertanyaan secara langsung dan memberikan informasi yang disesuaikan dengan kebutuhan individu. Di sisi lain, media sosial telah menjadi platform yang semakin populer untuk menyampaikan informasi kesehatan reproduksi kepada remaja. Media sosial menawarkan keunggulan dalam hal jangkauan yang luas, keterlibatan yang interaktif, dan kemampuan untuk menyampaikan pesan secara kreatif dan menarik (Pefbrianti, Hidayat, & Hasaini, 2022).

Kampanye publik, baik melalui media tradisional maupun daring, juga dapat mencapai audiens yang lebih luas, tetapi sering kali memerlukan investasi yang lebih besar dalam hal sumber daya dan strategi pemasaran. Dalam mengevaluasi berbagai metode penyampaian informasi kesehatan reproduksi, penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor seperti efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran, jangkauan audiens target, keterlibatan peserta, dan biaya serta efisiensi.

Sebuah pendekatan yang efektif mungkin melibatkan kombinasi dari beberapa metode, yang memanfaatkan keunggulan masing-masing untuk mencapai hasil yang optimal. Dengan memahami kelebihan dan kekurangan dari setiap metode, program penyuluhan kesehatan reproduksi dapat dirancang untuk mencapai dampak yang maksimal dan memberikan manfaat yang signifikan bagi remaja putri dalam mengambil keputusan yang sehat tentang kesehatan reproduksi mereka.

Analisis dampak intervensi jangka panjang dalam mempertahankan perubahan perilaku merokok pada remaja putri adalah langkah penting dalam mengevaluasi efektivitas program-program tersebut. Intervensi yang sukses dalam mengubah perilaku merokok remaja putri harus mampu menciptakan perubahan yang berkelanjutan dan tidak hanya bersifat sementara. Studi-studi jangka panjang telah menunjukkan bahwa program-program yang menawarkan pendekatan holistik, yang mencakup pendidikan kesehatan reproduksi, dukungan sosial, dan pengembangan keterampilan tahan rokok, memiliki dampak yang lebih berkelanjutan.

Misalnya, program-program yang melibatkan penggunaan konselor atau kelompok dukungan dapat memberikan remaja putri alat yang diperlukan untuk mengatasi tantangan dan tekanan yang mungkin timbul selama proses berhenti merokok. Dengan mendapatkan dukungan dari sesama dan profesional yang terlatih, mereka dapat meningkatkan kemampuan mereka untuk mengatasi godaan dan stres yang mungkin memicu kembali kebiasaan merokok (Zakiah, Sihombing, Kamaruddin, Salomon, & Anshari, 2023).

Pendekatan yang mengintegrasikan pendidikan kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum sekolah atau kegiatan ekstrakurikuler dapat memastikan bahwa informasi tentang bahaya merokok dan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi terus dipahami dan diinternalisasi oleh remaja putri dalam jangka panjang. Melalui penguatan pengetahuan dan sikap yang diperoleh dari program-program ini, remaja putri dapat terus

mempertahankan keputusan mereka untuk tidak merokok atau untuk berhenti merokok.

Namun demikian, penting untuk diingat bahwa mempertahankan perubahan perilaku merupakan tantangan yang berkelanjutan, dan program-program intervensi harus terus dipantau dan disesuaikan sesuai dengan kebutuhan dan dinamika yang berkembang dari kelompok sasaran. Dengan pendekatan yang berkelanjutan dan holistik, diharapkan dampak intervensi terhadap perubahan perilaku merokok pada remaja putri dapat dipertahankan dan memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi kesehatan mereka dalam jangka panjang.

Untuk mengurangi kebiasaan merokok pada remaja putri secara efektif dan berkelanjutan, diperlukan pendekatan intervensi yang holistik dan komprehensif. Strategi intervensi yang terbukti efektif mencakup kombinasi dari beberapa pendekatan, seperti (Suprayitno & Damayanti, 2020):

- a. Integrasi informasi tentang bahaya merokok dan kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum sekolah atau kegiatan ekstrakurikuler dapat membantu memperkuat pemahaman remaja putri tentang dampak merokok terhadap sistem reproduksi. Melalui pendekatan ini, pengetahuan dan kesadaran mereka tentang risiko kesehatan reproduksi yang ditimbulkan oleh merokok dapat ditingkatkan secara berkelanjutan.
- b. Penyediaan layanan konseling dan kelompok dukungan dapat memberikan remaja putri bimbingan dan dukungan yang dibutuhkan untuk mengatasi tekanan dan tantangan dalam berhenti merokok. Dengan mendapatkan dukungan dari sesama dan profesional yang terlatih, mereka dapat meningkatkan keterampilan mereka dalam mengelola godaan untuk merokok dan meningkatkan kepercayaan diri mereka untuk mempertahankan keputusan untuk tidak merokok.
- c. Kampanye kesehatan masyarakat yang menggunakan berbagai media, termasuk media sosial, poster, dan iklan di media massa, dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya merokok dan mendorong perubahan sikap yang lebih positif terhadap rokok. Kampanye ini dapat menekankan pesan-pesan tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan mendorong remaja putri untuk membuat pilihan sehat dengan tidak merokok.
- d. Program-program yang mengajarkan remaja putri keterampilan tahan rokok, seperti manajemen stres, pengambilan keputusan, dan keterampilan komunikasi, juga dapat membantu mereka mengatasi godaan untuk merokok dan mengelola tekanan dari lingkungan sosial yang mendukung merokok.

Dengan menerapkan kombinasi dari strategi intervensi ini, diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung bagi remaja putri untuk menghindari atau berhenti merokok, serta membantu mereka menjaga kesehatan reproduksi mereka dengan lebih baik dalam jangka panjang (Suprayitno & Damayanti, 2020)

KESIMPULAN

Merokok telah menjadi ancaman serius bagi kesehatan remaja putri, terutama pada sistem reproduksi yang sangat rentan terhadap paparan zat-zat berbahaya dalam asap rokok. Namun, seringkali kurangnya pemahaman tentang dampak merokok terhadap kesehatan reproduksi menjadi faktor utama yang mendorong remaja putri untuk tetap menjadi perokok aktif maupun pasif. Penelitian ini mengungkapkan bahwa pemberian informasi kesehatan reproduksi secara komprehensif dapat menjadi kunci untuk mengurangi kebiasaan merokok pada remaja putri.

Melalui program edukasi yang dirancang dengan baik, remaja putri dapat memperoleh pengetahuan yang mendalam tentang bahaya merokok terhadap sistem

reproduksi, seperti gangguan menstruasi, infertilitas, komplikasi kehamilan, dan risiko kanker serviks atau kanker payudara. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dan penurunan prevalensi merokok pada remaja putri. Semakin banyak informasi yang diterima, semakin besar pula kesadaran dan motivasi untuk menghindari kebiasaan merokok.

Namun, keberhasilan intervensi ini tidak hanya bergantung pada penyampaian informasi semata. Penelitian juga mengidentifikasi strategi yang paling efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan reproduksi, seperti melalui penyuluhan langsung, media sosial, atau kampanye publik. Faktor-faktor lain seperti lingkungan sosial, tekanan teman sebaya, dan faktor psikologis juga harus dipertimbangkan untuk memastikan perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Dengan memperkaya pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi dan mengembangkan strategi intervensi yang tepat, kita dapat membantu melindungi generasi muda dari bahaya merokok dan menjamin masa depan yang sehat bagi sistem reproduksi mereka. Penelitian ini menegaskan pentingnya edukasi kesehatan reproduksi sebagai langkah preventif dalam mengurangi kebiasaan merokok pada remaja putri dan menjaga kesehatan mereka secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariasti, D., & Ningsih, E. D. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Lingkungan Sosial Dengan Perilaku Merokok. *KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan*. <https://doi.org/10.37831/jik.v8i1.186>
- Ariska, A., & Yuliana, N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Sikap Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Di Smp N 2 Jatipuro. *Jurnal Stethoscope*, 1(2), 138–144. <https://doi.org/10.54877/stethoscope.v1i2.814>
- Assyakurrohim, D., Ikham, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 1–9. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1951>
- Dermawan, D., Suharto, B., & Rahayuningsih, T. (2017). Usaha Peningkatan Kesehatan Reproduksi, Pencegahan Napza, Merokok, dan Implementasi Undang-Undang Kesehatan. *Abdimas Unwahas*, 2(1), 9–14. Retrieved from <https://publikasiilmiah.unwahas.ac.id/index.php/ABD/article/view/1787>
- Dwi Shinta Andarini, S. E. P. (2008). Efektivitas Pemberian Informasi Kesehatan Reproduksi Terhadap Penurunan Perilaku Merokok Pada Remaja Putri. *Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta*, 2(2), 15–21. Retrieved from <https://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/Santi-Esterlita-Dwi-Shinta-A.pdf>
- Eko, S., Sinaga, N., Yatna, A., & Lebak, Y. (2016). Hubungan antara pengetahuan tentang rokok, teman sebaya, orang tua yang merokok, dan iklan rokok terhadap perilaku merokok pada mahasiswa akademik kesehatan X di Rangkasbitung. *Jurnal Community of Publishing in Nursing*, 4(2), 1–5. Retrieved from <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1354380&val=956&title=HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG ROKOK TEMAN SEBAYA ORANG TUA YANG MEROKOK DAN IKLAN ROKOK TERHADAP PERILAKU MEROKOK PADA MAHASISWA AKADEMI KESEHATAN X DI RANGKASBITUNG>
- Fauziah, E. N. (2021). Fostering cadres in educating adolescent reproductive health to youth family associations. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Permata Indonesia*, 5(2), 25–29.
- Johariyah, A., & Mariati, T. (2018). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Pemberian Modul Terhadap Perubahan Pengetahuan Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 4(1), 38. <https://doi.org/10.29241/jmk.v4i1.100>
- Lestary, H., & Sugiharti. (2011). Perilaku Berisiko Remaja Di Indonesia Menurut Survey

- Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (Skrri) Tahun 2007. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 1, 136–144.
- Maryatun, & Purwaningsih, W. (2012). Hubungan pengetahuan dan peran keluarga dengan perilaku seks pranikah pada remaja anak jalanan di Kota Surakarta. *Gaster*, 9(1), 22–29.
- Nopianto, P., & Yuliani, I. (2022). Efektivitas Penerapan Pengetahuan Dampak Bahaya Merokok terhadap Kesehatan Reproduksi pada Siswa/Siswi Kelas 10 di Sma Pusaka Nusantara 2 Bekasi. *Malahayati Nursing Journal*, 4(9), 2233–2242. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i9.6905>
- Pefbrianti, D., Hidayat, T., & Hasaini, A. (2022). Intervensi SBGC Adalah Metode yang Efektif pada Remaja Dengan Perilaku Merokok. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3), 1557–1564.
- Ramli, E. M. R., Suliwati, S. E. S. D., Karimuddin, B. T. A. N., Khaidir, M. H. A. N. S., & Jahja, A. S. (2023). Metodologi Penelitian Kualitatif.
- Sari, P., & Pusat, H. (2009). Perilaku Berisiko Dan Permasalahan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja, 1–10.
- Suprayitno, E., & Damayanti, C. N. (2020). Intervensi Supportive Educative Berbasis Caring Meningkatkan Self Care Management Penderita Hipertensi. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 8(3), 460. <https://doi.org/10.20527/dk.v8i3.9067>
- Susanto, T. (2010). Effect Of Family Nursing Therapy To Family Self Sufficiency Level With Adolescent Reproductive Health Issues In Ratujoya, Depok Tantut Susanto. *Jurnal Keperawatan*, 1(2), 190–198. Retrieved from <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/412>
- Zakiah, Z., Sihombing, Y. A., Kamaruddin, M. I., Salomon, G. A., & Anshari, M. (2023). Tingkat Stress Dengan Perilaku Merokok Stress Level and Smoking Behavior. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 467–473. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.1118>