

## **Persepsi individu dengan Perilaku Merokok Remaja Usia SMA di Kabupaten (EX) Provinsi Lampung**

### **Individual Perception of Smoking Behavior Among High School Students in (EX) Regency, Lampung Province**

**Bagus Perdana Kusuma Zain<sup>1</sup>, Lolita Sary<sup>2</sup>, Christin Angelina Febriani<sup>2</sup>, Sudjarwo<sup>2</sup>, Dhiny Easter Yanti<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Prodi Pascasarjana Kesehatan Masyarakat Universitas Malahayati, Lampung, Indonesia

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati, Lampung, Indonesia

Korespondensi Penulis : [angelina@malahayati.ac.id](mailto:angelina@malahayati.ac.id)

#### **ABSTRACT**

*There has been an increase in the number of cigarettes smoked per day among Indonesian residents aged 10-18 years, from 8.6 to 8.7 cigarettes. This study aimed to determine the perception of individuals with adolescent smoking behavior in high schools in (EX) Regency, Lampung Province. This was a quantitative study with a cross-sectional design. The population was high school students aged 10-18 years in (EX) Regency, Lampung Province, grades 10-11, totaling 301 students. A sample of 92 students from grades 10 and 11 was selected using purposive sampling. Data was collected using a questionnaire and analyzed using chi-square and logistic regression. The results showed that there was a relationship between the perception of susceptibility ( $p$ -value=0.09, OR=0.84), severity of illness ( $p$ -value=0.019, OR=8.419), perceived barriers ( $p$ -value=0.003, OR=14.059), and perceived self-efficacy ( $p$ -value=0.005, OR=5.825) with smoking behavior. There was no relationship with perceived benefits ( $p$ -value=0.538). It is recommended that schools, in collaboration with health centers, conduct screening using CO detectors. Increase the implementation of smoke-free areas, provide counseling for smokers to quit, and add extracurricular activities for students. Educate the school committee so that parents provide adequate pocket money to inhibit students' smoking behavior.*

**Keywords** : Health Belief Model, Individual student perception, Smoking behavior

#### **ABSTRAK**

Terjadi peningkatan jumlah batang rokok yang dihisap per hari pada penduduk Indonesia usia 10-18 tahun dari semula 8,6 batang per hari menjadi 8,7 batang. Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya persepsi individu dengan perilaku merokok remaja usia SMA di Kabupaten (EX) di Provinsi Lampung. Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan potong lintang. Populasi remaja usia SMA di SMA (EX) Kabupaten (EX) provinsi Lampung kelas X-XI sebanyak 301 siswa. Sampel penelitian sebanyak 92 siswa Kelas X dan XI SMA (EX). Sampel diambil dengan metode *purposive sampling*, alat ukur kuesioner dan data dianalisis menggunakan chi square dan regresi logistik. Hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan persepsi kerentanan ( $p$  value=0,09 OR=0,84), keparahan penyakit ( $p$  value=0,019 OR=8,419), persepsi hambatan ( $p$  value=0,003 OR=14.059), persepsi keyakinan diri ( $p$  value=0,005 OR=5.825) dengan perilaku merokok. Tidak terdapat hubungan manfaat ( $p$  value=0.538). Hendaknya Sekolah bersama dengan puskesmas melakukan skrining menggunakan CO detector. Meningkatkan Implementasi Kawasan Tanpa Rokok (KTR), konseling upaya berhenti merokok kepada perokok aktif dan menambah kegiatan ekstrakurikuler siswa. Edukasi kepada Komite Sekolah agar orangtua siswa memberikan uang saku secukupnya sebagai penghambat perilaku merokok siswa.

**Kata Kunci** : Health Belief Model, Persepsi individu siswa, Perilaku merokok

## PENDAHULUAN

Merokok merupakan bentuk penggunaan tembakau yang paling umum di seluruh dunia. Produk tembakau lainnya antara lain tembakau pipa, cerutu, tembakau panas, tembakau linting sendiri, bidis (rokok ukuran kecil dan tipis) dan kreteks, serta produk tembakau tanpa asap. Sekitar 80% dari 1,3 miliar pengguna tembakau di seluruh dunia tinggal di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah (WHO, 2023b).

Rata-rata jumlah batang rokok yang dihisap per hari pada penduduk usia  $\geq 10$  tahun berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2019 dibandingkan data Survey Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, dari semula jumlah batang per hari 12,8 batang menjadi 12,11 batang. Rata-rata jumlah batang rokok pada kelompok umur khusus 10-18 tahun semula 8,6 batang per hari meningkat menjadi 8,7 batang per hari (Kemenkes RI, 2019a)(Kemenkes RI, 2024b).

Proporsi umur pertama kali merokok pada penduduk umur  $\geq 10$  tahun di Indonesia data 2018 dibandingkan data 2023 pada umur 4-9 tahun semula 0,9% meningkat menjadi 1,5%, umur 10-14 tahun semula 10,6% meningkat menjadi 18,4%, pada umur 15-19 tahun semula 48,2% meningkat menjadi 56,5% (Kemenkes RI, 2019a)(Kemenkes RI, 2024b).

Proporsi umur pertama kali merokok di Indonesia pada umur  $\geq 10$  tahun berjenis kelamin laki-laki usia 4-9 tahun data 2018 dibandingkan data 2023 naik dari semula 0,9% menjadi 1,5%, pada umur 10-14 tahun semula 10,7% meningkat menjadi 18,5%, pada umur 15-19 tahun semula 48,7 menjadi 57,1%. Proporsi umur pertama kali merokok pada umur  $\geq 10$  tahun berjenis kelamin perempuan usia 4-9 tahun data 2018 dibandingkan data 2023 tetap dari semula 1,3% menjadi 1,3%, pada umur 10-14 tahun semula 8% meningkat menjadi 11,7%, pada umur 15-19 tahun semula 28,5 menjadi 35,7% (Kemenkes RI, 2019a)(Kemenkes RI, 2024b).

Proporsi umur pertama kali merokok pada penduduk di Indonesia umur  $\geq 10$  tahun berdasarkan tempat tinggal di perdesaan lebih tinggi

dibandingkan di perkotaan. Lokasi tinggal perdesaan data 2018 dibandingkan data 2023 pada umur 5-9 tahun semula 1% menjadi 1,3%, pada umur 10-14 tahun semula 11,6% menjadi 18,5%, pada umur 15-19 tahun semula 48,1% menjadi 56,8% (Kemenkes RI, 2019a)(Kemenkes RI, 2024b).

Proporsi umur 15-19 tahun menjadi objek penelitian karena secara nasional, merupakan proporsi umur pertama kali merokok tertinggi dibandingkan kelompok umur lainnya (5-9 tahun, 10-14 tahun, 20-24 tahun, 25-29 tahun,  $\geq 30$  tahun) dan diasumsikan objek penelitian berada dalam usia sekolah SMA dan berada di perdesaan.

Remaja usia SMA "EX" di Kabupaten (EX) Provinsi Lampung berlokasi di perdesaan, merupakan SMA favorit, memiliki jumlah siswa terbanyak di wilayah sekitar, dan belum pernah dilakukan penelitian terkait persepsi individu dengan perilaku merokok pada siswa SMA "EX". Peneliti melakukan upaya prasurvey pada 10 orang siswa kelas X1 mendapatkan hasil 50% siswa menyatakan seorang perokok, dan 70% menyatakan memiliki persepsi kerentanan terkena penyakit tinggi (menyadari jika merokok akan menimbulkan risiko terkena penyakit akut tertentu), 60% menyatakan memiliki persepsi keparahan penyakit tinggi (menyadari jika merokok akan menimbulkan risiko terkena penyakit kronis dan komplikasi), sebanyak 50% memiliki persepsi manfaat berhenti merokok tinggi (menyadari ada dampak positif jika berhenti merokok), sebanyak 70% menyatakan memiliki persepsi hambatan tinggi (menyadari akan adanya hambatan untuk berhenti merokok), dan 30% memiliki persepsi kemampuan diri tinggi untuk berhenti merokok.

Penelitian terdahulu yang dilakukan (Ghanbarnejad et al, 2022) tentang perilaku merokok pada siswa sekolah menggunakan teori *HBM* mendapatkan ada hubungan pengetahuan, *susceptibility*, *severity*, *barrier*, *benefit*, *self efficacy*, *cues to action* dengan perilaku merokok. Penelitian (Guncan et al, 2021) berjudul evaluasi perilaku menghisap rokok

menggunakan *HBM* mendapatkan hasil ada hubungan kerentanan yang dirasakan, persepsi keparahan, *Perceived benefit, cues to action dan self efficacy* dengan perilaku berhenti merokok. Penelitian (Herlambang et al., 2020) tentang Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencegahan Merokok Remaja di SMA mendapatkan hasil terdapat hubungan positif antara kerentanan, keparahan, isyarat untuk bertindak, efikasi diri, manfaat yang dirasakan dengan perilaku pencegahan merokok.

Berdasarkan uraian diatas oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "persepsi individu dengan perilaku merokok usia remaja di Kabupaten (Ex) Provinsi Lampung"

## METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan Cross sectional. Subjek penelitian ini adalah seluruh remaja usia SMA di SMA (EX) Kabupaten (EX) provinsi Lampung kelas X-XI sebanyak 301 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah ini adalah remaja usia SMA di Kabupaten (EX) provinsi Lampung kelas X-XI yang merokok sebanyak 92 orang. Peneliti mengambil responden kelas X dan XI yang digunakan sebagai kelompok sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi seperti remaja usia SMA Kelas X dan XI SMA (EX), merokok aktif. Kriteria Eksklusi: tidak merokok. Alat ukur kuesioner dan data dianalisis menggunakan *chi square* dan regresi logistik.

## HASIL

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi univariat**

Variabel	Kategori	n	%
Jenis kelamin	Laki-laki	92	100
	perempuan	0	100
Umur pertama kali merokok	10-14 tahun	42	45,7
	15-19 tahun	50	54,3
Jenis rokok yang biasa dihisap	Kretek	21	22,8
	putih	37	40,2
	elektrik	34	37,0
Prilaku Merokok, Rata-rata batang rokok yang dihisap / hari	1-10	72	78,3
	batang/hari $\geq 11$	20	21,7
Biaya yang diperlukan untuk membeli rokok	< Rp 10.000	72	78,3
	$\geq$ Rp 10.000	20	21,7
Persepsi kerentanan ( <i>perceived susceptibility</i> ) akibat rokok	Negatif/rendah	54	41,4
	Positif/tinggi	38	58,6
Persepsi keparahan penyakit ( <i>Perceived severity</i> ) akibat merokok	Negatif/rendah	51	55,4
	Positif/tinggi	41	44,6
Persepsi Manfaat merokok	Negatif/rendah	50	54,4
	Positif/tinggi	42	45,6
Persepsi Hambatan ( <i>Perceived barrier</i> ) untuk merokok	Negatif/rendah	48	52,1
	Positif/tinggi	44	47,9
Persepsi keyakinan diri ( <i>Perceived self efficacy</i> ) untuk merokok	Negatif/rendah	29	31,5
	Positif/tinggi	63	68,5

Berdasarkan tabel 1 Responden perokok yang berpartisipasi dalam penelitian menyatakan umur pertama kali merokok 10-14 tahun sebanyak 42 orang (45,7%) dan umur 15-19 tahun sebanyak 50 (54,3%). Responden menyatakan jenis rokok yang dihisap. umur pertama kali merokok 10-14 tahun sebanyak 42 orang (45,7%) dan umur 15-19 tahun sebanyak 50 (54,3%). Diantara yang merokok, umur pertama kali merokok adalah 15-19 tahun sebanyak 50 orang (54,3%) dan umur 10-14 tahun 42 (45,7%). Jenis rokok yang terbanak dihisap adalah rokok putih 37 (40,2%), rokok elektrik 34 (37%) dan rokok kretek 21 (22,8%). rata-rata rokok yang dihisap per hari adalah 1-10 btang sebanyak 72 (78,3%) dan  $\geq 11$  batang sebanyak 20 orang (21,7%). Terbanyak biaya yang dikeluarkan untuk membeli rokok per hari adalah < Rp 10.000 sebanyak 72 orang (42,6%) dan  $\geq$  Rp 10.000 sebanyak 20 (21,7%). Responden yang berpartisipasi dalam penelitian kategori negatif/persepsi kerentanan rendah sebanyak 54 orang (41,4%) dan

positif/persepsi kerentanan tinggi sebanyak 38 (58,6%). Responden yang berpartisipasi dalam penelitian kategori negatif/persepsi keparahan akibat merokok rendah sebanyak 51 orang (55,4%) dan positif/persepsi keparahan penyakit tinggi akibat merokok sebanyak 41 (44,6%). Responden yang berpartisipasi dalam penelitian kategori persepsi manfaat gaya hidup merokok negatif/persepsi manfaat gaya hidup merokok tinggi sebanyak 50 orang (54,4%) dan persepsi positif/persepsi manfaat merokok rendah sebanyak 42 (45,6%). Responden yang berpartisipasi dalam penelitian kategori persepsi negatif/persepsi hambatan untuk merokok rendah sebanyak 48 orang (52,1%) dan persepsi positif/persepsi hambatan merokok tinggi sebanyak 44 (47,9%). Responden yang berpartisipasi dalam penelitian kategori persepsi negatif/keyakinan diri untuk berperilaku merokok sebanyak 29 orang (31,5%) dan positif/ berkeyakinan diri merokok rendah sebanyak 63 (68,5%).

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Bivariat**

Variabel	Kategori	Perilaku Merokok		Jumlah	p-value
		1-10 batang/hari	$\geq 11$ batang/hari		
Persepsi kerentanan	Negatif/ Rendah	28	26	54	0.009
	Positif/ Tinggi	5	33	38	
Persepsi Keparahan	Negatif/ Rendah	27	24	51	0.019
	Positif/ Tinggi	6	35	41	
Persepsi Manfaat	Negatif/ Rendah	27	23	50	0.538
	Positif/ Tinggi	6	36	42	
Persepsi hambatan	Negatif/ Rendah	25	23	48	0.003
	Positif/ Tinggi	8	36	44	
Persepsi Keyakinan Diri	Negatif/ Rendah	19	10	29	0.005
	Positif/ Tinggi	14	49	63	

Berdasarkan tabel 3 Terdapat hubungan persepsi kerentanan (*perceived susceptibility*) dengan perilaku "PATUH" p value=0,031 OR=2,1. Terdapat hubungan persepsi keparahan penyakit (*perceived severity*) dengan perilaku "PATUH" p value=0,001 OR=3,5. Terdapat hubungan persepsi manfaat

(*perceived benefit*) dengan perilaku "PATUH" p value=0,000 OR=3,9. Tidak terdapat hubungan persepsi hambatan (*perceived barrier*) dengan perilaku "PATUH" p value=0,068. Terdapat hubungan keyakinan diri (*Per Perceived self efficacy*) dengan perilaku "PATUH" p value=0,006 OR=2,9.

**PEMBAHASAN**

### **Hubungan Persepsi Kerentanan Dengan Perilaku Merokok**

Berdasarkan pengujian bivariat menunjukkan persepsi kerentanan terkena penyakit memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok. Teori yang terkait hipotesa ini merokok adalah salah satu penyebab penumpukan plak dalam arteri. Plak tersebut terbuat dari kolesterol dan jaringan parut, kemudian menyumbat dan menyempitkan pembuluh darah. Hal ini memicu nyeri dada, kelemahan dan serangan jantung atau stroke. Plak dapat pecah dan menyebabkan bekuan yang menghalangi arteri. Selain dampak tersebut, menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan merokok dengan kejadian Tuberkulosis paru-paru. Bagi bukan perokok, hal yang harus dilakukan untuk menghindari dampak asap rokok adalah jangan pernah mendekati perilaku merokok atau mendekati orang yang sedang merokok sehingga turut menghisap asapnya. Ketika seseorang menghirup asap rokok, maka trombosit akan lengket dan membentuk gumpalan, seperti orang yang merokok. Menghabiskan waktu di ruang yang penuh asap rokok akan memicu Teori yang terkait hipotesa ini merokok adalah salah satu penyebab penumpukan plak dalam arteri. Plak tersebut terbuat dari kolesterol dan jaringan parut, kemudian menyumbat dan menyempitkan pembuluh darah. Hal ini memicu nyeri dada, kelemahan dan serangan jantung atau stroke. Plak dapat pecah dan menyebabkan bekuan yang menghalangi arteri. Selain dampak tersebut, menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan merokok dengan kejadian Tuberkulosis paru-paru. Bagi bukan perokok, hal yang harus dilakukan untuk menghindari dampak asap rokok adalah jangan pernah mendekati perilaku merokok atau mendekati orang yang sedang merokok sehingga turut menghisap asapnya. Ketika seseorang menghirup asap rokok, maka trombosit akan lengket dan membentuk gumpalan, seperti orang yang merokok. Menghabiskan waktu di ruang yang penuh asap rokok akan memicu serangan jantung. Merokok bukanlah satu-satunya penyebab masalah ini, namun dengan merokok masalah akan menjadi lebih

buruk. serangan jantung. Merokok bukanlah satu-satunya penyebab masalah ini, namun dengan merokok masalah akan menjadi lebih buruk. Sedangkan bagi perokok aktif, yang harus dilakukan adalah segera berhenti merokok untuk menekan resiko kesehatan akibat merokok. Sudah tertera dalam setiap iklan maupun bungkus rokok bahwa merokok dapat memberikan dampak buruk bagi kesehatan, seperti kanker dan impotensi, namun masih banyak penggemar dari rokok ini. Berbagai alasan dikemukakan alasan untuk meneruskan perilaku merokok, seperti dampak buruk dari merokok tidak dirasakan. Para perokok tidak merasa beresiko dalam kesehatannya karena tidak merasakan apa-apa, yang tidak diketahui para perokok adalah organ di dalam tubuh mereka lah yang mengalami penurunan fungsi akibat merokok, seperti paru-paru dan kerja jantung (Wibowo, 2017). Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian adalah (Ghanbarnejad et al., 2022), (Güncan et al., 2021), (Herlambang et al., 2020), (Aly, 2022).

Analisa peneliti berdasarkan fakta yang ditemukan di lapangan penggunaan tembakau/merokok sebagai salah satu factor risiko utama PTM dengan risiko kematian tinggi. P value 0,0003 OR 2,1 ada hubungan persepsi kerentanan dengan perilaku merokok remaja usia SMA dikarenakan sebagai remaja yang mulai merokok pada usia dini cenderung mengembangkan kecanduan nikotin yang lebih parah, daripada dengan orang yang mulai merokok pada usia lebih dewasa. Jika sudah kecanduan, akan sangat sulit untuk menghentikannya, dan akibatnya bisa mengalami *mood swing* atau gelisah apabila tidak segera merokok. Perokok lebih sering terserang penyakit pernapasan seperti pilek, flu, bronkitis, dan pneumonia, lama-kelamaan penyakit tersebut dapat mengarah pada penyakit pernapasan yang lebih parah. Remaja yang sudah kecanduan rokok biasanya cenderung mengabaikan waktu makan dan lebih memilih merokok. Akibat mereka bisa kekurangan nutrisi untuk tumbuh, berkembang, dan melawan penyakit dengan baik. Semakin dini remaja menjadi perokok aktif, dan mempertahankan kebiasaan tersebut hingga dewasa, maka semakin besar pula

risiko mereka terkena penyakit paru obstruktif kronik.

Solusi yang dapat peneliti tawarkan adalah melalui gerakan promosi kesehatan, deteksi dini faktor risiko disekolah dan menganjurkan remaja untuk memanfaatkan posbindu PTM terdekat tempat remaja tinggal. harapannya sesuai hasil analisa statistik di lokasi penelitian remaja yang merasa rentan akan dampak bahaya rokok berpeluang untuk tidak merokok sebanyak 2 kali dibandingkan remaja yang tidak merasa rentan.

### **Hubungan Persepsi Keparahan Penyakit Akibat Tetap Merokok Terhadap Perilaku Merokok**

Berdasarkan pengujian bivariat menunjukkan persepsi keparahan penyakit akibat tetap merokok memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok. Teori yang terkait hipotesa ini adalah persepsi keparahan terhadap penyakit sering didasarkan pada informasi atau pengetahuan pengobatan, mungkin juga berasal dari kepercayaan terhadap orang yang memiliki kesulitan tentang penyakit yang diderita atau dampak dari penyakit terhadap kehidupannya (McCormick-Brown, 1999) dalam (Rachmawati, 2012), (Priyoto, 2014). Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian (Ghanbarnejad et al., 2022), (Güncan et al., 2021), (Herlambang et al., 2020), (Aly, 2022).

Analisa peneliti berdasarkan fakta yang ditemukan di lapangan, efek pajanan rokok pada remaja yang mungkin muncul adalah gangguan prestasi belajar, gangguan kecerdasan dan kemampuan belajar, perkembangan paru-paru terganggu. mudah terinfeksi penyakit (meningitis, infeksi telinga tengah, pneumonia, bronchitis, asma), sulit sembuh bila sakit karena sistem kekebalan tubuh menurun. timbulnya gangguan kulit dan plak gigi, tampak lebih tua dari usia sebenarnya bahkan kecanduan hingga timbul perilaku negatif, seperti perilaku agresif. Remaja yang mulai merokok di bawah usia 15 tahun memiliki kemungkinan 4 kali lebih besar untuk mengembangkan kanker paru-paru dibandingkan mereka yang mulai pada usia 25 atau lebih.

### **Hubungan Persepsi Manfaat Merokok Terhadap Perilaku Merokok**

Berdasarkan pengujian bivariat menunjukkan persepsi manfaat merokok memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok. Teori yang terkait hipotesa ini adalah *Perceived benefit* terdiri dari manfaat medis dan psikososial dalam perilaku yang meningkatkan kesehatan (Abraham & Sheeren) dalam (Conner & Norman, 2005). Persepsi yang tidak terkait kesehatan lainnya, seperti tabungan finansial yang akan didapat jika dengan berhenti merokok atau berhenti merokok akan meningkatkan derajat kesehatan keluarga sehingga dapat juga mempengaruhi keputusan perilaku merokok (Glanz et al, 2008). Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian (Ghanbarnejad et al., 2022), (Güncan et al., 2021), (Herlambang et al., 2020), (Aly, 2022).

Analisa peneliti berdasarkan fakta yang ditemukan di lapangan manfaat berhenti merokok antara lain remaja terhindar dari faktor risiko penyakit, hemat karena pembelian rokok dapat membeli kebutuhan akademis siswa seperti membayar biaya les, eskul atau mengikuti klub olahraga. Solusi yang peneliti tawarkan adalah mengedukasi siswa melalui media visual, audio, audio visual sebelum memulai pelajaran tentang manfaat berhenti merokok ada 20 menit pertama, manfaatnya adalah tekanan darah, denyut jantung dan aliran darah tepi pada seseorang akan membaik. Untuk 12 jam berikutnya, hampir semua nikotin dalam tubuh sudah dimetabolisme dan tingkat CO di dalam darah kembali normal. Sampai 48 jam nikotin mulai tereliminasi dari tubuh. tidak hanya itu, Fungsi pengecap dan penciuman mulai membaik serta sistem kardiovaskular meningkat. Pada hari kelima sejak berhenti merokok, sebagian besar metabolit nikotin dalam tubuh sudah hilang. Selain itu, fungsi pengecap dan pembau jauh menjadi lebih baik serta sistem kardiovaskular juga terus mengalami peningkatan yang baik. Periode dua sampai dengan enam minggu setelahnya, risiko infeksi pada luka setelah pembedahan berkurang secara bermakna. Fungsi silia saluran nafas dan fungsi paru pun akan membaik, serta nafas pendek

dan batuk-batuk akan berkurang. Periode tahun setelah berhenti merokok, risiko penyakit jantung koroner menurun setengahnya dibandingkan orang yang tetap merokok. Setelah lima tahun berhenti merokok, risiko stroke menurun pada level yang sama seperti orang yang tidak pernah merokok. Jika sepuluh tahun berhenti merokok semua penyebab mortalitas dan risiko penyakit jantung koroner menurun pada level yang sama seperti orang yang tidak pernah merokok. Berhenti merokok menurunkan risiko penyakit tidak menular, dapat memperbaiki penampilan, membuat remaja glowing tanpa rokok, membuat lebih produktif dan dapat mengurangi kemiskinan pada keluarga pra-sejahtera.

### **Hubungan Persepsi Hambatan Merokok Terhadap Perilaku Merokok**

Berdasarkan pengujian bivariat menunjukkan persepsi hambatan merokok memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok. Teori yang terkait hipotesa ini adalah komponen hambatan terdiri atas hambatan praktis untuk melakukan perilaku (misal waktu, biaya, ketersediaan, transportasi, waktu tunggu, biaya psikologis terkait untuk melakukan perilaku tersebut, rasa sakit, rasa malu yang ditimbulkan, ancaman terhadap kesejahteraan hidup, gaya hidup dan mata pencaharian (Abraham & Sheeren dalam Conner & Norman, 2015). Analisis biaya-manfaat dilakukan individu dalam menimbang manfaat tindakan yang diharapkan dengan hambatan yang dirasakan. Misalnya analisis yang dilakukan individu adalah melakukan upaya mengelola penyakit bisa membantu saya untuk hidup lebih sehat, tapi mungkin saja mahal (karena melakukan anjuran), memiliki efek samping negatif (karena harus berhenti merokok dianggap dapat menyebabkan kegemukan), tidak menyenangkan, tidak nyaman,. Dengan demikian, gabungan tingkat kerentanan dan tingkat keparahan menyediakan energi atau kekuatan untuk bertindak dan persepsi manfaat (minus hambatan) memberikan jalan tindakan yang disukai (Glanz et al, 2008). Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian (Ghanbarnejad et al., 2022), (Herlambang et al., 2020), (Aly, 2022).

Analisa peneliti berdasarkan fakta yang ditemukan di lapangan adanya hambatan anak remaja untuk membeli rokok adalah uang jajan tidak mencukupi, merasa belum cukup dewasa, merasa bahwa merokok adalah hal yang berbajaya. adanya larangan merokok di sekolah, adanya hukuman jika ketahuan dan sering ada razia. Solusi yang peneliti tawarkan adalah hendaknya sekolah mengadakan razia secara periodic dan rahasia, dilanjutkan dengan dibantu oleh orang tua untuk mengawasi dan membimbing anaknya ketika dirumah. Melakukan branding sekolah/deklarasi sekolah tanpa asap rokok dan sekolah ramah anak dan terus melakukan edukasi ke siswa bahwa siswa lulus dan dan memasuki dunia kampus/dunia kerja, mereka akan terkendala dengan hasil *medical check-up*. Universitas/perusahaan akan mencari karyawan dengan hasil *medical check-up* bagus. Bagi siswa yang merokok, mereka tidak memenuhi syarat kesehatan sesuai kriteria perusahaan. Pencegahan dapat dilakukan dengan pendekatan terhadap siswa secara perlahan-lahan. Secara tidak langsung hal ini akan membuat ikatan emosional antara siswa, keluarga, dan guru. Mengenali setiap lingkaran pertemanan anak juga menjadi salah satu faktor utama untuk memperhatikan tingkah laku siswa. Siswa yang tidak dekat secara emosional dengan keluarga akan lebih memilih menghabiskan waktu dengan teman-teman sebaya dan teman satu tongkrongan. Apabila terdapat siswa yang melakukan pelanggaran ketentuan larangan merokok, pencatatan poin pelanggaran siswa dan sanksi akan diberikan sehingga membuat siswa jera. Orang tua atau wali akan dipanggil untuk memberikan peringatan kepada siswa. Terjalinya kerja sama antara guru dan orang tua untuk membina siswa agar lebih terarah dan mengurangi pelanggaran larangan merokok di kalangan siswa. Peraturan larangan merokok tentu tidak hanya untuk siswa, tetapi berlaku untuk semua yang ada di lingkungan sekolah, termasuk guru, karyawan untuk menciptakan sosok role model perilaku sehat.

### **Hubungan Persepsi Keyakinan Diri untuk Merokok (*Self Efficacy*) Terkait Budaya Terhadap Perilaku Merokok**

Berdasarkan pengujian bivariat menunjukkan persepsi keyakinan diri untuk merokok (*self efficacy*) terkait budaya memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok. Teori yang terkait hipotesa ini adalah keyakinan seseorang akan kemampuannya yang akan memengaruhinya dalam bereaksi terhadap situasi dan kondisi tertentu. Schultz (1994) dalam (Lianto, 2019) memandangnya sebagai perasaan terhadap kecukupan, efisiensi, dan kemampuan dalam mengatasi berbagai masalah kehidupan. *Self-efficacy* merujuk pada keyakinan individu mengenai kemampuannya dalam melaksanakan suatu tugas secara berhasil (Ivancevich, Konopaske, dan Matteson, 2007; McShane dan Von Glinow, 2005) dalam (Lianto, 2019). Efikasi diri sebagai kepercayaan akan kemampuan diri. Individu yang mempunyai kepercayaan diri tinggi mengenai kemampuannya akan lebih optimis dan berupaya keras melibatkan diri dengan organisasi daripada individu yang mempunyai kepercayaan diri rendah. Lebih jauh, individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi bahkan dapat mengabaikan umpan balik negatif. Sementara individu dengan *self-efficacy* rendah cenderung mengurangi upaya ketika mendapat umpan balik negative (Bandura dan Cervone, 1986) dalam (Lianto, 2019). Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian (Ghanbarnejad et al., 2022), (Günçan et al., 2021), (Herlambang et al., 2020), (Aly, 2022).

Analisa peneliti berdasarkan fakta yang ditemukan di lapangan *self-efficacy* pada remaja adalah bergantung pada situasi/pengalaman terkait dengan rokok, khususnya keluarga inti yang perokok, sejak dini dikenalkan dengan rokok, sehingga secara tidak sadar menganggap rokok bukan barang berbahaya. adanya acara kemasyarakatan yang menormalisasi merokok di tempat umum. Solusi yang peneliti tawarkan adalah melakukan komitmen pada keluarga untuk tidak menormalisasi rokok di rumah, menyuruh anak membeli rokok ataupun memberikan kemudahan akses anak terhadap rokok misalnya membeli

dengan satuan. Perlunya penggerakan masyarakat untuk mencegah perokok pemula karena semakin muda seseorang merokok, tingkat adiksi rokok akan semakin tinggi, sehingga sulit bagi anak berhenti merokok. Kecanduan ini akan mempengaruhi seseorang dalam kehidupan sosial ekonomi, salah satunya ketika kelak mereka membangun keluarga, pengeluaran yang terbesar adalah untuk membeli rokok, mengalahkan makanan bernutrisi.

### **Variabel yang paling berhubungan dengan perilaku merokok**

Berdasarkan pengujian multivariat menunjukkan bahwa variabel persepsi hambatan merokok memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok. Berdasarkan pengujian multivariat variabel ini merupakan variabel independen urutan pertama yang memiliki hubungan dominan terhadap perilaku merokok dengan nilai *Exp(B)/Odd Ratio* paling tinggi yaitu sebesar 14.059. Variabel persepsi keparahan penyakit jika tetap merokok berdasarkan pengujian multivariat menunjukkan memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok. Variabel ini merupakan variabel independen kedua memiliki hubungan paling dominan terhadap perilaku merokok dengan nilai *Exp(B)/Odd Ratio* sebesar 8.419. Variabel persepsi keyakinan diri untuk merokok (*self efficacy*) terkait budaya merokok berdasarkan pengujian multivariat menunjukkan memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok. Variabel ini merupakan variabel independen ketiga yang memiliki hubungan paling dominan terhadap perilaku merokok dengan nilai *Exp(B)/Odd Ratio* sebesar 5.8245. Variabel persepsi kerentanan terkena penyakit akibat merokok berdasarkan pengujian multivariat. Variabel ini merupakan variabel independen keempat yang memiliki hubungan paling dominan dengan nilai *Exp(B)/Odd Ratio* sebesar 0.084. Sedangkan, variabel persepsi manfaat merokok berdasarkan pengujian multivariat tidak memiliki hubungan terhadap perilaku merokok.

Analisa peneliti berdasarkan fakta yang ditemukan di lapangan HBM adalah teori terbaik dalam menjelaskan perubahan dan pemeliharaan perilaku

yang berhubungan dengan kesehatan serta kerangka kerja untuk intervensi perilaku kesehatan. Unsur lain dari HBM adalah masalah hambatan yang dirasakan untuk melakukan perubahan. Hal ini berhubungan dengan proses evaluasi individu sendiri atas hambatan yang dihadapi untuk mengadopsi perilaku baru. Persepsi tentang hambatan yang akan dirasakan merupakan unsur yang sangat signifikan dalam menentukan apakah terjadi perubahan perilaku atau tidak. Berkaitan dengan perilaku baru yang akan diadopsi, seseorang harus percaya bahwa manfaat dari perilaku baru harus lebih besar daripada konsekuensi melanjutkan perilaku lama.

Solusi yang peneliti tawarkan mengingat remaja yang mulai merokok di bawah usia 15 tahun memiliki kemungkinan 4 kali lebih besar untuk mengembangkan kanker paru-paru dibandingkan mereka yang mulai pada usia 25 atau lebih hendaknya sekolah bekerja sama dengan Puskesmas wilayah kerja untuk melaksanakan pemeriksaan kadar Co pada siswa secara periodic. Mengingat salah satu kelemahan CO Analyzer memang demikian, apabila merokok terakhir dilakukan > 24 jam, maka tidak akan didapatkan kadar CO yang tinggi. Alat tersebut hanya dapat mendeteksi bagi yang merokok < 24 jam sehingga skrining kadar Co perlu dilakukan secara mendadak dan rahasia waktunya. Bagi yang ditemukan kadar CO tinggi, dirujuk ke Unit Berhenti Merokok di Puskesmas terdekat.

### KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian tentang remaja usia SMA di Kabupaten (EX) Provinsi Lampung dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan persepsi hubungan persepsi kerentanan ( $p$  value=0,09 OR=0,84), keparahan penyakit ( $p$  value=0,019 OR=8,419), persepsi hambatan ( $p$  value=0,003 OR=14.059), persepsi keyakinan diri ( $p$  value=0,005 OR=5.825) dengan perilaku merokok. Tidak terdapat hubungan manfaat ( $p$  value=0.538).

### SARAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang masih rendah akan kesadaran penyakit yang

ditimbulkan dari rokok serta keparahan akan penyakit yang ditimbulkan jika merokok dilakukan dalam jangka panjang, maka perlu adanya sosialisasi yang dikemas dalam program sekolah yang menarik terkait edukasi kerugian yang ditimbulkan akibat perilaku merokok, serta rokok tidak memberikan manfaat terutama bagi kesehatan tubuh. Hendaknya Sekolah bersama dengan puskesmas melakukan skrining menggunakan CO detector. Meningkatkan Implementasi Kawasan Tanpa Rokok (KTR), konseling upaya berhenti merokok kepada perokok aktif dan menambah kegiatan ekstrakurikuler siswa. Edukasi kepada Komite Sekolah agar orangtua siswa memberikan uang saku secukupnya sebagai penghambat perilaku merokok siswa.

### DAFTAR PUSTAKA

- Aly, D. F. N. (2022). *Penerapan Teori Health Belief Model Dalam Perilaku Pengendalian Hipertensi Dengan Indikator Patuh Pada Penderita Hipertensi Usia Produktif (26-45 Tahun) Di Desa Rawa Wilayah Kerja Puskesmas Cingambul*. Universitas Siliwangi Tasikmalaya.
- Conner, M., & Norman, P. (2005). *Predicting Health Behaviour*. Mark Conner and Paul Norman.
- Ghanbarnejad, A., Homayuni, A., Hosseini, Z., & Madani, A. (2022). Smoking Behavior Among Students : Using Health Belief Model and Zero-Inflated Ordered Probit Model. *Tobacco and Health*, 1(2), 74-82. <https://doi.org/10.34172/thj.2022.12>
- Güncan, N. Y., Kurcer, M. A., & Erdogan, Z. (2021). Archives of Environmental & Occupational Health The evaluation of the smoking cessation behaviors of coal miners according to the health belief model: A cross-sectional study. *Archives of Environmental & Occupational Health*, 0(0), 1-8. <https://doi.org/10.1080/19338244.2021.1950598>
- Herlambang, C., Nugrahani, S., & Avinka Muthmainnah. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencegahan Merokok Remaja di SMA 1 Taman Kabupaten Sidoarjo.

Persepsi Individu dengan Perilaku..... (Bagus Perdana Kusuma Zain, Lolita Sary, dkk)

- Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 87–102. Kemenkes RI. (2019b). Laporan Provinsi Lampung RISKESDAS 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Kemenkes RI. (2024a). *Kelompok Usia Remaja 10-18 Tahun*. Ayosehat.Kemkes.Go.Id.
- Kemenkes RI. (2024b). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Dalam Angka. In <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>.
- Lianto. (2019). Self-Efficacy: A Brief Literature Review. *Jurnal Manajemen Motivasi*, 15(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Priyoto. (2014). *Teori Sikap dan Perilaku dalam Kesehata dilengkapi contoh kuesioner* (Edisi Pert). Nuha Medika.
- Rachmawati, W. C. (2012). Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku. In *Jakarta: Rineka Cipta*. Wineka Medika.
- WHO. (2023b). *Tobacco*. [www.who.int](http://www.who.int). <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
- Wibowo, M. (2017). Persepsi Kerentanan Dan Keseriusan Terkena Penyakit Akibat Merokok Dengan Kemungkinan Remaja Berhenti Merokok Di Gondokusuman, Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional IKAKESMADA &quot;Peran Tenaga Kesehatan Dalam Pelaksanaan SDGs*, 281–285. <http://eprints.uad.ac.id/5423/1/37>.