

Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan
23 Oktober 2021, Hal. 1531-1537
e-ISSN: 2686-2964

**Deklarasi sebar canting (sehat bebas asap rokok untuk cegah stunting)
di Kalurahan Argodadi, Kapanewon Sedayu, Kab Bantul.**

Hanung Prasetya¹, Tri Siswati²,

Poltekkes Kemenkes Surakarta, Jl Majyen Sutoyo, Mojosongo, Surakarta, Jawa Tengah.¹

Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl Tata Bumi no 3, Banyuraden, Gamping, Sleman²

Yogyakarta,

email : tri.siswati@poltekkesjogja.ac.id

ABSTRAK

Rokok merupakan salah satu penyebab stunting balita. Perilaku orang tua berdampak pada stunting melalui 2 cara, yakni efek langsung pada tumbuh kembang anak dan aspek ekonomi atau biaya belanja konsumsi rokok. Kalurahan Argodadi, Sedayu adalah salah satu desa lokus stunting di Kabupaten Bantul, DIY. Regulasi tentang perilaku merokok di Kabupaten Bantul telah diatur dalam Peraturan Bupati Bantul No 18 tahun 2016 tentang Kawasan Sehat Bebas Asap Rokok. Berdasarkan hasil observasi masih ditemukan masyarakat yang merokok ditempat-tempat umum dan jumlah rokok yang dihisap harian lebih dari 10 batang. Oleh karena itu perlu dukungan literasi, afirmasi, deklarasi dan terapi relaksasi untuk mendukung upaya penurunan stunting melalui indikator perbaikan lingkungan melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 21 Agustus 2021 bertempat di Aula Kalurahan Argodadi, Sedayu, Bantul, DIY. Partisipan sebanyak 25 orang. Metode yang diberikan berupa literasi/penyuluhan/KIE tentang rokok, lingkungan dan stunting serta praktik relaksasi merokok; afirmasi melalui penganangan deklarasi sebar canting, serta terapi relaksasi dengan cara praktik. Hasil kegiatan menyatakan bahwa semua peserta tahu dan paham tentang hubungan antar kebiasaan merokok, lingkungan dan stunting, demonstrasi *self hypnosis*, advokasi melalui deklarasi Sebar Canting. Setelah kegiatan pengetahuan peserta meningkat, bias melakukan *self hypnosis*/relaksasi merokok, dan advokasi melalui deklarasi sebar canting.

Kata kunci : merokok, sebarcanting, stunting

ABSTRACT

Smoking was cause of stunting children. Smoking behavior of parent have an impact on children malnutrition by contradicting growth and development and restriction children food cost for buying cigarette. Argodadi, Sedayu, Bantul, DIY was one of locus stunting. There was regulation namely Peraturan Bupati bantul No 18 2016 concerning about smoking free areas. Our investigation found people smoke in public places and the number of cigarettes smoked daily was more than 10. It was important to support health literacy, affirmation, declaration and relaxation therapy to support stunting reduction through environmental quality improvement. This was a community empowerment to increase good places/environment. The participants were 25 peoples, held on August 21st 2021 in

Kalurahan Argodadi. The methods provided by literacy, counseling, IEC about smoking in health context, smoking and stunting, self hypnosis/smoking relaxation practices, and advocacy using declaratin sebarcanting. The results showed that all participants knew the relationship between smoking, health and it's effect on stunting children, can do self hypnosis and smoking relaxation therapy, and signed the sebarcanting declaration.

Keywords: smoking, declaration, relaxation therapy, stunting

PENDAHULUAN

Program penanganan stunting telah banyak dilakukan baik intervensi yang bersifat spesifik maupun sensitif. Intervensi sensitif memberi kontribusi penanganan stunting sebesar 70% sedangkan intervensi spesifik sebesar 30% (Rosha et al, 2016). Intervensi sensitif meliputi intervensi dengan fokus sasaran penanganan stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu 270 hari didalam kandungan dan 730 hari dari lahir hingga 2 tahun, misalnya ASI eksklusif, Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada ibu hamil dan usia bawah 2 tahun (baduta), suplementasi vitamin A, imunisasi pada bayi dan lain-lain. (Martorell, 2017). Sedangkan intervensi sensitif seperti perbaikan lingkungan, akses air bersih, pengelolaan hygiene dan sanitasi, sampah dan limbah, stop buang air besar sembarangan (BABS), serta kawasan bebas asap rokok (Rosha et al, 2016; Martorell, 2017).

Rokok merupakan salah satu penyebab stunting balita (Beal et al., 2017; Islam et al., 2021; Nadhiroh et al., 2020). Perilaku orang tua berdampak pada stunting melalui 2 cara, yakni efek langsung pada hambatan tumbuh kembang anak dan aspek ekonomi belanja konsumsi rokok (Nadhiroh et al., 2020). Pada beberapa keluarga yang kurang beruntung dari dari aspek ekonomi, anggaran untuk memenuhi kebutuhan balita dan anak-anak merupakan faktor penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Namun pada keluarga yang orang tuanya perokok dan terbatas dari sisi ekonomi, kebutuhan kesehatan balita mungkin bukan prioritas. Orang tua utamanya ayah pada keluarga berpenghasilan rendah dan merokok, biaya makan mungkin dialihkan untuk membeli rokok, sehingga hal ini berkontribusi terhadap terjadinya malnutrisi pada anak (Semba et al., 2007). Sementara itu ibu hamil, bayi anak-anak yang menjadi perokok pasif turut menikmati dampak negatif dari tembakau (Magalhães et al., 2019; Quelhas et al., 2018). Beberapa efek perokok pasif antara lain *sudden infant death syndrom* (SIDS) atau kematian bayi mendadak, cacat bawaan, penyakit pernapasan akut dan kronis, kanker, berat badan lahir rendah, dan lahir pendek (Hikita, et al., 2017; Leonardi et al., 2011).

Menurut Riskesdas tahun 2018, sebanyak 19,49% penduduk usia >10 tahun merokok, dan jumlah orang yang merokok setiap hari hampir 20%. Bahkan menurut survey lain jumlah perokok di DIY >30 % (Dinkes DIY, 2020). Survey terhadap indikator penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di tingkat rumah tangga di DIY menunjukkan bahwa persentase rumah tangga yang menerapkan PHBS pada tahun 2019 adalah sebanyak 46%. Indikator yang paling sulit dipantau adalah kebiasaan merokok di dalam rumah. Semba et al., 2007 melaporkan bahwa sekitar 57,3% anak-anak (13-15 tahun) dan 78,4% orang dewasa terpapar sebagai *secondhand smoker* (SHS) atau perokok pasif. Bayi menjadi rentan terhadap paparan asap rokok karena sebagian besar waktunya dihabiskan di rumah. Hal ini telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan.

Kalurahan Argodadi Kapanewon Sedayu Kab Bantul adalah salah satu desa lokus stunting. Berdasarkan hasil observasi masih ditemukan masyarakat yang merokok ditempat-tempat umum dan jumlah rokok yang dihisap harian lebih dari 10 batang, bahkan puntung rokok berserakan di area kalurahan. Oleh karena itu perlu intervensi dengan memberikan pemahaman melalui literasi, afirmasi, deklarasi dan terapi relaksasi untuk mendukung upaya

penurunan stunting melalui indikator perbaikan lingkungan dengan penerapan ilmu dan teknologi pada kegiatan pengabdian masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Aula Kelurahan Argodadi, Kapanewon Sedayu Kabupaten Bantul, DIY. Tahapan kegiatan meliputi: 1) Focus Group Discussion untuk menggali kebutuhan masyarakat, permasalahan kesehatan secara kualitatif serta sumber daya yang dimiliki masyarakat yang pada tanggal 27 Mei 2021; 2) intervensi terapi relaksasi merokok dengan metode ceramah, diskusi dan praktik, kampanye melalui penandatanganan deklarasi berhenti merokok pada 21 Agustus 2021, 3) follow up intervensi selama 4 minggu melalui whatsapp grup (22 Agustus hingga 18 September 2021). Sasaran kegiatan adalah tokoh masyarakat dan kelompok usia remaja/dewasa awal masyarakat Argodadi sebanyak 25 orang. Keberhasilan kegiatan diukur melalui kehadiran, minat dan antusiasme peserta pada saat kegiatan berlangsung, peningkatan pengetahuan, kemampuan *self hypnosis* terhadap konsumsi rokok, dan deklarasi sebarcanting. Kegiatan dilakukan oleh tim pengabdian 2 orang dosen dan 4 orang mahasiswa.

HASIL, PEMBAHASAN DAN DAMPAK

Karakteristik Partisipan

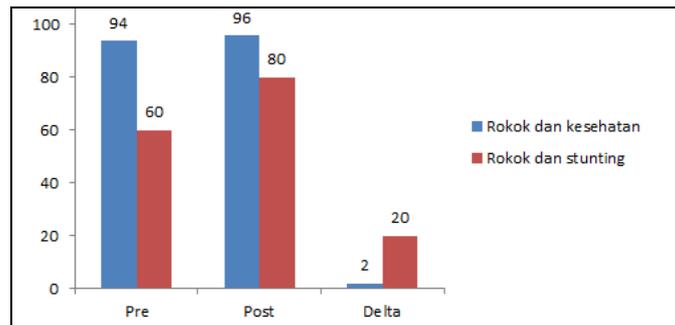
Partisipan kegiatan ini 25 orang, sebagian besar berusia 20-39 tahun, laki-laki dan merokok secara aktif. Secara detail pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik partisipan

Karakteristik	
Usia (tahun)	n
15-20	2
20-39	13
>40	10
Jenis kelamin	
Laki-laki	21
Perempuan	4
Kebiasaan merokok	
Perokok aktif	16
Perokok pasif	7
Tidak terpapar	2

Literasi

Literasi tentang merokok diberikan dalam waktu 40 menit dengan bahan tayang dan LCD. Peserta mengikuti kegiatan dengan antusias. Sebagian besar peserta mengetahui dan memahami tentang merokok hubungannya dengan kesehatan, namun masih sedikit yang mengetahui tentang hubungan merokok/paparan asap rokok dengan kejadian stunting balita. Peningkatan pengetahuan secara detail pada Gambar 1.



Gambar 1. Peningkatan pengetahuan partisipan

Terapi relaksasi dan demonstrasi *self hypnosis*

Hipnoterapi adalah kondisi merilekskan tubuh dengan menggunakan metode hipnosis (Santosa, 2019). Hipnoterapi merupakan terapi relaksasi yang memengaruhi *mind-body soul* serta mampu membawa ke arah kondisi hipnosis, mengalami mental *imagery* dan dapat menerima sugesti terapeutik. Hipnosis dapat mengubah sensasi, persepsi, pikiran, perasaan atau perilaku setelah disugesti. Otak yang telah dipengaruhi sugesti akan memerintahkan sistem saraf pusat secara langsung menstimulus *Reticular Activating System* untuk menurunkan kinerjanya sehingga berdampak pada pelepasan serotonin dari sel-sel spesifik di pons dan batang otak yaitu *Bulbar Synchronizing Regional* (BSR) (Sumarna, 2019). Saat kondisi klien yang rileks, membuat aktivasi RAS selanjutnya menurun dan BSR akan mengambil alih sehingga menyebabkan klien tertidur (Potter & Perry, 2005 dalam Sumarna, 2019).

Self hypnosis adalah menghipnosis diri sendiri yang dapat dilakukan dengan mendengarkan audio hipnoterapi. Sugesti positif yang diberikan mampu memengaruhi persepsi seseorang yang berada dalam kondisi hipnosis sehingga berperilaku ataupun berpersepsi sesuai sugesti yang diberikan dalam hal ini termasuk sugesti untuk berhenti merokok. Klien akan menerima sugesti tanpa dikritisi sehingga mampu merubah perilakunya untuk mengurangi dan berhenti merokok. Demonstrasi relaksasi merokok seperti pada Gambar 2



Gambar 2. Terapi relaksasi dan demonstrasi *self hypnosis*

Deklarasi berhenti merokok

Deklarasi merokok pada kegiatan ini dinamai dengan Deklarasi Sebar Canting (bebas rokok untuk cegah stunting). Deklarasi ini bertujuan untuk memberi penguatan sekaligus advokasi kepada stakeholder atas pengetahuan, niat dan motivasi relaksasi merokok. Dalam komunikasi perubahan perilaku penguatan merupakan aspek penting, karena pengetahuan saja tidak cukup untuk merubah perilaku sehat (Arlinghaus & Johnston, 2017). Dalam deklarasi ini dinyatakan dukungan tokoh masyarakat, lintas program dan lintas sektor secara sepenuhnya menuju Kalurahan yang sehat melalui perubahan perilaku masyarakatnya untuk mengurangi rokok. Deklarasi sebarcanting seperti pada Gambar 3.



Gambar 3. Deklarasi sebar canting (sehat bebas rokok untuk cegah stunting)

Penguatan perilaku relaksasi merokok

Selain literasi, demonstrasi, advokasi melalui deklarasi, maka untuk mencapai berkelanjutan dan berkesinambungan program dibentuk wadah dalam whatsapp grup sebar canting dan kartu kontrol merokok atau karta canting. Hasil pemantauan, monitoring dan evaluasi melalui WAG dan karta canting menyatakan bahwa beberapa efek dari terapi relaksasi berhenti merokok adalah partisipan tidak merokok sama sekali, mengurangi merokok jauh dari kebiasaannya, dan tidak lagi menikmati rokok seperti kenikmatan sebelumnya. Adapun karta canting dan diskusi melalui whatsapp grup pada Gambar 4 dan 5.

Menurut Green dan Kreuter (1993), perubahan perilaku termasuk perilaku sehat memerlukan aspek predisposing, enabling dan reinforcing. Dalam kegiatan ini faktor predisposing untuk bekerjanya perubahan perilaku adalah pengetahuan dan pemahaman partisipan tentang rokok, dukungan pemerintah Kalurahan Argodadi dan tokoh masyarakat, faktor enabling adalah sarana demonstrasi *self hypnosis*, deklarasi sebar canting, kartu pantau rokok/karta canting dan whatapps grup, sedangkan faktor reinforcing yaitu adanya Peraturan Bupati Bantul no 18 tahun 2016 tentang Kawasan Sehat Bebas Asap Rokok dan Perbub No 124 tahun 2018 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.



Gambar 4. Karta Canting (Kartu pantau stop meroko Argodadi cegah stunting)

Gambar 5. Whatsapp grup sebagai sarana penguatan niat dan motivasi mengurangi rokok

SIMPULAN

Secara keseluruhan kegiatan ini mencapai indikator yang diharapkan. Terdapat partisipasi, dukungan pemerintah serta tokoh masyarakat dalam kegiatan literasi, peningkatan pengetahuan partisipan setelah kegiatan, demonstrasi *self hypnosis* dan terapi relaksasi, advokasi melalui deklarasi sebar canting dan penguatan perubahan perilaku melalui whatsapp grup,

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada: 1) Badap PPSDM Kesehatan, 2) Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta atas pembiayaan kegiatan ini, 3) Direktur Poltekkes Surakarta atas kesempatan yang diberikan, 4) Mitra Kalurahan Argodadi beserta segenap perangkat, tokoh masyarakat dan partisipan, 5) Puskesmas Sedayu II, 6) semua pihak yang telah berkontribusi pada kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arlinghaus, K. R., & Johnston, C. A. (2017). Advocating for Behavior Change With Education. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 12(2), 113–116. <https://doi.org/10.1177/1559827617745479>
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (1993). *Health promotion planning: An educational and ecological approach*. McGraw-Hill.
- Hikita, N., Haruna, M., Matsuzaki, M., Sasagawa, E., Murata, M., Oidovsuren, O., & Yura, A. (2007). Prevalence and risk factors of secondhand smoke (SHS) exposure among pregnant women in Mongolia. *Scientific Reports*, 7(1), 16426. <https://doi.org/10.1038/s41598-017-16643-4>
- Islam, S., Rana, M. J., & Mohanty, S. K. (2021). Cooking, smoking, and stunting: Effects of household air pollution sources on childhood growth in India. *Indoor Air*, 31(1), 229–249. <https://doi.org/10.1111/ina.12730>
- Leonardi-Bee, J., Britton, J., & Venn, A. (2011). Secondhand smoke and adverse fetal

- outcomes in nonsmoking pregnant women: a meta-analysis. *Pediatrics*, 127(4), 734–741. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-3041>
- Magalhães, E., Sousa, B. A., Lima, N. P., & Horta, B. L. (2019). Maternal smoking during pregnancy and offspring body mass index and overweight: a systematic review and meta-analysis. *Cadernos de Saude Publica*, 35(12), 176118. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00176118>
- Martorell, R. (2017). Improved nutrition in the first 1000 days and adult human capital and health. *Am J Hum Biol*, 29(2). <https://doi.org/10.1002/ajhb.22952>
- Nadhiroh, S. R., Djokosujono, K., & Utari, D. M. (2020). The association between secondhand smoke exposure and growth outcomes of children: A systematic literature review. *Tobacco Induced Diseases*, 18, 12. <https://doi.org/10.18332/tid/117958>
- Quelhas, D., Kompala, C., Wittenbrink, B., Han, Z., Parker, M., Shapiro, M., Downs, S., Kraemer, K., Fanzo, J., Morris, S., & Kreis, K. (2018). The association between active tobacco use during pregnancy and growth outcomes of children under five years of age: a systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 18(1), 1372. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6137-7>
- Rosha, B. C., Sari, K., Yunita SP, I., Amaliah, N., & Utami, N. (2016). Peran intervensi gizi spesifik dan sensitif dalam perbaikan masalah gizi balita di Kota Bogor. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 44(2), 127–138.
- Santosa, TB. (2019). Efektivitas Hipnoterapi untuk Mengendalikan Nyeri pada Pasien yang Dilakukan Bronkoskopi di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Smart Medical Journal*. Vol 2 No. 1. eISSN: 2621-0916
- Semba, R. D., Kalm, L. M., Pee, S., Ricks, M. O., Sari, M., & Bloem, M. W. (2007). Paternal smoking is associated with increased risk of child malnutrition among poor urban families in Indonesia. *Public Health Nutrition*, 10(1), 7–15. <https://doi.org/10.1017/S136898000722292X>
- Sumarna U, Rosidin U, Suhendar I. (2019). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Prehipertensi/Hipertensi Puskesmas Tarogong Garut. *Jurnal Keperawatan BSI*. Vol. 7. No.1. DOI: <https://doi.org/10.31311/jk.v7i1.3929>
- Tumilowicz, A., Beal, T., & Neufeld, L. M. (2018). *A review of child stunting determinants in Indonesia*. October 2017, 1–10. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>