

**SURVEY TINGKAT PENGETAHUAN BAHAYA MEROKOK DAN
NARKOBA DALAM MATA PELAJARAN PENJAS**

ARTIKEL



Oleh :

**BURHAN DAMAS KHUMBELA
NIM. 158106**

**SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA JOMBANG
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI**

2022

LEMBAR PERSETUJUAN ARTIKEL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
STKIP PGRI JOMBANG

Yang bertamda tangan dibawah ini:

Nama : Yully Wahyu Sulisty, M. Pd.

Jabatan : Pembimbing Skripsi

Menyetujui artikel ilmiah ini:

Nama Penulis : Burhan Damas Khumbela

NIM : 158106

Judul Artikel : Survey Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok Dan Narkoba Dalam Mata Pelajaran Penjas

Untuk diusulkan agar dapat diterbitkan dijurnal ilmiah sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagai mana mestinya.

Jombang, 14 Maret 2022
Pembimbing

Yully Wahyu Sulisty, M. Pd.

SURVEY TINGKAT PENGETAHUAN BAHAYA MEROKOK DAN NARKOBA DALAM MATA PELAJARAN PENJAS

¹ Burhan Damas Khumbela, ² Yully Wahyu Sulistyono

^{1,2} Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Jombang

E-mail: burhan.da.khum@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok Dan Narkoba Dalam Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani. Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Bentuk analisisnya menggunakan deskriptif kuantitatif dengan presentase. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Sampling Purposive*. Karena peneliti hanya di izinkan menggunakan semua kelas X dengan jumlah enam kelas yang dapat mewakili karakteristik populasi, adapun sampel dalam penelitian ini berjumlah 211 siswa, tetapi hanya 154 siswa yang mengisi angket. Teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman siswa dalam mengetahui bahaya merokok dan narkoba pada kategori sangat tinggi yaitu dengan presentase 79,1% sebanyak 123 dari 154 siswa. Sedangkan yang kurang mengetahui dengan presentase 20,1% sebanyak 31 dari 154 siswa.

Kata Kunci : Merokok, Narkoba dan Pendidikan Jasmani

ABSTRACT

This study aims to determine the level of knowledge of the dangers of smoking and drugs in physical education subjects. This research design uses descriptive research. The form of analysis uses descriptive quantitative with percentages. Sampling in this study using the purposive sampling technique. Because researchers are only allowed to use all X classes with a total of six classes that can represent the characteristics of the population, the sample in this study amounted to 211 students, only 154 students filled out the questionnaire. Quantitative descriptive analysis technique with percentage.

Based on the results of research and discussion, it can be concluded that the level of understanding of students in knowing the dangers of smoking and drugs is in the very high category, with a percentage of 79.1% as many as 123 of 154 students. While those who do not know with a percentage of 20.1% as many as 31 of 154 students.

Keywords: *Smoking, Drugs and Physical Education*

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan kebutuhan semua orang dalam kehidupannya. Pendidikan sebagai proses transmisi pengetahuan, Sikap, Kepercayaan, Keterampilan, dan Aspek-aspek kelakuan lainnya kepada generasi muda. Proses pendidikan yang berada di lingkungan dibedakan menjadi dua yaitu pendidikan informal dan pendidikan formal. Pendidikan memiliki tujuan yang berhubungan dengan kesehatan, yang harus diperhatikan dan dicapai adalah memiliki kesehatan jasmani dan rohani. Sehat secara jasmani dan rohani adalah keinginan setiap manusia apalagi bagi manusia yang sangat faham betul arti dari sebuah kesehatan. Disaat banyak orang yang berlomba-lomba menjaga kesehatan, tapi masih banyak juga yang acuh tak acuh terhadap kesehatan mereka sendiri, contohnya adalah mengkonsumsi rokok dan narkoba.

Di usia yang masih muda seharusnya para siswa mengetahui bahaya dari mengkonsumsi rokok dan narkoba dan lebih memperhatikan betapa pentingnya kesehatan bagi hidup mereka, mereka seharusnya juga memikirkan saat masa tuanya nanti, merekalah generasi penerus bangsa, calon-calon pemimpin baru dimasa yang akan datang maka dari itu kesehatan mereka sangatlah dibutuhkan agar mereka termasuk individu-individu yang bugar fisik, mental, maupun sosialnya. Maka dari itu Penerapan pola hidup sehat haruslah diterapkan sedini mungkin dalam kehidupan, begitupun juga dalam pendidikan.

SMA Negeri Kabuh merupakan salah satu dari beberapa sekolah Menengah Atas di wilayah Kecamatan Kabuh, Kabupaten Jombang. Sekolah ini berada di daerah pedesaan dan sebagian besar masyarakat di daerah tersebut adalah petani tembakau. Mayoritas masyarakat di sana mengkonsumsi rokok dan masih kurang memperhatikan tentang bahaya rokok dan narkoba, dan kebiasaan merokok yang sudah menjadi budaya masyarakat disana.

Berdasarkan hasil observasi kepada Guru Kurikulum yang digunakan oleh SMA Negeri Kabuh saat ini sudah menggunakan kurikulum 2013, sebagaimana yang tertulis pada kurikulum 2013 untuk mata pelajaran penjas Keselamatan Sekolah Menengah Atas kelas X di jelaskan bahwa "Kompetensi Dasar 3.9 Menerapkan Pergaulan sehat. Kompetensi dasar. 3.10 Mengenal bahaya NAPZA bagi kesehatan". Tujuan dari adanya kurikulum tersebut diharapkan siswa menengat atas dapat mengetahui bahaya dari merokok dan narkoba serta siswa juga dapat mencegah kebiasaan merokok dan mengkonsumsi narkoba.

Dengan melihat beragam permasalahan diatas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Survey Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok Dan Narkoba Dalam Mata Pelajaran Penjas".

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok Dan Narkoba Dalam Mata Pelajaran Penjas.

KAJIAN PUSTAKA

A. Pengertian Rokok

Rokok adalah hasil olahan tembakau terbungkus termasuk cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana tabacum*, *Nicotiana rustiva* dan spesies lainnya atau sintesisnya yang mengandung Nikotin dan Tar dengan atau tanpa bahan tambahan (Keputusan Gubernur DKI Jakarta, No.11 Tahun 2004). Merokok merupakan kegiatan yang menyebabkan efek kenyamanan. Rokok memiliki antidepresan yang menimbulkan efek kenyamanan pada efek pada perokok, walaupun perilaku merokok merupakan perilaku yang membahayakan kesehatan karena terdapat 4000 racun dalam sebatang rokok (Roschayati, 2015).

B. Pengertian Narkoba

Narkoba merupakan singkatan dari narkotika, psikotropika, bahan adiktif lainnya. Secara etimologis narkoba atau narkotika berasal dari bahasa Inggris *narcose* atau *narcosis* yang berarti menidurkan dan pembiusan. Narkotika berasal dari bahasa Yunani yaitu *narke* atau *narkam* yang berarti terbius sehingga tidak merasakan apa-apa. (Fransiska Novita Eleanora, 2011).

Narkoba terdiri dari dua zat, yakni narkotika dan psikotropika. Dan secara khusus dua zat ini memiliki pengertian, jenis (golongan), serta diatur dengan undang-undang yang berbeda. Narkotika diatur dengan Undang-undang No.35 Tahun 2009, sedangkan psikotropika diatur dengan Undang-undang No.5 Tahun 1997.

C. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, ketrampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai pendidikan nasional. (Depdiknas 2006: 131).

Menurut Hamdan (2018). Adapun Edukasi mengenai narkoba dimasukkan kedalam kurikulum pendidikan melalui pelajaran seperti kegiatan kerohanian maupun PJOK. Edukasi mengenai narkoba tersebut perlu memperhatikan beberapa hal berikut: Pertama, menanamkan kebiasaan untuk melakukan prinsip hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Dari beberapa penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani mempunyai peranan penting untuk mengedukasi siswa dalam hal bahaya dari merokok dan narkoba, serta siswa juga dapat mencegah kebiasaan merokok dan mengkonsumsi narkoba..

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif, dengan teknik pengumpulan data yang dilaksanakan dengan menggunakan metode survey. penelitian deskriptif adalah menggunakan satu variabel. Demikian pula bentuk analisisnya menggunakan deskriptif kuantitatif dengan presentase (Maksum, 2012:68). Angket berisi tentang sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang harus dijawab oleh responden (Maksum, 2012:130)".

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Karena peneliti hanya di izinkan menggunakan semua kelas X dengan jumlah enam kelas yang dapat mewakili karakteristik populasi. Berdasarkan hasil jumlah sampel yang telah diperoleh adalah 154 siswa.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah berupa Kuesioner atau angket yaitu berupa sejumlah daftar pernyataan mengenai suatu objek sikap yang harus direspon oleh individu dalam bentuk *Google form*. Angket dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan bahaya merokok dan narkoba yang berjumlah 50 pernyataan.

Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif yang didasarkan pada analisis kuantitatif. menggunakan rumus statistik : Rumus : $P = \frac{f}{N} \times 100\%$.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. PAPARAN DATA

1. Analisis Data

a. Analisis Uji Instrument Penelitian

Uji instrument terdiri dari uji validitas dan reliabilitas. Adapun hasil uji instrument yang telah dibagiakan kepada non sampel yang berjumlah 100 siswa. Adapun hasil angket dari setiap item pernyataan sebagai berikut :

1) Uji Validitas

Tabel 4.1
Hasil Uji Validitas

Variabel	Indikator	No. Item	R _{hitung}	R _{tabel}	Keterangan
Narkoba	Pengetahuan bayaha narkoba.	1	0,536	0,30	Valid
		2	0,579	0,30	Valid
		3	0,554	0,30	Valid
		4	0,565	0,30	Valid
		5	0,516	0,30	Valid
		6	0,404	0,30	Valid
		7	0,429	0,30	Valid
	Pengetahuan tentang narkoba	8	0,483	0,30	Valid
		9	0,526	0,30	Valid
		10	0,575	0,30	Valid
		11	0,536	0,30	Valid
		12	0,429	0,30	Valid
		13	0,404	0,30	Valid
		14	0,424	0,30	Valid

	Narkoba mengandung zat adiktif atau suatu zat yang dapat menimbulkan ketergantungan	15	0,468	0,30	Valid
		16	0,582	0,30	Valid
		17	0,524	0,30	Valid
		18	0,504	0,30	Valid
		19	0,386	0,30	Valid
		20	0,536	0,30	Valid
		21	0,579	0,30	Valid
		22	0,595	0,30	Valid
		23	0,565	0,30	Valid
		24	0,543	0,30	Valid
		25	0,565	0,30	Valid
Merokok	Pengetahuan bayaha merokok pada paru-paru	26	0,483	0,30	Valid
		27	0,343	0,30	Valid
		28	0,326	0,30	Valid
		29	0,574	0,30	Valid
		30	0,564	0,30	Valid
		31	0,475	0,30	Valid
		32	0,516	0,30	Valid
		33	0,611	0,30	Valid
		34	0,451	0,30	Valid
	Pengktahuan kandungan zat kimia berbahaya pada rokok	35	0,348	0,30	Valid
		36	0,611	0,30	Valid
		37	0,654	0,30	Valid
		38	0,499	0,30	Valid
		39	0,489	0,30	Valid
		40	0,523	0,30	Valid
	Pengetahuan bahaya merokok pada jantung	41	0,489	0,30	Valid
		42	0,425	0,30	Valid
		43	0,636	0,30	Valid
		44	0,569	0,30	Valid
45		0,586	0,30	Valid	
46		0,477	0,30	Valid	
47		0,636	0,30	Valid	
48		0,569	0,30	Valid	
49		0,586	0,30	Valid	
50		0,477	0,30	Valid	

Berdasarkan tabel 4.1 seluruh item valid karena nilai *Corrected Item-Total Corolation* lebih besar dibandingkan 0,3. (Sujianto, 2009:96), bila korelasi tiap faktor positif dan besarnya 0,3 keatas maka faktor tersebut merupakan *construct* yang kuat. Jadi item kuesioner yang diujikan kepada 100 responden yang valid dapat dijadikan acuan untuk penelitian.

2) Uji Realibilitas

Tabel 4.2
Uji Reliabilitas
Correlations

Variabel	Cronbach's Alpha	Nilai Rerata Minimum	Kualifikasi
Narkoba (X)	0,740	0,6	Reliabel
Merokok(Y)	0,740	0,6	Reliabel

Sumber : Data diolah SPSS20, 2021

Berdasarkan tabel 4.2 nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,740 dan 0,740 yang berarti bahwa konstruk pertanyaan yang merupakan variabel narkoba (X) dan merokok (Y) adalah sangat reliabel.

b. Analisis Data Penelitian

Hasil analisis deskriptif data Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok Dan Narkoba Dalam Mata Pelajaran Penjas sebagai berikut:

Tabel 4.4
Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok Dan Narkoba

No. Pertanyaan	Frekuensi jawaban yang benar	Presentase %
1	146	96,4
2	149	96,8
3	150	97,4
4	127	82,5
5	55	35,7
6	145	94,2
7	139	90,3
8	108	70,1
9	143	94,9
10	130	84,4
11	61	39,6
12	126	81,8
13	78	50,6
14	107	69,5
15	111	72,1
16	85	55,2
17	142	92,4
18	143	92,9
19	144	93,5
20	106	68,8
21	146	94,8
22	139	90,3
23	139	90,3
24	144	93,5
25	110	71,4
26	148	96,1

No. Pertanyaan	Frekuensi jawaban yang benar	Presentase %
27	111	72,1
28	140	90,9
29	121	78,6
30	129	83,8
31	127	82,5
32	127	82,5
33	131	85,1
34	123	79,9
35	66	42,9
36	144	93,5
37	145	94,2
38	146	94,8
39	148	96,1
40	105	68,2
41	137	89
42	125	81,2
43	126	81,8
44	141	91,6
45	131	85,1
46	81	52,6
47	137	89
48	147	95,5
49	20	13
50	144	93,5
Rata-rata	123	79,9

Berdasarkan tabel 4.4, dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa SMAN Kabuh Kabupaten Jombang, memiliki tingkat pengetahuan bahaya merokok dan narkoba dengan presentase 79,9% sebanyak 123 dari 154 siswa. Sedangkan yang kurang mengetahui dengan presentase 20,1% sebanyak 31 dari 154 siswa. Dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswa dalam mengetahui bahaya merokok dan narkoba pada kategori sangat tinggi.

Tabel 4.5

Pengetahuan Bahaya Narkoba

No. Pertanyaan	Frekuensi jawaban yang benar	Presentase %
1	146	96,4
2	149	96,8
3	150	97,4
4	127	82,5
5	55	35,7
6	145	94,2
7	139	90,3
8	108	70,1
Rata-rata	127	82,5

Berdasarkan tabel 4.5, dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa SMAN Kabuh Kabupaten Jombang, memiliki tingkat pengetahuan bahaya narkoba dengan presentase 82,5% sebanyak 127 dari 154 siswa. Sedangkan yang kurang mengetahui dengan presentase 17,5% sebanyak 27 dari 154 siswa. Dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswa dalam mengetahui bahaya narkoba pada kategori sangat tinggi.

Tabel 4.6
Pengetahuan Tentang Narkoba

No. Pertanyaan	Frekuensi jawaban yang benar	Presentase %
1	143	94,9
2	130	84,4
3	61	39,6
4	126	81,8
5	78	50,6
6	107	69,5
7	111	72,1
8	85	55,2
Rata-rata	105	68,1

Berdasarkan tabel 4.6, dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa SMAN Kabuh Kabupaten Jombang, memiliki tingkat pengetahuan tentang narkoba dengan presentase 68,1% sebanyak 105 dari 154 siswa. Sedangkan yang kurang mengetahui dengan presentase 31,9% sebanyak 49 dari 154 siswa. Dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswa dalam mengetahui tentang narkoba pada kategori tinggi.

Tabel 4.7
Narkoba Mengandung Zat Adiktif Atau Suatu Zat Yang Dapat Menimbulkan Ketergantungan

No. Pertanyaan	Frekuensi jawaban yang benar	Presentase %
1	142	92,4
2	143	92,9
3	144	93,5
4	106	68,8
5	146	94,8
6	139	90,3
7	139	90,3
8	144	93,5
9	110	71,4
Rata-rata	134	87

Berdasarkan tabel 4.7, dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa SMAN Kabuh Kabupaten Jombang, memiliki tingkat pengetahuan narkoba mengandung zat adiktif atau suatu zat yang dapat menimbulkan ketergantungan dengan presentase 87% sebanyak 134 dari 154 siswa. Sedangkan yang kurang mengetahui

dengan presentase 13% sebanyak 20 dari 154 siswa. Dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswa dalam mengetahui narkoba mengandung zat adiktif atau suatu zat yang dapat menimbulkan ketergantungan pada kategori sangat tinggi.

Tabel 4.8
Pengetahuan Bahaya Merokok Pada Paru-Paru

No. Pertanyaan	Frekuensi jawaban yang benar	Presentase %
1	148	96,1
2	111	72,1
3	140	90,9
4	121	78,6
5	129	83,8
6	127	82,5
7	127	82,5
8	131	85,1
9	123	79,9
Rata-rata	128	83,1

Berdasarkan tabel 4.8, dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa SMAN Kabuh Kabupaten Jombang, memiliki tingkat pengetahuan bahaya merokok pada paru-paru dengan presentase 83,1% sebanyak 134 dari 154 siswa. Sedangkan yang kurang mengetahui dengan presentase 16,9% sebanyak 26 dari 154 siswa. Dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswa dalam mengetahui pengetahuan bahaya merokok pada paru-paru pada kategori sangat tinggi.

Tabel 4.9
Pengetahuan Kandungan Zat Kimia Berbahaya Pada Rokok

No. Pertanyaan	Frekuensi jawaban yang benar	Presentase %
1	66	42,9
2	144	93,5
3	145	94,2
4	146	94,8
5	148	96,1
6	105	68,2
7	137	89
Rata-rata	127	82,5

Berdasarkan tabel 4.9, dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa SMAN Kabuh Kabupaten Jombang, memiliki tingkat pengetahuan kandungan zat kimia berbahaya pada rokok dengan presentase 82,5% sebanyak 127 dari 154 siswa. Sedangkan yang kurang mengetahui dengan presentase 17,5% sebanyak 27 dari 154 siswa. Dapat disimpulkan bahwa presentase tingkat pengetahuan siswa dalam mengetahui kandungan zat kimia berbahaya pada kategori sangat tinggi

Tabel 4.10
Pengetahuan Bahaya Merokok Pada Jantung

No. Pertanyaan	Frekuensi jawaban yang benar	Presentase %
1	125	81,2
2	126	81,8
3	141	91,6
4	131	85,1
5	81	52,6
6	137	89
7	147	95,5
8	20	13
9	144	93,5
Rata-rata	116	75,3

Berdasarkan tabel 4.10, dapat diketahui tingkat pengetahuan siswa SMAN Kabuh Kabupaten Jombang, memiliki tingkat pengetahuan bahaya merokok pada jantung pada rokok dengan presentase 75,3% sebanyak 116 dari 154 siswa. Sedangkan yang kurang mengetahui dengan presentase 24,7% sebanyak 38 dari 154 siswa. Dapat disimpulkan bahwa presentase tingkat pengetahuan siswa dalam mengetahui bahaya merokok pada jantung pada kategori sangat tinggi

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok Dan Narkoba Dalam Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani. Dari hasil tanggapan responden di SMAN KABUH dapat dikatakan Sangat tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ma'ruf (2015) yang mengatakan Tingkat Pengetahuan tentang Bahaya Merokok Siswa kelas V SD Negeri Pucung Lor 2, Kecamatan Kroya, Kabupaten Cilacap Tahun Pelajaran 2014/2015, menunjukkan tingkat pengetahuan bahaya merokok dalam dalam kategori sangat tinggi. Dapat disimpulkan siswa SMAN KABUH sudah mengetahui bahaya dari merokok dan narkoba.

1. Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok Dan Narkoba

Berdasarkan hasil penelitian, Tingkat pengetahuan bahaya merokok dan narkoba dalam mata pelajaran penjas di SMAN Kabuh Kabupaten Jombang memiliki tingkat pengetahuan yang sangat tinggi. Dengan hal tersebut guru sangat berperan aktif dalam melakukan pencegahan dalam memberikan pengetahuan tentang bahaya merokok dan narkoba. Sehingga siswa dapat mengetahui dengan baik akan bahaya tersebut.

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia, yaitu: penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Rosid, 2011:2)

Merokok merupakan kegiatan yang menyebabkan efek kenyamanan. Rokok memiliki antidepressan yang menimbulkan efek kenyamanan pada

efek pada perokok, walaupun perilaku merokok merupakan perilaku yang membahayakan kesehatan karena terdapat 4000 racun dalam sebatang rokok (Roschayati, 2015).

Narkoba merupakan singkatan dari narkotika, psicotropika, bahan adiktif lainnya. Secara etimologis narkoba atau narkotika berasal dari bahasa Inggris *narcose* atau *narcosis* yang berarti menidurkan dan pembiusan. Narkotika berasal dari bahasa Yunani yaitu *narke* atau *narkam* yang berarti terbius sehingga tidak merasakan apa-apa. Narkotika berasal dari perkataan *narcotic* yang artinya sesuatu yang dapat menghilangkan rasa nyeri dan dapat menimbulkan efek *stupor* (bengong), bahan-bahan pembius dan obat bius. Dan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia mengistilahkan narkoba atau narkotika adalah obat yang dapat menenangkan syaraf, menghilangkan rasa sakit, menimbulkan rasa mengantuk atau merangsang. (Fransiska Novita Eleanora, 2011)

2. Pengetahuan Bahaya Narkoba

Berdasarkan hasil penelitian, Tingkat pengetahuan bahaya narkoba dalam mata pelajaran penjas di SMAN Kabuh Kabupaten Jombang memiliki tingkat pengetahuan bahaya narkoba pada kategori sangat tinggi. Dalam hal ini pengetahuan yang sudah didapatkan sangat baik, sehingga harus di implementasikan di kehidupan sehari-hari dan bukan sebatas pengetahuan saja.

Penyalahgunaan zat tersebut bisa menyebabkan keseimbangan elektrolit berkurang. Akibatnya badan kekurangan cairan. Jika efek ini terus terjadi, tubuh akan kejang-kejang, muncul halusinasi, perilaku lebih agresif, dan rasa sesak pada bagian dada. Jangka panjang dari dampak dehidrasi ini dapat menyebabkan kerusakan pada otak.

3. Pengetahuan Tentang Narkoba

Berdasarkan hasil penelitian, Tingkat pengetahuan tentang narkoba dalam mata pelajaran penjas di SMAN Kabuh Kabupaten Jombang memiliki tingkat pengetahuan pada kategori tinggi. Berarti siswa mempunyai pengetahuan dengan baik tentang narkoba, dan di harapkan siswa tidak mencoba mengkonsumsi narkoba.

Narkoba terdiri dari dua zat, yakni narkotika dan psicotropika. Dan secara khusus dua zat ini memiliki pengertian, jenis (golongan), serta diatur dengan undang- undang yang berbeda. Narkotika diatur dengan Undang-undang No.35 Tahun 2009, sedangkan psicotropika diatur dengan Undang-undang No.5 Tahun 1997. Dua undang-undang ini merupakan langkah pemerintah Indonesia untuk meratifikasi Konferensi PBB Gelap Narkotika Psicotropika Tahun 1988. Narkotika, sebagaimana bunyi pasal 1 UU No.22 Tahun 1997 didefinisikan sebagai zatatau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman baik buatan atau semi buatan yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran, mengurangi sampai menimbulkan nyeri dan dapat menimbulkan ketergantungan.

4. Narkoba Mengandung Zat Adiktif Atau Suatu Zat Yang Dapat Menimbulkan Ketergantungan.

Berdasarkan hasil penelitian, Tingkat pengetahuan tentang narkoba mengandung zat adiktif atau suatu zat yang dapat menimbulkan ketergantungan dalam mata pelajaran penjas di SMAN Kabuh Kabupaten Jombang memiliki tingkat pengetahuan pada kategori sangat tinggi. Dari hal tersebut siswa dapat memahami dengan sangat baik mengenai zat yang membuat kecanduan pada narkoba.

Narkoba adalah obat untuk menenangkan saraf, menghilangkan rasa sakit, dan menidurkan (dapat memabukkan, sehingga dilarang dijual untuk umum). Narkoba mempunyai banyak macam, bentuk, warna, dan pengaruh terhadap tubuh. Akan tetapi dari sekian banyak macam dan bentuknya, narkoba mempunyai banyak persamaan, diantaranya adalah sifat adiksi (ketagihan), daya toleran (penyesuaian) dan daya habitual (kebiasaan) yang sangat tinggi. Ketiga sifat inilah yang menyebabkan pemakai narkoba tidak dapat lepas dari “cengkraman” nya.

5. Pengetahuan Bahaya Merokok Pada Paru-Paru

Berdasarkan hasil penelitian, Tingkat pengetahuan Pengetahuan bahaya merokok pada paru-paru dalam mata pelajaran penjas di SMAN Kabuh Kabupaten Jombang memiliki tingkat pengetahuan pada kategori sangat tinggi. Dengan hal ini siswa sudah mengetahui akan bahaya rokok dan alangkah baiknya siwa menghindari paparan asap rokok.

Merokok dapat menyebabkan perubahan struktur dan fungsi saluran nafas dan jaringan paru-paru. Pada saluran napas besar, sel mukosa membesar (*hipertrofi*) dan kelenjar *mucus* bertambah banyak (*hiperplasia*). Pada saluran napas kecil, terjadi radang ringan hingga penyempitan akibat bertambahnya sel dan penumpukan lendir. Pada jaringan paru-paru terjadi peningkatan jumlah sel radang dan kerusakan alveoli (Tandra, 2013).

6. Pengetahuan Kandungan Zat Kimia Berbahaya Pada Rokok

Berdasarkan hasil penelitian, Tingkat pengetahuan Pengetahuan kandungan zat kimia berbahaya pada rokok dalam mata pelajaran penjas di SMAN Kabuh Kabupaten Jombang memiliki tingkat pengetahuan pada kategori sangat tinggi. Ini berarti siswa memahami zat-zat kima yang terdapat pada rokok yang artinya banyak siswa yang sudah mengetahui kandungan zat kimia pada rokok yang berbahaya dan dapat mempengaruhi kesehatan tubuh.

Di dalam buku Kisah Inspiratif Perjuangan Berhenti Merokok (Kholish, 2011), zat kimia yang terkandung dalam rokok, diantaranya:

a. Karbon Monoksida (CO)

Unsur ini dihasilkan oleh pembakaran tidak sempurna dari unsur zat arang/karbon. Gas CO yang dihasilkan sebatang rokok dapat mencapai 3% - 6% dan gas ini dapat dihisap oleh siapa saja. Seorang yang merokok hanya akan menghisap 1/3 bagian saja, yaitu arus tengah, sedangkan arus pinggir akan tetap berada di luar. Setelah itu perokok tidak akan menelan semua asap tetapi akan dikeluarkan lagi setelah asap tersebut. Gas CO mempunyai kemampuan mengikat hemoglobin

yang terdapat dalam sel darah merah, lebih kuat dibandingkan oksigen, di samping kadar oksigen udara yang sudah berkurang, ditambah lagi sel darah merah akan semakin kekurangan oksigen karena yang diangkut adalah CO dan bukan oksigen. Sel tubuh yang kekurangan oksigen akan melakukan *spasme*, yaitu menciutkan pembuluh darah. Bila proses ini berlangsung terus – menerus maka pembuluh darah akan mudah rusak dengan terjadinya proses aterosklerosis (penyempitan). Penyempitan pembuluh darah akan terjadi di mana – mana.

7. Pengetahuan Bahaya Merokok Pada Jantung

Berdasarkan hasil penelitian, Tingkat pengetahuan Pengetahuan bahaya merokok pada jantung dalam mata pelajaran penjas di SMAN Kabuh Kabupaten Jombang memiliki tingkat pengetahuan pada kategori sangat tinggi. Hal ini mendakan sebagian besar siswa mengetahui bahaya merokok bagi kesehatan.

Nikotin dari rokok dapat menyebabkan denyut jantung tidak teratur, serangan jantung tiba-tiba dan mengakibatkan kematian. Karbon monoksida pada rokok menghalangi masuknya oksigen kepada jantung yang dapat mengakibatkan serangan jantung secara tiba-tiba, apalagi kalau urat nadi pembuluh darah yang membekali otot-otot jantung dengan darah telah diendapi oleh penyakit karena nikotin dan karbon monoksida dari rokok tersebut (Nainggolan, 2006)

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok Dan Narkoba Dalam Mata Pelajaran Penjas, menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa SMAN KABUH kategori sangat tinggi yaitu dengan presentase 79,1% sebanyak 123 dari 154 siswa. Sedangkan yang kurang mengetahui dengan presentase 20,1% sebanyak 31 dari 154 siswa.

B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan sehubungan dengan hasil penelitian sebagai berikut :

1. Bagi siswa

Diharapkan dapat menambah wawasan dan mengimplementasikan pengetahuan tentang bahaya merokok dan narkoba pada diri sendiri, karena rokok merupakan gerbang awal untuk memulai mengkonsumsi narkoba.

2. Bagi Guru Pendidikan Jasmani

Diharapkan guru pendidikan jasmani dapat terus mengoptimalkan jam pelajaran yang ada dengan memberikan materi tentang bahaya merokok dan narkoba agar siswa lebih memahami lebih lanjut mengenai perilaku, bahaya dan efek dari merokok dan mengkonsumsi narkoba.

3. Bagi Sekolah

Diharapkan dapat terus memberikan penyuluhan tentang bahaya merokok dan narkoba secara rutin sekurang-kurangnya 1 tahun sekali. sehingga siswa lebih memahami lebih lanjut tentang bahaya maupun dampak yang diakibatkan.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat mengembangkan penelitian ini dengan desain yang berbeda dan dapat mengidentifikasi variabel-variabel lain yang berhubungan dengan bahaya merokok dan narkoba.

DAFTAR PUSTAKA

Elham. (2015) Persepsi Siswa SMK Kristen (TI) Salatiga Tentang Bahaya Merokok Bagi Kesehatan. *Journal Of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, (Online), 4 (5): 2, (<http://journal.unnes.ac.id>), diunduh 27 November 2019.

Fransiska Novita Eleanora (2011) Bahaya Penyalahgunaan Narkoba Serta Usaha Pencegahan Dan Penanggulangannya (Suatu Tinjauan Teoritis) <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/jurnalhukum/article/view/203>

Maksum, 2012. *Metodologi Penelitian Olahraga*. Unesa University Press-2012x, 259 hal., illus, 23,5.

Pingpong Rohmad Istiadi, (2012) PEMAHAMAN TENTANG BAHAYA NARKOBA DAN ROKOK PADA SISWA SMA N 1 KAYEN KABUPATEN PATI. <http://lib.unnes.ac.id/19202/1/6101405581.pdf>

Purwanto, Ngalim. (2007). Ilmu Pendidikan Teoritis dan Praktis. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.

Roschayati, (2015). Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Merokok <https://repository.unair.ac.id/106182/6/5.%20BAB%202.pdf>

Tandra, H. (2013) *Merokok dan Kesehatan*. at: http://www.antirokok.or.id/berita_berita_rokok_kesehatan.htm diakses tanggal 23 Januari 2018