

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok di kalangan remaja

By Desmon Wirawati

3

INFORMASI ARTIKEL

Received: October, 20, 2021

Revised: November, 27, 2021

Available online: December, 05, 2021

at : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik>

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok di kalangan remaja

Desmon Wirawati*, Sudrajat

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Cendekia Abditama
Korespondensi Penulis: Desmon Wirawati. *Email: nerswr@yahoo.co.id

Abstract

Factors influencing smoking behavior among adolescents

Background: Base on research that the overall smoking prevalence among Indonesian adolescents is 7.2%. The prevalence is substantially higher among males compared to females. Smoking behavior started with curiosity and peer influence and also occurs because of the influence of the social environment.

Purpose : To know the factors influencing smoking behavior among adolescents

Method: A quantitative approach, the population is teenagers as student status at government Junior High School Kelapa Dua, Tangerang Banten and the sample is 659 respondents using a total sampling technique. The questionnaire had tested for validity and reliability before being used.

The instrument used to measure the level of knowledge is a knowledge questionnaire using a true and false linker scale and analyzed using the chi-square test.

Results: The finding that adolescents' knowledge was in a good category 59.51% regarding of health effects of cigarette smoking. The biggest risk factor for adolescents to smoke is family members who smoke at the home of 69.33%.

Conclusion : Knowledge among adolescents about the impact of smoking on health is still relatively good but has a smoking risk factor, namely the presence of family members who smoke. The recommendation for the management of the public health center, keep always promote the impact of smoking on health in every family towards a physically and mentally healthy family.

Keywords: Influencing; Smoking; Adolescents

Pendahuluan: Prevalensi merokok secara keseluruhan di kalangan remaja Indonesia adalah 7,2%, Prevalensi secara substansial lebih tinggi di antara laki-laki dibandingkan dengan perempuan. Perilaku merokok diawali oleh rasa ingin tahu dan pengaruh teman sebaya. Remaja mulai merokok terjadi akibat pengaruh lingkungan sosial.

Tujuan: Mengetahui Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok di kalangan remaja

Metode: Pendekatan kuantitatif, populasinya adalah remaja berstatus pelajar SMP Negeri Kelapa Dua Tangerang Banten dan sampel sebanyak 659 responden dengan teknik total sampling. Kuesioner telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan adalah angket pengetahuan menggunakan skala linker benar dan salah dan dianalisis menggunakan uji chi-square.

Hasil: Pengetahuan remaja dalam kategori baik 59,51% tentang dampak merokok terhadap kesehatan. Faktor risiko terbesar remaja untuk merokok adalah anggota keluarga yang merokok di rumah sebesar 69,33%.

Simpulan: Pengetahuan di kalangan remaja tentang dampak rokok bagi kesehatan masih tergolong baik namun memiliki faktor risiko merokok yaitu adanya anggota keluarga yang merokok. Saran bagi pengelola Puskesmas,

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i3.5349>

tetap selalu mensosialisasikan dampak rokok terhadap kesehatan pada setiap keluarga menuju keluarga yang sehat jasmani dan rohani.

Kata Kunci: Mempengaruhi; Perilaku; Merokok; Remaja

PENDAHULUAN

Remaja merupakan menjadi kelompok umur yang memiliki risiko tinggi untuk mengalami masalah kesehatan dikarenakan perilaku tidak sehat. Faktor risiko yang dimiliki remaja adalah biologi (risiko terkait usia), sosial dan lingkungan, serta gaya hidup (perilaku) (Stanhope, & Lancaster, 2014). Perilaku merokok pada remaja saat ini dianggap wajar di masyarakat, dan tingkat penyebaran perokok saat ini paling tinggi terjadi pada anak usia remaja.

Perilaku merokok adalah gaya hidup yang merugikan kesehatan diri sendiri dan orang lain (Rochayati & Hidayat, 2015). Lestari et al, (2017) menyatakan Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang mengalami perkembangan dan perubahan yang sangat pesat. Terdapat hubungan kausal antara penggunaan rokok dengan terjadinya berbagai penyakit kanker, penyakit jantung, penyakit sistem saluran pernapasan, penyakit gangguan reproduksi dan kehamilan, karena asap tembakau mengandung lebih dari 4000 bahan toksik dan 43 bahan penyebab kanker (karsinogenik), (Marvina, 2020).

Tobacco Atlas menyatakan merokok adalah penyebab bagi hampir 90% kanker paru, 75% penyakit paru obstruktif kronis (PPOK), dan juga menjadi 25% penyebab serangan jantung. Indonesia masih menjadi negara ketiga dengan jumlah perokok aktif terbanyak di dunia (61, 4 juta perokok), setelah China dan India. Tingginya jumlah perokok aktif tersebut berbanding lurus dengan jumlah *non-smoker* yang terpapar asap rokok orang lain (*second-hand smoke*) yang semakin bertambah (97 juta penduduk Indonesia), ebanyak 43 juta anak-anak Indonesia terpapar asap rokok (Saleh, 2019). Fitriadi (2021) menyatakan Dibalik tingginya angka remaja yang terpapar asap rokok, kita juga dihadapkan pada kenyataan yang lebih memprihatinkan lagi adalah dimana banyak remaja berpikir bahwa merokok tidak akan menimbulkan efek pada tubuh mereka sampai mereka mencapai usia *middle age*.

Faktanya hampir 90 remaja yang merokok secara regular dilaporkan sudah mulai merasakan efek negatif jangka pendek dari rokok.

Penelitian sebelumnya mengatakan efek negatif yang ditimbulkan oleh rokok tidak hanya efek jangka panjang berupa penyakit kronis, tapi juga efek jangka pendek yang dapat berupa peningkatan stres, bronkospasme, batuk, peningkatan denyut jantung, hipertensi, penyakit periodontal (rongga mulut), hingga ulkus peptikum (Sari, 2018). Seseorang yang pertama kali mengkonsumsi rokok mengalami gejala-gejala seperti batuk-batuk, lidah terasa getir dan perut mual, namun demikian, sebagian dari pemula yang mengabaikan gejala-gejala tersebut biasanya berlanjut menjadi kebiasaan dan akhirnya menjadi ketergantungan. Ketergantungan ini dipersepsikan sebagai kenikmatan yang memberikan kepuasan psikologis. Gejala ini dapat dijelaskan dari konsep *tobacco dependency* (ketergantungan tembakau).

Data dari badan kesehatan dunia *WHO (World Health Organization)* tahun 2012, menyebutkan 1 dari 10 kematian pada orang dewasa disebabkan karena perilaku merokok, dimana rokok ini membunuh hampir lima juta orang setiap tahunnya, diperkirakan 10 juta orang akan meninggal karena rokok pertahunnya pada tahun 2020, dengan 70% kasus terjadi di negara berkembang seperti Indonesia, tahun 2030 diperkirakan jumlah kematian mencapai angka 8 juta (Rochayati & Hidayat, 2015).

Studi *Mimet* mengatakan bahwa perilaku merokok diawali oleh rasa ingin tahu dan pengaruh teman sebaya. Remaja mulai merokok terjadi akibat pengaruh lingkungan sosial. *Modelling* (meniru perilaku orang lain) menjadi salah satu determinan dalam memulai perilaku merokok (Cahya, 2015). setelah mencoba rokok pertama, seorang individu menjadi ketagihan merokok, dengan alasan-alasan seperti kebiasaan, menurunkan kecemasan, dan mendapatkan penerimaan. perilaku teman sebaya merupakan faktor yang menyebabkan

Desmon Wirawati*, Sudrajat

Fakutas Ilmu Keperawatan, Universitas Cendekia Abditama
Korespondensi Penulis: Desmon Wirawati. *Email: nerswr@yahoo.co.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i3.5349>

keterlanjutan perilaku merokok pada remaja (Ananda, 2020).

Baharrudin (2017) dalam penelitiannya menyatakan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap perilaku merokok pada remaja diantaranya adalah pengetahuan remaja terhadap rokok, pengaruh lingkungan sosial, sarana dan prasarana yang tersedia dan alasan psikologis. Faktor-faktor ini mampu mempengaruhi perilaku merokok pada remaja karena masa remaja adalah masa yang rawan oleh pengaruh-pengaruh negatif. Remaja lebih meniru kepada apa yang dia lihat atau dia dengar dari orang lain. Pada masa ini remaja menghadapi konflik tentang apa yang mereka lihat dan apa yang mereka pandang tentang struktur tubuh yang ideal.

Hasil penelitian dilakukan Elton, et al (2018) pada remaja di Canada sejumlah 47.203 orang tentang label peringatan kesehatan pada rokok Health warning labels (HWLs), diperoleh hasil; Kurang dari sepertiga remaja (32,2%) tahu bahwa merokok menyebabkan kehilangan penglihatan / kebutaan dan 33,7% tahu bahwa merokok menyebabkan kanker kandung kemih. Tingkat pengetahuan tinggi untuk kanker paru-paru (93,9%), pengetahuan tentang efek kesehatan lainnya berkisar dari 52,9% untuk bronkitis kronis / emfisema hingga 77,6% untuk penyakit gusi atau

mulut (Elton, et al, 2018). Prevalensi merokok secara keseluruhan di kalangan remaja Indonesia adalah 7,2%, Prevalensi secara substansial lebih tinggi di antara laki-laki dibandingkan dengan perempuan. Peluang merokok lebih besar di antara remaja dengan pendidikan tinggi dibandingkan dengan mereka yang berpendidikan lebih rendah dan remaja miskin memiliki lebih dari dua kali peluang merokok dibandingkan dengan remaja dari yang terkaya (Kusumardani et al, 2018).

METODE

Penelitian kuantitatif, populasinya para remaja pelajar di SMP Negeri Kelapa Dua Tangerang Banten dan menggunakan metode total sampel didapatkan 659 sebagai responden dengan teknik total sampling. Kuesioner telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan adalah angket pengetahuan menggunakan skala linker benar dan salah. Tingkat pengetahuan remaja dikategorikan menjadi tiga (2) yaitu baik dan buruk berdasarkan nilai baik jika tingkat pengetahuan dengan rentang skor presentase 60%-100%, dan buruk jika nilai pengetahuan dengan rentang skor presentase kurang dari 60%. Data statistik dianalisis menggunakan uji chi-square.

Desmon Wirawati*, Sudrajat

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Cendekia Abditama
Korespondensi Penulis: Desmon Wirawati. *Email: nerswr@yahoo.co.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i3.5349>

3
HASIL

Tabel. Data Demografi Responden N=659

Variabel	Merokok (n=200)	Tidak merokok (n=459)	p-value	CI 95%
Usia(Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(13.53±0.729)(12-14)	(13.22±0.789)(12-14)	0.004	(-0.713- 0.071)
Jenis Kelamin (n%)				
Laki-laki	114/57	235/51.2	0.057	(0.044-0.241)
Perempuan	86/43	224/48.8		
Kelas (n%)				
Kelas 7	40/20	108/23.5	0.320	(-0.138-0.002)
Kelas 8	38/19	172/37.5		
Kelas 9	122/61	179/39		
Uang Jajan (n%)				
<Rp.20.000	123/61.5	322/70.2	0.001	(-0.148-0.048)
≥Rp. 20.000	77/38.5	137/29.8		
Pengetahuan bahaya merokok (n%)				
Baik	26.5/26.5	322/70.2	0.002	(0.080-0.304)
Buruk	147.5/73.5	137/29.8		
Status Ayah (merokok) (n%)				
Perokok saat ini	122/61	227/49.5	0.102	(-0.292-0.063)
Pernah merokok	57/28.5	168/36.6		
Tidak pernah merokok	21/10.5	64/13.9		
Status Ibu (merokok) (n%)				
Perokok saat ini	40/20	52/11.3	0.237	(-0.092-0.008)
Pernah merokok	53/26.5	91/19.8		
Tidak pernah merokok	106/53.5	316/68.8		
Serumah (merokok)(n%)				
Ya	153/76.5	324/70.6	0.678	(-0.040-0.010)
Tidak	47/23.5	135/29.4		
Teman Dekat/Akrab (merokok)(n%)				
Ya	153/76.5	324/70.6	0.978	(0.082-0.800)
Tidak	47/23.5	135/29.4		

Berdasarkan tabel diatas responden yang merokok, berusia rata-rata 13.53, standar deviasi 0.729, rentang 12-14 tahun. Jenis kelamin laki-laki 114 (57%) responden, kelas 9; 122 (61%) responden. Uang jajan <20.000 123 (63.5%) responden. Pengetahuan bahaya merokok buruk

147.5 (73.5%) responden. Status merokok ayah, perokok saat ini 122 (61%) responden. Status merokok ibu tidak pernah merokok 106 (53.5%) responden. Pengaruh orang dalam rumah, ya 153 (76.5%) responden. Ada pengaruh Teman dekat, 153 (76.5%) responden.

Desmon Wirawati*, Sudrajat

Fakutas Ilmu Keperawatan, Universitas Cendekia Abditama
Korespondensi Penulis: Desmon Wirawati. *Email: nerswr@yahoo.co.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i3.5349>

Berdasarkan tabel diatas responden yang tidak merokok, berusia rata-rata 13.22, standar deviasi 0.789, rentang 12-14. Jenis kelamin, laki-laki 235 (51.2%) responden. Kelas 9 179 (39) responden. Uang jajan <20.000 322 (70.2%) responden. Pengetahuan bahaya merokok baik 322 (70.2%) responden. Status merokok ayah, perokok saat ini 227 (49.5%) responden. Status merokok ibu, tidak pernah 316 (68.8%) responden. Ada pengaruh orang dekat 324 (70.6%) responden. Pengaruh teman dekat, ya 324 (70.6%) responden.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada 652 remaja awal di sekolah menengah pertama, sebagian besar berusia 14 tahun. Usia ini merupakan usia rentan karena remaja pada umumnya dipengaruhi oleh lingkungan seperti teman sebaya. Hasil penelitian di Uruguay pada 798 yaitu frekuensi percobaan tembakau (pernah mencoba rokok, bahkan satu atau dua isapan) adalah 29,3%; 14,5% mulai merokok sebelum berusia 12 tahun dan 13,0% melaporkan merokok setidaknya satu batang / hari bulan lalu, (Urrutia-Pereira et al, 2017). Sejalan dengan hasil penelitian peneliti, bahwa remaja awal memiliki factor risiko untuk merokok. Hasil penelitian menyatakan bahwa perilaku merokok orang lain yang akrab memiliki efek longitudinal yang signifikan pada kemungkinan remaja merokok tembakau dan ganja, (Suh, Shi, & Brashears, 2017). Hasil penelitian menguatkan bahwa remaja menjadi kelompok berisiko karena lingkungan, seperti teman sebaya. Teman sebaya dapat memberikan pengaruh positif dan negative pada remaja pada perilaku kesehatan teman, (Brady et al, 2013).

Prevalensi merokok adalah 27,5% , faktor-faktor yang secara signifikan terkait dengan merokok adalah jenis kelamin, uang saku, pengaruh iklan rokok, kesadaran merokok, pengetahuan tentang merokok, anti -perokok merokok dan faktor kepercayaan, (Zainudin et al, 2018). Sesuai dengan hasil penelitian peneliti bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak menjadi responden yaitu 50.46%, dan uang jajan yang dimiliki juga kurang dan sejalan dengan penelitian Zainudin et al (2018) bahwa factor ini dapat dimodifikasi.

Hasil penelitian lain menyatakan bahwa memiliki sikap yang baik terhadap merokok pada aspek psikologis dan sosial, kontrol perilaku yang dirasakan, dan memiliki sebagian besar teman yang merupakan perokok saat ini secara signifikan terkait dengan intensi merokok dalam enam bulan ke depan dan dalam lima tahun ke depan. Hasil penelitian diperoleh lebih dari sebagian responden memiliki anggota keluarga yang merokok, kondisi ini akan menjadi factor risiko remaja untuk merokok. Memiliki sebagian besar anggota keluarga yang merupakan perokok saat ini juga secara signifikan terkait dengan niat merokok dalam lima tahun ke depan. Memiliki sikap yang baik terhadap merokok pada aspek psikologis dan sikap negatif pada aspek fisik, dukungan yang dirasakan dari teman-teman tentang merokok, dan memiliki sebagian besar teman dan saudara senior menjadi perokok saat ini secara signifikan terkait dengan peningkatan kemungkinan pernah merokok. Kontrol perilaku yang dirasakan dan sebagian besar teman menjadi perokok saat ini juga secara signifikan dikaitkan dengan kebiasaan merokok dan merokok dalam 30 hari terakhir (Su et al , 2015).

Remaja sadar akan risiko kesehatan dari merokok, tetapi mereka tetap merokok. Hasil penelitian peneliti menyatakan bahwa perilaku remaja sebagian besar adalah baik untuk tidak merokok. Penelitian yang dilakukan oleh Tohid et al (2016) menyatakan remaja Malaysia merasionalisasi perilaku merokok mereka meskipun mengetahui bahayanya. Mereka merasionalisasi kebiasaan merokok mereka dengan melepaskan diri dari risiko melalui: (1) mengabaikan efek langsung dari merokok, (2) mengabaikan informasi risiko, (3) menormalkan risiko kematian akibat merokok, (4) secara emosional melepaskan diri dari hubungan dengan ancaman, (5) tentang merokok sebagai kejahatan yang lebih rendah daripada perilaku berisiko lainnya, dan (6) mengabaikan risiko aktual dengan mengutip kasus-kasus luar biasa.

SIMPULAN

Pengetahuan di kalangan remaja tentang dampak rokok bagi kesehatan masih tergolong baik namun memiliki faktor risiko merokok yaitu adanya anggota keluarga yang merokok. Variabel

Desmon Wirawati*, Sudrajat

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Cendekia Abditama
Korespondensi Penulis: Desmon Wirawati. *Email: nerswr@yahoo.co.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i3.5349>

yang sangat terkait dengan perilaku merokok adalah uang jajan yang diberikan orang tua dan dibelanjakan untuk membeli rokok. Saran dan masukan hasil penelitian ini bagi pengelola Puskesmas setempat, tetap selalu mensosialisasikan dampak rokok terhadap kesehatan pada setiap keluarga menuju keluarga yang sehat jasmani dan rohani.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, P. S. (2020). *Hubungan antara Teman Sebaya, Orang Tua yang Merokok, dan Harga Rokok dengan Perilaku Merokok pada Remaja di SMKN 1 Padang Tahun 2020* (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).
- Baharuddin, B. (2017). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Merokok pada Anak Usia Remaja Madya (15-18 Tahun)* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar).
- Brady, S. S., Morrell, H. E., Song, A. V., & Halpern-Felsher, B. L. (2013). Longitudinal study of adolescents' attempts to promote and deter friends' smoking behavior. *Journal of Adolescent Health, 53*(6), 772-777.
- Cahaya P, S. D. (2015). *Pengaruh Peringatan Bahaya Merokok Dalam Iklan Terhadap Kesadaran Berhenti Merokok Studi pada Mahasiswa Perokok Program Studi Syariah Angkatan 2013 Universitas Muhammadiyah* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Elton-Marshall, T., Wijesingha, R., Kennedy, R. D., & Hammond, D. (2018). Disparities in knowledge about the health effects of smoking among adolescents following the release of new pictorial health warning labels. *Preventive medicine, 111*, 358-365.
- Fitriadi, M. (2021). *Analisis Determinan Konsumsi Rokok di Kota Medan* (Doctoral dissertation).
- Hidayat, A. A. (2015). *Metode penelitian kesehatan paradigma kuantitatif*. Health Books Publishing.
- Kusumawardani, N., Tarigan, I., Suparmi, E. A., & Schlottheuber, A. (2018). Socio-economic, demographic and geographic correlates of cigarette smoking among Indonesian adolescents: results from the 2013 Indonesian Basic Health Research (RISKESDAS) survey. *Global health action, 11*(sup1), 54-62.
- Lestari, E. G., Humaedi, S., Santoso, M. B., & Hasanah, D. (2017). Peran keluarga dalam menanggulangi kenakalan remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, 4*(2).
- Marvina, R. A. (2020). *Studi Literatur: Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Kanker Payudara* (Doctoral dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).
- Rochayati, A. S., & Hidayat, E. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi Perilaku Merokok remaja di sekolah Menengah kejuruan kabupaten kuningan. *Jurnal Keperawatan Soedirman, 10*(1), 1-11.
- Saleh, I. (2019). *Hubungan Antara Pola Asuh Orangtua Permisif Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Di SMK X* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Sari, A. (2018). *Faktor-Faktor yang Memengaruhi Perilaku Merokok Masyarakat di Puskesmas Negeri Lama Kabupaten Labuhan Batu Tahun 2018* (Doctoral Dissertation, Institut Kesehatan Helvetia).
- Stanhope, M., & Lancaster, J. (2014). Foundations of nursing in the community: community-oriented practice.
- Su, X., Li, L., Griffiths, S. M., Gao, Y., Lau, J. T., & Mo, P. K. (2015). Smoking behaviors and intentions among adolescents in rural China: The application of the Theory of Planned Behavior and the role of social influence. *Addictive Behaviors, 48*, 44-51.

Desmon Wirawati*, Sudrajat

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Cendekia Abditama
Korespondensi Penulis: Desmon Wirawati. *Email: nerswr@yahoo.co.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i3.5349>

- Suh, C. S., Shi, Y., & Brashears, M. E. (2017). Negligible connections? The role of familiar others in the diffusion of smoking among adolescents. *Social Forces*, 96(1), 423-448.
- Tohid, H., Omar, K., Muhammad, N. A., Jaffar, A., & EM, M. M. (2016). Smoking is worth the risk: Understanding adolescents' rationalisation of their smoking behaviour. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities*.
- Urrutia-Pereira, M., Oliano, V. J., Aranda, C. S., Mallol, J., & Solé, D. (2017). Original article: Prevalence and factors associated with smoking among adolescents. *Jornal de Pediatria*, 93, 230-237. <https://e-resources.perpusnas.go.id:2051/10.1016/j.jpmed.2016.07.003>
- Zainudin, N. Z., Philanderson, A. J., Ci, I. J., Zulkefli, N. A., & Baharom, A. (2018). Prevalence and Factors Associated With Cigarette Smoking Among Adolescents of Flat Pandamar Indah, Klang, Selangor. *International Journal of Public Health and Clinical Sciences*, 5(6), 178-189.

Desmon Wirawati*, Sudrajat

Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Cendekia Abditama
Korespondensi Penulis: Desmon Wirawati. *Email: nerswr@yahoo.co.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i3.5349>

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok di kalangan remaja

ORIGINALITY REPORT

8%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	es.scribd.com Internet	125 words — 5%
2	repository2.unw.ac.id Internet	31 words — 1%
3	ejournalmalahayati.ac.id Internet	28 words — 1%
4	simakip.uhamka.ac.id Internet	10 words — < 1%

EXCLUDE QUOTES ON

EXCLUDE MATCHES < 10 WORDS

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY ON