

TINGKAT PEMAHAMAN TENTANG BAHAYA MEROKOK PADA SISWA KELAS ATAS SD NEGERI KAWUNGANTEN 07 KECAMATAN KAWUNGANTEN KABUPATEN CILACAP TAHUN AJARAN 2016/2017

Oleh : Nurul Ashari
Email : Nurulasharry@yahoo.co.id

Abstrak

Beberapa siswa kelas lima dan enam SD Kawunganten 07 Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap, ada yang belum paham tentang bahaya merokok bagi kesehatan tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman tentang bahaya merokok pada siswa kelas atas SD Negeri Kawunganten 07, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap tahun ajaran 2016/2017.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan pendekatan survei dengan teknik pengambilan data menggunakan tes pilihan ganda. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas atas di SD Negeri Kawunganten 07 Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap dengan sampel yang berjumlah 31 siswa terdiri dari 18 siswa kelas V dan 13 siswa kelas VI. Uji validitas instrumen menggunakan rumus *Product Moment Pearson* dan uji Reliabilitas instrumen menggunakan rumus *Alpha Cronbach* melalui *SPSS 21.0 for windows*. Untuk menganalisis data digunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian tingkat pemahaman tentang bahaya merokok pada siswa kelas atas SD Negeri Kawunganten 07, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap tahun ajaran 2016/2017 menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat pemahaman tentang bahaya merokok berada dalam kategori tinggi yaitu (61,3%). Secara rinci dalam kategori sangat tinggi sebanyak 7 anak (22,6%), kategori tinggi sebanyak 19 anak (61,3%), kategori rendah sebanyak 3 anak (9,7%), dan yang termasuk kategori sangat rendah sebanyak 2 anak (6,5%).

Kata kunci : *pemahaman, siswa kelas atas, bahaya merokok.*

LEVEL OF UNDERSTANDING ON SMOKING DANGER OF UPPER CLASS STUDENT IN SD NEGERI KAWUNGANTEN 07 KAWUNGANTEN DISTRICT CILACAP REGENCY ACADEMIC YEAR 2016/ 2017

Abstract

Some fifth and sixth grade students of SD (Elementary School) Kawunganten 07 Kawunganten District, Cilacap Regency have not understood about the danger of smoking for body health. The research aims to determine the level of understanding about the smoking danger in upper grade students in SD Kawunganten 07, District Kawunganten, Cilacap Regency Academic Year 2016/2017.

The research was descriptive research using survey approach with data collection technique using multiple choice test. The subjects of the research were upper grade students in SD Negeri (State Elementary School) Kawunganten 07 Kawunganten District Cilacap Regency with 31 student samples consisting of 18 students of fifth grade and 13 students of sixth grade. The instrument validity test was by using Product Moment Pearson formula and instrument reliability test by using Alpha Cronbach formula through SPSS 21.0 for windows. To analyze the data, descriptive quantitative technique was used with percentage.

The results of the research on the level of understanding about the smoking danger in upper class students of SD Negeri Kawunganten 07, Kawunganten District, Cilacap Regency Academic Year 2016/2017 show that the majority of the students has high level of understanding about smoking danger which is in the high category (61.3%). In details, in the very high category is 7 students (22.6%), in high category is 19 students (61.3%), in the low category is 3 students (9.7%), and in the very low category is 2 students (6.5%).

Keywords: *understanding, upper class students, smoking danger.*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan setiap orang dalam kehidupannya. Pendidikan sebagai proses transmisi pengetahuan, sikap, kepercayaan, keterampilan, dan aspek-aspek kelakuan lainnya kepada generasi muda maka seluruh upaya tersebut sudah dilakukan sepenuhnya oleh kekuatan-kekuatan masyarakat. Bagi masyarakat sendiri hakikat pendidikan tentunya sangat bermanfaat bagi kelangsungan dan proses kemajuan hidupnya. Agar masyarakat itu dapat melanjutkan eksistensinya, maka kepada anggota mudanya harus diteruskan nilai-nilai, pengetahuan, keterampilan dan bentuk tata perilaku lainnya melalui pendidikan.

Dalam hal ini maka pendidikan bagi kehidupan manusia merupakan kebutuhan mutlak yang harus dipenuhi sepanjang hayat. Tanpa pendidikan sama sekali mustahil suatu kelompok manusia dapat hidup berkembang sejalan dengan cita-cita untuk maju, sejahtera dan bahagia menurut konsep pandangan hidup mereka. Untuk memajukan kehidupan mereka itulah, maka pendidikan menjadi sarana utama yang perlu dikelola, secara sistematis dan konsisten berdasarkan berbagai pandangan teoretikal dan praktikal sepanjang waktu sesuai dengan lingkungan hidup manusia itu sendiri.

Dalam kehidupan sehari-hari, kesehatan merupakan hal yang paling penting dan mendasar bagi semua orang, oleh karena itu setiap manusia pastilah akan menginginkan hidup yang sehat, baik sehat secara fisik, jasmani dan rohani. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah proses pendidikan yang mengajarkan siswa tentang upaya-upaya yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatannya.

Dapat diketahui bahwa kesadaran akan kesehatan merupakan pondasi awal dari terbentuknya pola hidup sehat. Hidup sehat pada dasarnya merupakan pola perilaku manusia yang perubahannya dapat diajarkan secara dini, dengan melakukan perilaku hidup sehat ini diharapkan manusia dapat terhindar dari berbagai macam jenis penyakit. Dari beberapa macam contoh pola hidup sehat, salah satu pola hidup sehat adalah menghindari rokok.

Penerapan pola hidup sehat haruslah diterapkan sedini mungkin dalam kehidupan. Begitupun juga dalam pendidikan, Kurikulum yang digunakan oleh SD Negeri Kawunganten 07 saat ini masih menggunakan kurikulum KTSP 2006, sebagaimana yang tertulis pada kurikulum

KTSP 2006 untuk mata pelajaran penjas Sekolah Dasar kelas 5 Semester genap di jelaskan bahwa “Standar kompetensi. 12. Menerapkan budaya hidup sehat. Kompetensi dasar. 12.1 Mengenal bahaya merokok bagi kesehatan.”

Kurangnya pemahaman anak tentang bahaya merokok serta dampak buruk bagi kesehatan sang anak, tentunya perlu ditangani dengan serius dan jika tidak ditangani sedini mungkin bisa berdampak fatal bagi generasi penerus bangsa ini , untuk pembinaan untuk meningkatkan kesadaran apa artinya pola hidup sehat bagi generasi penerus bangsa tentang sehat jasmani dan rohani, anak-anak usia dini haruslah diajarkan pemahaman pola hidup sehat di lingkungan sekolah. Karena di sekolah pendidikan kesehatan merupakan salah satu usaha kesehatan sekolah yang sasaran utamanya terdiri atas semua komponen kesehatan disekolah tersebut, baik siswa, guru, kepala sekolah, penjaga sekolah sampai ke masyarakat sekitar sekolah berada.

SD Negeri Kawunganten 07 merupakan salah satu dari beberapa sekolah dasar yang diwilayah Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap. Sekolah ini berada di daerah pedesaan dan terletak di tengah-tengah perkampungan yang sebagian besar masyarakat di daerah tersebut masih kurang memperhatikan tentang budaya hidup sehat. Salah satunya adalah kebiasaan merokok yang sudah menjadi budaya di desa karangreja, kecamatan Kawunganten. Latar belakang merokok beraneka ragam, di kalangan remaja dan dewasa pria adalah faktor gengsi dan agar disebut jagoan selain itu ada yang bilang jika tidak merokok itu tidak ganteng. Sedangkan kalangan orang tua, stres dan karena ketagihan adalah faktor penyebab keinginan untuk merokok.

Bagi anak-anak yang orang tuanya merokok kemungkinan lebih besar anaknya ikut merokok. Pada akhirnya anak itu ikut-ikutan untuk merokok seperti orang tuanya. Kurangnya pengetahuan / pemahaman siswa kelas atas SD Negeri Kawunganten, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap, siswa kurang memperhatikan pola hidup sehat, inilah yang berpengaruh pada anak SD merokok diluar jam pelajaran. Banyaknya siswa yang tidak tahu bahaya dari rokok. Merokok adalah kebiasaan orang dewasa dahulu, tetapi sekarang anak-anak sekolah dasar sudah mulai banyak yang merokok. Merokok sangat berbahaya bagi kesehatan, karena di dalamnya mengandung zat-zat yang sangat berbahaya, seperti nikotin, sianida, cadium, methanol, ammonia, karbondioksida, dan lain - lain. Banyak siswa yang

tidak tahu kandungan zat kimia berbahaya pada rokok, dampak bahaya merokok pada paru-paru dan dampak bahaya merokok terhadap jantung manusia. Banyak faktor yang mempengaruhi hal tersebut, antara lain pengetahuan dan pendidikan, kebiasaan orang tua merokok, pola hidup yang kurang sehat, serta lingkungan. Berdasarkan permasalahan tersebut dirasa penting diadakan penelitian tingkat pemahaman tentang bahaya merokok pada siswa kelas atas SD Negeri Kawunganten 07, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap Tahun Pelajaran 2016/2017.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, penelitian yang bersifat memaparkan atau menggambarkan keadaan obyek yang diteliti, yaitu berapa besar tingkat pemahaman tentang bahaya merokok pada siswa kelas atas SD Negeri Kawunganten 07.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Kawunganten 07 Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap Provinsi Jawa Tengah. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 4 Mei 2017.

Subyek Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/ subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014: 80). Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 5 dan 6 SD Negeri Kawunganten 07 Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap yang berjumlah 31 siswa. Untuk kelas 4 tidak di ikut sertakan karena belum diajarkan materi tentang kesehatan bahaya merokok, karena SD Negeri Kawunganten 07 masih menggunakan kurikulum KTSP 2006.

Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2005: 101), instrumen penelitian adalah suatu alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Alat yang digunakan oleh peneliti sebagai alat pengumpulan data adalah angket/kuesioner yang diberikan langsung

kepada responden, berupa tes tertulis yang bertujuan untuk menggali informasi atau pemahaman mengenai hal yang diketahui dan dilakukan oleh responden tentang bahaya merokok.

Adapun langkah-langkah menyusun suatu instrumen penelitian menurut Sutrisno Hadi (1991 : 9) adalah sebagai berikut:

a. Mendefinisikan konstruk

Mendefinisikan konstruk adalah membuat batasan-batasan mengenai perubahan variabel. Konstruk yang akan diukur adalah tingkat pemahaman tentang bahaya merokok pada siswa kelas atas SDN Kawunganten 07 Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap tahun ajaran 2016/2017.

b. Menentukan faktor-faktor pada variabel penelitian.

Faktor-faktor pada penelitian ini ada 4 faktor yaitu pemahaman tentang kandungan zat kimia yang berbahaya pada rokok, pemahaman tentang tipe perokok, pemahaman tentang dampak bahaya merokok pada paru-paru dan jantung, pemahaman tentang mencegah dan berhenti dari rokok.

c. Menetapkan indikator-indikator pada masing-masing faktor dalam bentuk kisi-kisi instrumen.

d. Dari kisi-kisi dijabarkan sebagai butir pertanyaan yang merupakan instrumen penelitian.

2. Uji Coba Instrumen

Sebelum instrumen di gunakan untuk alat ukur pengumpulan data, maka diperlukan uji instrumen untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat pemahaman responden. Untuk mengetahui apakah instrumen baik atau tidak, di lakukan langkah-langkah uji coba sebagai berikut :

a) Uji Validitas

Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 96) validitas tes adalah tingkat suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Sebuah instrumen dikatakan valid jika mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data dari variabel yang di teliti secara tepat. Menggunakan rumus korelasi yang di kenal dengan rumus korelasi product moment sebagai berikut:

$$r_{XY} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Untuk mengukur validitas alat atau instrumen, digunakan teknik korelasi produk moment sari karl pearson dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Kemudian setelah data uji coba terkumpul kemudian dianalisis dengan bantuan Komputer SPSS 21. Butir dikatakan valid apabila $r_{hitung} \geq r_{tabel}$. Untuk nilai r_{tabel} dengan responden 33 orang adalah sebesar 0,334.

b) Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk di gunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sah saja dan bukan semua butir yang belum di uji. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, penggunaan teknik *Alpha Cronbach* akan menunjukkan bahwa suatu instrumen dapat dikatakan handal (reliabel) bila memiliki koefisien reliabilitas atau alpha sebesar 0,6 atau lebih (Suharsimi Arikunto, 2006: 47). Setelah dilakukan ujicoba reliabilitas dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan adalah reliabel karena *Alpha Cronbach* lebih dari 0,6 yaitu sebesar 0,977.

3. Teknik Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa data tingkat pemahaman tentang bahaya merokok pada siswa kelas atas SD Negeri Kawunganten 07. Untuk mengumpulkan data tersebut digunakan angket. Menurut Sugiyono (2004: 142) angket adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Semakin tinggi bobot skor jawaban yang diperoleh berarti semakin baik tingkat pemahaman siswa tentang bahaya merokok, begitu juga sebaliknya semakin rendah skor jawaban yang diperoleh berarti semakin rendah tingkat pemahaman siswa tentang bahaya merokok.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif dalam bentuk persentase, untuk menggambarkan kondisi tingkat pemahaman tentang bahaya merokok pada siswa kelas atas SD

Negeri Kawunganten 07 Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap Tahun Ajaran 2016/2017. Data tingkat pemahaman/pengetahuan anak tentang bahaya merokok yang telah terkumpul dideskripsikan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan histogram, dilengkapi perolehan skor terendah, skor tertinggi dan standar deviasi. Begitu juga untuk data faktor-faktor pengkonstrak tingkat pemahaman anak tentang bahaya merokok yang meliputi Pemahaman tentang kandungan zat kimia yang berbahaya pada rokok dan Pemahaman tentang tipe perokok, Pemahaman tentang dampak bahaya merokok pada paru-paru dan jantung, Pemahaman tentang mencegah dan berhenti dari merokok adalah sebagai berikut:

Kategori Tingkat Pemahaman	Prestasi Nilai Benar
Sangat Tinggi	76% - 100%
Tinggi	56% - 75%
Rendah	40% - 55%
Sangat Rendah	< 40 %

Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahasan atas permasalahan yang diajukan dalam bentuk presentase dengan menggunakan rumus berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan

P : angka presentase

F : jumlah frekuensi jawaban

N : jumlah subyek (responden)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Kawunganten 07 Kecamatan kawunganten Kabupaten Cilacap, pada tanggal 4 Mei 2017 pada pukul 10.00 WIB. Subjek dalam penelitian ini yaitu Siswa-siswi kelas 5 dan 6 SD Negeri Kawunganten 07 Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap berjumlah 31 anak, untuk kelas 4 tidak dijadikan sebagai subjek penelitian karena belum di ajarkan materi kesehatan bahaya merokok. Deskripsi data hasil penelitian ini diungkapkan dengan 30 soal pilihan ganda, dengan 4 faktor, meliputi Pemahaman tentang kandungan zat kimia yang berbahaya pada rokok, Pemahaman tentang tipe perokok, Pemahaman tentang dampak bahaya merokok pada paru-paru dan jantung, dan Pemahaman tentang mencegah

dan berhenti dari merokok dideskripsikan berdasarkan jawaban para siswa atas angket yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya.

Setelah data penelitian terkumpul dilakukan analisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase menggunakan bantuan komputer program SPSS 21.0 for windows.

Dari analisis data bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat pemahaman tentang bahaya merokok berada dalam kategori tinggi yaitu (61,3%), meliputi kategori sangat tinggi sebanyak 7 anak (22,6%), kategori tinggi sebanyak 19 anak (61,3%), kategori rendah sebanyak 3 anak (9,7%), dan yang termasuk kategori sangat rendah sebanyak 2 anak (6,5%).

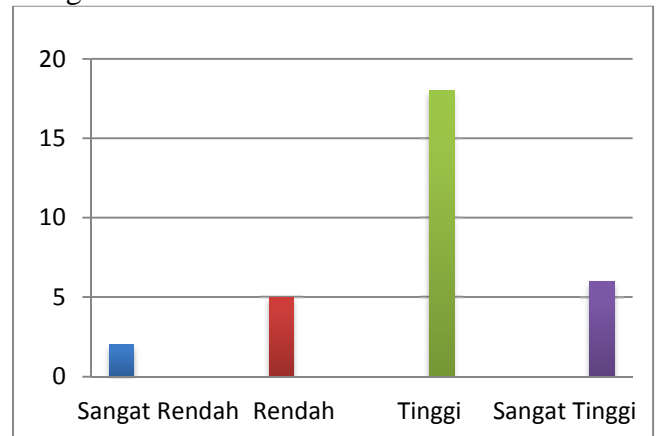
Faktor Kandungan Zat Kimia Rokok

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Microsoft Excel* dan *SPSS Versi 21*, deskripsi data tingkat pemahaman siswa kelas atas tentang kandungan zat kimia pada rokok dapat dilihat dalam tabel distribusi frekuensi berikut ini:

Tabel 5. Distribusi Tingkat Pemahaman tentang kandungan zat kimia pada rokok kelas atas SDN Kawunganten 07, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap (N=31).

Faktor 1		
Kategori tingkat pemahaman	(Frekuensi)	(Persent)
Sangat Tinggi (76% - 100%)	8	25.8
Tinggi (56% - 75%)	19	61.3
Rendah (40% - 55%)	3	9.7
Sangat Rendah (< 40%)	1	3.2
Total	31	100.0

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, sebagai berikut:



Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa pemahaman siswa tentang Kandungan zat kimia rokok dalam kategori tinggi sebanyak 8 atau 25,80%, kategori tinggi sebanyak 19 atau 61,3%, kategori rendah sebanyak 3 atau 9,7% dan kategori sangat rendah sebanyak 1 atau 3,2%. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa data kategori tentang kandungan zat kimia rokok (faktor 1), sebagian besar termasuk dalam kategori baik.

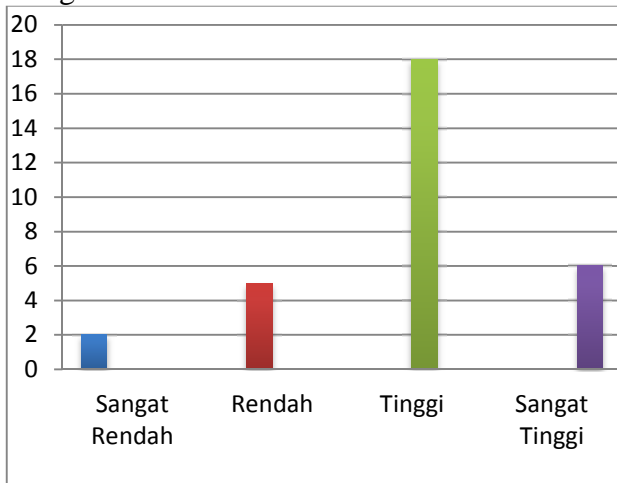
Faktor Pemahaman Tentang Tipe Perokok

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Microsoft Excel* dan *SPSS Versi 21*, deskripsi data tingkat pemahaman siswa kelas atas tentang tipe perokok dapat dilihat dalam tabel distribusi frekuensi berikut ini:

Tabel 6. Distribusi Tingkat Pemahaman tentang tipe perokok kelas atas SDN Kawunganten 07, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap (N=31).

Kategori pemahaman	Frekuensi	Persent
Sangat Tinggi (76% - 100%)	8	25.8
Tinggi (56% - 75%)	15	48.4
Rendah (40% - 55%)	4	12.9
Sangat Rendah (< 40%)	4	12.9
Total	31	100.0

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, sebagai berikut:



Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa pemahaman siswa tentang Pemahaman tipe perokok berdasarkan hasil analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa, yang termasuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 8 atau 25,80%, kategori tinggi sebanyak 15 atau 48,4%, kategori rendah sebanyak 4 atau 12,9% dan kategori sangat rendah sebanyak 4 atau 12,9%. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa data kategori tentang tipe perokok (faktor 2) sebagian besar termasuk dalam kategori tinggi atau baik.

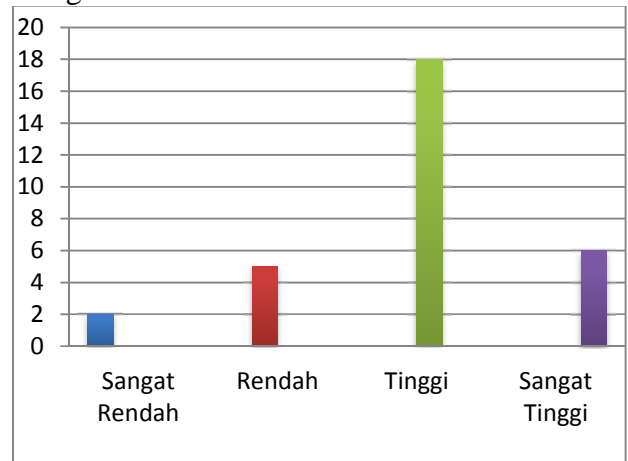
Faktor Tentang Dampak Bahaya Merokok Pada Paru-Paru dan Jantung.

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Microsoft Excel* dan *SPSS Versi 21*, deskripsi data tingkat pemahaman siswa kelas atas tentang dampak bahaya merokok pada paru-paru dan jantung dapat dilihat dalam tabel distribusi frekuensi berikut ini:

Tabel 7. Distribusi Tingkat Pemahaman tentang dampak bahaya merokok pada paru-paru dan jantung kelas atas SDN Kawunganten 07, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap (N=31).

Kategori pemahaman	frekuensi	Persen (%)
Sangat Tinggi (76% - 100%)	9	29.0
Tinggi (56% - 75%)	14	45.2
Rendah (40% - 55%)	5	16.1
Sangat Rendah (< 40%)	3	9.7
Total	31	100.0

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, sebagai berikut:



Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa pemahaman siswa tentang Pemahaman dampak bahaya merokok pada paru-paru dan jantung berdasarkan hasil analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa yang termasuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 9 atau 29,00%, kategori tinggi sebanyak 14 atau 45,2%, kategori rendah sebanyak 5 atau 16,1% dan kategori sangat rendah sebanyak 3 atau 9,7%. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa data kategori tentang dampak bahaya merokok pada paru-paru dan jantung (faktor 3), sebagian besar termasuk dalam kategori tinggi atau baik.

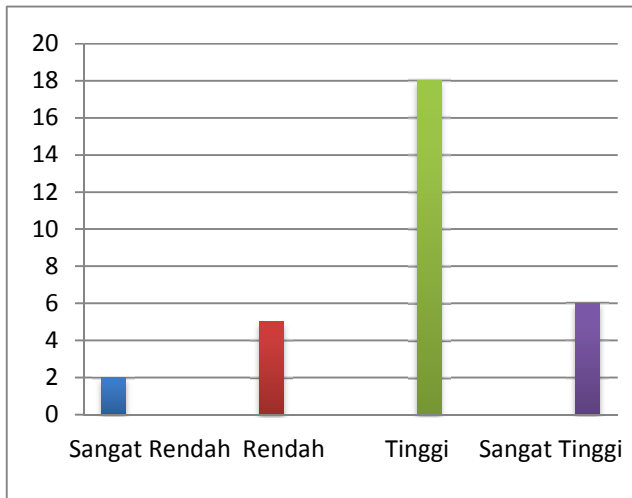
Faktor Tentang Mencegah dan Berhenti dari Rokok

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Microsoft Excel* dan *SPSS Versi 21*, deskripsi data tingkat pemahaman siswa kelas atas tentang mencegah dan berhenti dari rokok dapat dilihat dalam tabel distribusi frekuensi berikut ini:

Tabel 8. Distribusi Tingkat Pemahaman tentang mencegah dan berhenti dari rokok kelas atas SDN Kawunganten 07, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap (N=31).

Kategori pemahaman	Frekuensi	Persen (%)
Sangat Tinggi (76% - 100%)	6	19.4
Tinggi (56% - 75%)	18	58.1
Rendah (40% - 55%)	5	16.1
Sangat Rendah (< 40%)	2	6.5
Total	31	100.0

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, sebagai berikut:



Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa pemahaman siswa tentang mencegah dan berhenti dari rokok berdasarkan hasil analisis deskriptif di atas dapat diketahui bahwa yang termasuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 6 atau 19,40%, kategori tinggi sebanyak 18 atau 58,1%, kategori rendah sebanyak 5 atau 16,1% dan kategori sangat rendah sebanyak 2 atau 6,5%. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa data kategori pemahaman tentang mencegah dan berhenti dari rokok (faktor 4) sebagian besar termasuk dalam kategori tinggi.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman siswa-siswi kelas 5 dan 6 SD Negeri Kawunganten 07 Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap dalam empat faktor, yaitu (1) Pemahaman tentang kandungan zat kimia yang berbahaya pada rokok, (2) Pemahaman tentang tipe perokok, (3) Pemahaman tentang dampak bahaya merokok pada paru-paru dan jantung, dan (4) Pemahaman tentang mencegah dan berhenti dari merokok.

Untuk mengulas 4 faktor tersebut sebagai berikut:

1. Pemahaman tentang kandungan zat kimia yang berbahaya pada rokok

Merokok sangat berbahaya bagi kesehatan, karena rokok mengandung zat-zat berbahaya, seperti nikotin, sianida, methanol, karbondioksida, dan lain-lain. Menurut Sufianto (2014:5), rokok adalah silinder dari kertas berukuran panjang antara 70 hingga 120mm (bervariasi bergantung negara) dengan diameter 10mm yang berisi daun-daun tembakau yang telah dicacah. Rokok di bakar

pada salah satu ujungnya dan dibiarkan membara agar asapnya dapat dihirup lewat mulut pada ujung lainnya. Kemudian menurut Aiman Husaini (2006:20), yang khas dari tembakau adalah nikotin dan eugenol, yang sangat berbahaya bagi kesehatan tubuh manusia.

Berdasarkan hasil penelitian, dilihat dari nilai tingginya di faktor tentang kandungan zat kimia pada rokok, terdapat 3 siswa yang berkategori rendah dikarenakan 3 siswa tersebut tidak bisa membedakan antara zat nikotin, methanol dan yang lainnya, sehingga nilai dari faktor pemahaman kandungan zat kimia yang berbahaya pada rokok mendapatkan kategori rendah.

2. Pemahaman tentang tipe perokok

Untuk dapat mengetahui bahaya rokok bagi perokok tentunya harus memahami juga bahaya-bahaya rokok bagi perokok pasif dan aktif, sehingga bahaya tersebut dapat dihindari dan dapat meminimalisir untuk kecanduan rokok. Menurut Wardoyo (1996:43), Asap rokok yang dihembuskan oleh perokok aktif dan terhirup oleh perokok pasif, lima kali lebih banyak mengandung karbon monoksida, empat kali lebih banyak mengandung tar dan nikotin.

Walaupun perokok pasif tidak merokok seperti perokok aktif tetapi perokok pasif juga dapat terjangkit penyakit, salah satunya adalah saluran pernafasan yang disebabkan sewaktu berdekatan dengan perokok aktif sedang merokok. Dalam hal ini tentunya asap rokok yang terhirup oleh perokok pasif berbahaya bagi tubuh.

Berdasarkan hasil penelitian jika dilihat dari nilai tingginya, ada 15 peserta didik yang mempunyai pemahaman dengan kategori tinggi untuk pemahaman tentang tipe perokok, sebab peserta didik hanya mempelajari dan memahami ruang lingkup kecil yakni tentang perokok aktif dan perokok pasif sehingga banyak peserta didik yang mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan tentang materi tipe perokok tersebut.

3. Pemahaman tentang dampak bahaya merokok pada paru-paru dan jantung.

Pada perokok usia dini awal mula mengenal rokok adalah coba-coba dan tidak memikirkan dampak setelah merokok. Jika usia muda sudah merokok dampak bahaya merokok kelak akan dirasakan pada masa tua nanti, salah satu dampaknya akan menyerang paru-paru dan

jantung, tentunya sangat berbahaya dan timbul banyak penyakit pada paru-paru dan jantung perokok. Dalam hal ini tentunya sangat disayangkan para generasi muda yang sudah merokok, masa muda sekarang seharusnya memiliki pola hidup sehat salah satunya tidak merokok karena masa depan para generasi muda masih panjang dan tanpa harus dikotori oleh rokok.

Berdasarkan hasil penelitian jika dilihat dari nilai sangat tingginya, terdapat 9 peserta didik yang memiliki pemahaman tentang dampak bahaya merokok pada paru-paru dan jantung. Meskipun memiliki kategori sangat tinggi, tetapi hanya pengetahuan siswanya saja yaitu sesuatu yang diketahui oleh siswanya saja, tetapi dalam kenyataannya masih ada beberapa siswa yang kurang mengetahui tentang bahaya merokok pada paru-paru dan jantung. Hal ini dikhawatirkan siswa hanya mengetahui saja dan belum mampu menerapkannya. Selain itu, dimungkinkan siswa dalam mengerjakan instrumen penelitian ini masih bertanya-tanya pada teman sebangku atau sekelilingnya, meskipun sudah diberitahu untuk mengerjakan sendiri-sendiri.

4. Pemahaman tentang mencegah dan berhenti dari merokok

Merokok merupakan salah satu dari beberapa penyebab timbulnya penyakit yang disebabkan oleh kurangnya pengaturan pola hidup sehat. Perilaku merokok ternyata kegiatan buruk yang masih dilakukan oleh kalangan masyarakat sampai pada saat ini, walaupun sudah banyak sudah banyak orang yang mengetahui dampak buruk akibat merokok tetapi jumlah perokok tidak pernah menurun bahkan cenderung meningkat dan rokok sudah masuk dikalangan pelajar. Dalam hal ini tentunya harus ada penanganan yang serius bagi perokok atau instansi yang terkait, tentunya penanganan untuk mencegah dan berhenti dari rokok.

Berdasarkan hasil penelitian jika dilihat dari nilai sangat rendah hanya terdapat 2 peserta didik yang memiliki pemahaman tentang mencegah dan berhenti dari rokok. Dalam generasi muda pelajar tentunya harus menerapkan budaya hidup sehat salah satunya adalah tidak merokok, disini peran guru dan orang tua sangat berperan aktif untuk membantu anak untuk tidak terjerumus oleh rokok dan anak yang sudah terumus oleh rokok

tentunya harus ada penanganan untuk berhenti dari rokok selagi masih muda.

Selanjutnya berdasarkan penyampaian materi tentang kesehatan kelas 5 dan 6 lebih banyak kelas 6, sehingga ini juga dapat mempengaruhi pemahaman siswa karena 2 anak yang berkategori sangat rendah merupakan siswa dari kelas 5.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman siswa kelas atas tentang bahaya merokok di SD Negeri Kawunganten 07, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilacap tahun ajaran 2016/2017 bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat pemahaman tentang bahaya merokok berada dalam kategori tinggi yaitu (61,3%). Adapun uraiannya sebagai berikut: yang termasuk dalam kategori sangat tinggi sebanyak 7 anak (22,6%), kategori tinggi sebanyak 19 anak (61,3%), kategori rendah sebanyak 3 anak (9,7%), dan yang termasuk kategori sangat rendah sebanyak 2 anak (6,5%). kategori “sedang” sebesar 17,2% (5 guru), kategori “baik” sebesar 41,4% (12 guru).

Saran

- a. Bagi siswa yang memiliki tingkat pemahaman yang tinggi tentang bahaya merokok, tentunya tidak hanya memahami pengetahuannya saja tetapi juga harus menerapkan dan melaksanakan dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Bagi sekolah, hasil penelitian ini dapat menjadi tolak ukur untuk menyusun metode dan media pembelajaran yang lebih kreatif dan bervariasi yang akan digunakan dalam pembelajaran materi perilaku hidup sehat, khususnya materi bahaya merokok sehingga menciptakan suasana pembelajaran menarik dalam proses belajar mengajar.
- c. Bagi Orang tua, dengan mengetahui informasi ini para orangtua menjejelaskan bahaya-bahaya jika merokok dan melarang anak untuk mencoba-coba rokok serta orang tua harus membudayakan pola hidup sehat, salah satunya yaitu untuk tidak merokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Aiman Husaini. (2006). *Tobat Merokok*. Depok: Pustaka Ilman.
- Sufianto,H (2014). *Mengenal Bahaya Rokok Bagi Kesehatan*. Bogor:Horizon.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*. Jakarta : PT. Rinieka Cipta
- Suharsimi Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Survei Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rinieka Cipta.
- Suharsimi Arikunto. (2015). *Manajemen Penelitian*. Jakarta : PT. Rinieka Cipta.
- Sutrisno Hadi. (1991). *Analisis Butir Untuk Instrumen Angket, Tes dan Skala Nilai*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Wardoyo. (1996). *Pencegahan Penyakit Jantung Koroner*: Solo: Agency.