

PERSEPSI HAMBATAN PADA TINDAKAN BERHENTI MEROKOK PADA REMAJA SEKOLAH MENENGAH ATAS DENGAN MENGGUNAKAN TEORI *HEALTH BELIEF MODEL*

Vivien Dwi Purnamasari
IIK Bhakti Wiyata Kediri
Email: vivien.purnamasari@iik.ac.id

ABSTRAK

Perilaku merokok merupakan masalah kesehatan yang dapat menyebabkan berbagai penyakit bahkan kematian. Usia remaja merupakan usia awal para perokok, anggapan tentang kesulitan berhenti merokok menjadi salah satu tantangan untuk menyiapkan generasi bebas rokok. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran persepsi hambatan pada tindakan berhenti merokok siswa Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Nganjuk. Jenis penelitian menggunakan *deskriptif kuantitatif*, lokasi penelitian di SMK Negeri 1 Nganjuk dengan jumlah sampel 84 siswa dengan menggunakan Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, pengumpulan data menggunakan kuesioner google form. Mayoritas responden mulai merokok pada usia 15-16 tahun sebanyak 69 responden, rata-rata uang saku responden Rp.5000-Rp.10.000/hari, konsumsi rokok responden 2 batang rokok sampai 4 batang rokok perhari. faktor penghambat untuk tindakan berhenti merokok pada penelitian ini ditemukan paling banyak yaitu teman dekat responden adalah perokok sebesar 60,7%

Kata Kunci: Persepsi, Perilaku Merokok, Tindakan Berhenti Merokok

ABSTRACT

Smoking behavior is a health problem that can cause various diseases and even death. Adolescence is the early age of smokers, the notion about the difficulty of quitting smoking is one of the challenges to prepare a smoke-free generation. The purpose of this study was to describe the perceived barriers to smoking cessation by the students of Nganjuk State Vocational High School 1. This type of research uses quantitative descriptive, the research location is at SMK Negeri 1 Nganjuk with a sample of 84 students using a sampling technique using purposive sampling, data collection using a google form questionnaire. The majority of respondents started smoking at the age of 15-16 years as many as 69 respondents, the average respondent's pocket money was Rp. 5000-Rp.10,000/day, the respondent's cigarette consumption was 2 cigarettes to 4 cigarettes per day. The inhibiting factor for quitting smoking in this study was found to be the most, namely the respondent's close friends were smokers at 60.7%.

Keywords: Perception, Smoking Behavior, Stop Smoking Action

LATAR BELAKANG

Indonesia merupakan produsen tembakau terbesar kelima di dunia dan merupakan konsumen rokok terbesar ketiga di dunia. Berdasarkan RISKESDAS tahun 2018 menyatakan bahwa konsumsi rokok rata-rata pada usia 15 tahun ke atas yaitu 12 batang per hari. Berdasarkan Global Youth Tobacco Survey (GYTS) tahun 2019, sebanyak 39,6% anak usia sekolah yang merokok yaitu anak laki-laki sebanyak 67,7% dan anak perempuan sebanyak 12,8%. sedangkan 57,5% anak sekolah berusia 13-15 tahun terpapar asap rokok dirumah dan 66,2% terpapar asap rokok di tempat umum.

Prevalensi merokok penduduk Indonesia sebesar 29,3%, angka ini cenderung mengalami peningkatan setiap tahunnya dengan kecenderungan peningkatan terjadi pada kelompok usia muda[1]. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 jumlah perokok diatas usia 15 tahun sebanyak 33,8%. Prevalensi merokok di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2018 sebanyak 28,8% dan prevalensi merokok di Kabupaten Nganjuk pada tahun 2018 sebanyak 27,5%. Di Kabupaten Nganjuk prevalensi merokok dengan umur ≥ 10 tahun sebesar 2% dan meningkat pada tahun 2013 sebesar 25,5% dan pada tahun 2018 sebesar 27,5% [2].

Merokok merupakan perilaku yang sulit dikontrol, bagi sebagian orang telah menjadi bagian dari gaya hidup (*life style*) Banyak lapisan masyarakat yang menggunakan rokok, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, dan lanjut usia [3]. Kebiasaan merokok bisa menjadi pengaruh buruk bagi kesehatan dan juga membentuk karakter manusia menjadi adiktif pada rokok dan bisa menjadi perilaku negatif dengan membiarkan merokok didepan umum dan merugikan kesehatan orang lain [4].

Usia remaja adalah usia inisiasi para perokok, semakin muda usia mulai merokok, maka derajat ketergantungan akan semakin tinggi dan mengalami dampak gangguan kesehatan yang lebih parah [5]. Menurut hasil Riskesdas tahun 2018, umur pertama kali merokok pada usia 5-9

tahun sebesar 0,9%, pada usia 10-15 tahun sebesar 10,6%, pada usia 15-19 tahun sebesar 48,2%, pada usia 20-24 tahun sebesar 26,5%, pada usia 25-29 tahun sebesar 8,2%, dan pada usia ≥ 30 tahun sebesar 5,6%. Berdasarkan data tersebut, diketahui bahwa usia pertama kali merokok mayoritas terjadi pada usia 15-19 tahun yaitu sebesar 48,2% dan pada rentang usia tersebut remaja siswa smk kelas 11 karena berada pada rentang usia 17-18 tahun yang memungkinkan pada usia tersebut siswa baru mulai merokok maupun telah berhenti merokok.

Beberapa faktor yang menjadi alasan remaja menjadi perokok, antara lain faktor pengaruh keluarga, pengaruh teman, pengaruh iklan, konsep diri, pengetahuan, teman sebaya yang merokok, kebiasaan merokok orang tua, ekstrakurikuler, dan konformitas remaja [6]. Keluarga yang merokok cenderung akan mempengaruhi perilaku anak untuk mengikuti jejak yang sama dengan orang tuanya, selain itu teman memiliki peran besar dalam melatarbelakangi remaja merokok semakin banyak teman-teman yang merokok maka remaja akan semakin mudah terpengaruh untuk merokok, selain faktor-faktor tersebut faktor yang mempengaruhi seperti coba-coba, ikut-ikutan atau gengsi, untuk penampilan, iseng dan sebagai pelarian dari masalah [7].

Berdasarkan hasil survei awal penelitian banyak ditemukan warung penjual rokok di lingkungan sekitar SMKN 1 Nganjuk. dapat diketahui bahwa siswa telah mengetahui bahaya merokok yang diketahui dari adanya poster bahaya merokok yang terdapat di lingkungan sekolah, namun masih ada siswa yang tetap merokok. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana gambaran persepsi hambatan untuk merubah kebiasaan perilaku merokok pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Nganjuk.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *deskriptif kuantitatif*, yaitu dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah

terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum dan generalisasinya[9]. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Nganjuk kelas 11 yang berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah sampel 84 responden. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *nonprobability sampling* yaitu teknik *purposive sampling*. Adapun kriteria inklusi dan kriteria eksklusi pengambilan sampel menggunakan *Purposive sampling* yaitu : Siswa SMKN 1 Nganjuk kelas 11 yang merokok. Siswa SMKN 1 Nganjuk kelas 11 yang berjenis kelamin laki-laki dan Siswa SMKN 1 Nganjuk kelas 11 yang menggunakan rokok tembakau serta untu Kriteria Eksklusi yaitu Siswa SMKN 1 Nganjuk kelas 11 yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan April sampai Agustus 2021. Tempat penelitian adalah di SMKN 1 Nganjuk. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dengan berisi 5 pertanyaan dan 20 pernyataan untuk menggali beberapa informasi dari responden. Uji Analisis yang digunakan untuk penelitian ini adalah menggunakan analisis univariat. Analisis univariat yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk melihat frekuensi serta mengetahui dan mengidentifikasi tinggi atau rendahnya persepsi hambatan pada tindakan berhenti merokok siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI yang memiliki perilaku merokok di SMK Negeri 1 Nganjuk dengan jumlah sampel 84, untuk memperoleh data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan kuesioner google form kepada responden melalui whatsapp untuk dijawab. Berdasarkan pengambilan sampel sebanyak 84 responden diperoleh karakteristik responden yang meliputi distribusi responden

berdasarkan kelas kompetensi keahlian, umur pertama kali merokok dan rata-rata uang saku.

Distribusi Responden Berdasarkan Kelas Kompetensi Keahlian

Distribusi responden berdasarkan kelas kompetensi keahlian dari 84 siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Nganjuk dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan kelas kompetensi keahlian

Kelas Kompetensi Keahlian	Frekuensi (n)	Persentase (%)
XI-DPIB 1	7	8.3
XI-DPIB 2	6	7.1
XI-TAV 1	9	10.7
XI-TAV 2	8	9.5
XI-TBSM	9	10.7
XI-TGEO	4	4.8
XI-TITL 1	2	2.4
XI-TKRO 1	15	17.9
XI-TKRO 2	12	14.3
XI-TPM 2	12	14.3
TOTAL	84	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden terdapat pada kelas kompetensi keahlian XI-DPIB 1 sebanyak 7 responden (8,3%), kelas XI-DPIB 2 sebanyak 6 responden (7,1%), kelas XI-TAV 1 sebanyak 9 responden (10,7%), kelas XI-TAV 2 sebanyak 8 responden (9,5%), kelas XI-TBSM sebanyak 9 responden (10,7%), kelas XI-TGEO sebanyak 4 responden (4,8%), kelas XI-TITL 1 sebanyak 2 responden (2,4%), kelas TKRO 1 sebanyak 15 responden (17,9%), kelas XI-TKRO 2 sebanyak 12 responden (14,3%) dan kelas XI-TPM 2 sebanyak 12 responden (14,3%).

Umur Pertama Kali Merokok

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur mulai merokok dari 84 siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Nganjuk, dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Mulai Merokok

Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
12 Tahun	6	7,1
13 Tahun	1	1,2

Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
14 Tahun	6	7,1
15 Tahun	33	39,3
16 Tahun	36	42,9
17 Tahun	2	2,4
TOTAL	84	100

Pada tabel 2 responden yang mulai merokok di usia 16 tahun lebih banyak dengan jumlah 36 responden (42,9%) daripada responden yang mulai merokok di usia 13 tahun dengan jumlah 1 responden (1,2%).

Rata-rata Uang Saku

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan rata-rata uang saku dari 84 siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Nganjuk, dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 3 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan rata-rata uang saku siswa

Uang Saku	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Saya tidak memiliki uang saku	2	2,4
Kurang dari Rp.5000 / hari	3	3,6
Rp.5000-Rp.10.000 / hari	50	59,5
Rp.10.000-Rp.20.000 / hari	28	33,3
Lebih dari Rp.20.000 / hari	1	1,2
TOTAL	84	100

Pada tabel 3 Rata-rata uang saku siswa SMKN 1 Nganjuk kelas 11 didapatkan hasil pada kategori uang saku kurang dari Rp.5000/hari sebanyak 3 responden (3,6%), pada kategori lebih dari Rp.20.000/hari sebanyak 1 responden (1,2%), pada kategori Rp.10.000-Rp.20.000/hari sebanyak 28 responden (33,3%), pada kategori Rp.5000-Rp.10.000 sebanyak 50 responden (59,5%), dan pada kategori saya tidak memiliki uang saku sebanyak 2 responden (2,4%).

Jumlah Konsumsi Batang Rokok Siswa Perhari

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jumlah konsumsi batang rokok perhari dari 84 siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Nganjuk, dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 4 Distribusi jumlah konsumsi batang rokok perhari siswa

Konsumsi Rokok Perhari	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1 batang	3	3,6
2 batang	18	21,4
3 batang	29	34,5
4 batang	16	19
5 batang	8	9,5
6 batang	8	9,5
8 batang	2	2,4
TOTAL	84	100

Pada tabel 4 didapatkan bahwa konsumsi batang rokok perhari siswa SMKN 1 Nganjuk 3 batang rokok perhari sebanyak 29 responden (34,5%), 2 batang rokok perhari sebanyak 18 responden (21,4%), 4 batang rokok perhari sebanyak 16 responden (19%), 5 batang rokok perhari sebanyak 8 responden (9,5%), 6 batang rokok perhari sebanyak 8 responden (9,5%), 1 batang rokok perhari sebanyak 3 responden (3,6%), dan 8 batang rokok perhari sebanyak 2 responden (2,4%).

Persepsi Hambatan

Distribusi persepsi hambatan perilaku merokok dari 84 siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Nganjuk, dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 5 Distribusi persepsi hambatan perilaku merokok siswa

Tingkatan Persepsi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Persepsi Hambatan Sangat Rendah	0	0
Persepsi Hambatan Rendah	55	65,5
Persepsi Hambatan Tinggi	26	31
Persepsi Hambatan Sangat Tinggi	3	3,5
TOTAL	84	100

Pada tabel 5 persepsi hambatan perilaku merokok siswa SMKN 1 Nganjuk memiliki persepsi hambatan sangat tinggi sebanyak 3 responden (3,5%), persepsi hambatan tinggi sebanyak 26 responden (31%), dan persepsi hambatan rendah sebanyak 55 responden (65,5%).

Setelah didapat hasil penelitian tersebut diatas, peneliti menganalisis hasil penelitian menggunakan analisis skala likert, dan didapatkan hasil

analisis skala likert pada persepsi hambatan perilaku merokok siswa SMK Negeri 1 Nganjuk sebagai berikut :

Tabel 6. Hasil analisis skala likert persepsi hambatan perilaku merokok siswa

	Mean/Median
Persepsi Hambatan	47,36

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa hasil perhitungan skor skala likert yang telah di rata-rata dari seluruh responden pada persepsi hambatan menunjukkan hasil 47,36% yang termasuk kedalam kategori persepsi hambatan rendah.

Pembahasan

Persepsi hambatan perilaku merokok merupakan pandangan atau penilaian individu mengenai ada atau tidak ada hambatan yang dirasakan untuk berhenti memiliki perilaku merokok. Persepsi hambatan perilaku merokok merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku merokok seseorang dalam hal ini adalah berhenti berperilaku merokok. Terdapat faktor-faktor lain yang turut mempengaruhi perilaku merokok, seperti lingkungan sosial, variabel demografis, dan faktor-faktor sosiokultural[9].

Pada penelitian ini responden dengan persepsi hambatan yang rendah berarti tidak merasakan adanya rintangan atau penghalang untuk mengambil tindakan berhenti merokok, dan sebaliknya jika responden memiliki persepsi hambatan yang tinggi berarti responden merasakan adanya rintangan atau penghalang untuk mengambil tindakan berhenti merokok. Persepsi hambatan perilaku merokok pada siswa SMKN 1 Nganjuk sendiri memiliki persepsi hambatan rendah terhadap hambatan pada tindakan berhenti merokok yang dibuktikan dengan hasil rata-rata skor analisis skala likert dari seluruh responden yang menunjukkan hasil 47,36%. Berdasarkan hasil yang didapatkan dari kuesioner, sebanyak 74 responden mengetahui bahwa merokok dapat menimbulkan penyakit dan

berarti responden telah memiliki pengetahuan terkait bahaya/penyakit yang dapat ditimbulkan oleh rokok.

Pada penelitian ini faktor lingkungan, faktor penghambat untuk tindakan berhenti merokok adalah banyak teman dekat responden adalah perokok (60,7%), sering ditawarkan rokok oleh teman (33,4%), lebih mudah diterima dalam pergaulan jika merokok (9,5%), ikut merokok jika ditawarkan rokok oleh teman (11,9%), ikut merokok jika melihat teman merokok (11,9%), lebih percaya diri jika merokok (10,7%), dan terlihat hebat jika merokok (11,9%). Pengaruh teman sebaya dalam pembentukan kebiasaan merokok sangat besar, sehingga sulit untuk berhenti merokok. Dan jika ditinjau dari segi faktor diri sendiri sebagai faktor yang menghambat dalam tindakan berhenti merokok pada penelitian ini adalah berat badan bertambah jika tidak merokok (26,1%), konsentrasi belajar meningkat jika merokok (9,6%)[10].

Tingkat ketergantungan nikotin akan berpengaruh pada persepsi hambatan seorang perokok¹¹. Individu akan bertindak untuk menangkal atau mengendalikan kondisi kesehatan yang buruk jika menganggap diri mereka rentan terhadap suatu kondisi [11]. Jika mereka yakin bahwa tindakan untuk berhenti merokok akan mempunyai manfaat yang jauh lebih banyak mereka akan meninggalkan hambatan-hambatan dan akan bertindak yang sebanding dengan manfaat yang diperoleh.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Mayoritas responden mulai merokok pada usia 15-16 tahun sebanyak 69 responden, rata-rata uang saku responden Rp.5000-Rp.10.000/hari, konsumsi rokok responden 2 batang rokok sampai 4 batang rokok perhari.
2. Faktor penghambat untuk tindakan berhenti merokok ditemukan paling banyak yaitu teman dekat responden adalah perokok sebesar 60,7%.

Saran

Diharapkan adanya program promosi kesehatan yaitu dengan metode sosialisasi tentang bahaya merokok kepada siswa, bisa dalam bentuk media seperti pamflet, aklirik lembaran serta mengadakan seminar tentang keuntungan jika tidak merokok dan edukasi tentang bahaya merokok yang diselenggarakan oleh pihak sekolah dengan melibatkan kerjasama dengan Dinas Kesehatan dan Badan Narkotika Nasional.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adiputera, Y. & Prabandari, A. (2018). *Addressing Challenges and Identifying Opportunities for Refugee Access to Employment in Indonesia*. Yogyakarta, Indonesia: Institute of International Studies.
2. Riskesdas. (2018). Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2017. Data dan Informasi. Kementerian Kesehatan RI; 2018. In *Jurnal Ilmu Kesehatan*.
3. WHO. (2014). *WHO report on the global tobacco epidemic, 2017 Country profile Indonesia WHO Framework Convention on Tobacco Control (WHO FCTC)status Socioeconomic context*. https://www.who.int/tobacco/surveillance/policy/country_profile/idn.pdf (Diakses:24 Januari 2023)
4. Rahmah, N. (2015). Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan dan Pembentukan Karakter Manusia. *Prosiding Seminar Nasional, 01(1)*, 78.
5. Mirnawati, Nurfitriani, Zulfiarini, F. M., & Cahyati, W. H. (2018). Perilaku Merokok pada Remaja Umur 13-14 Tahun. *Higeia*.
6. Febryantie, R., Mardjan, N. I. D. N., & Ridha, A. (2016). Konsep Diri dan Konformitas dengan Perilaku Merokok pada Siswa Putra di SMA Kecamatan Sambas Tahun 2015. [Naskah Publikasi]. Fakultas Ilmu Kesehatan.
7. Attamimy, H. B., & Qomaruddin, M. B. (2018). APLIKASI HEALTH BELIEF MODEL PADA PERILAKU PENCEGAHAN DEMAM BERDARAH DENGUE. *Jurnal PROMKES*. <https://doi.org/10.20473/jpk.v5.i2.2017.245-255>
8. Priyono. (2016). *BUKU METODE PENELITIAN KUANTITATIF* (T. Chandra (Ed.); 2016th ed.). Zifatama. https://www.researchgate.net/publication/304781758_BUKU_METODE_PENELITIAN_KUANTITATIF
9. Binita, A., Istiarti, V., & Widagdo, L. (2016). HUBUNGAN PERSEPSI MEROKOK DENGAN TIPE PERILAKU MEROKOK PADA SISWA SMK "X" DI KOTA SEMARANG. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*.

10. Syarifah. (2015). *Faktor-faktor yang Mendukung dan Menghambat Perokok untuk Berhenti Merokok di Klinik Berhenti Merokok Puskesmas Kampung Bali Pontianak PENDAHULUAN Perilaku merokok masih Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun setiap hari merupakan masalah kesehatan.* 1(November 2015), 266–276.
11. Suhendro, M. T. (2018). *APLIKASI TEORI HEALTH BELIEF MODEL PADA PERILAKU MEROKOK SISWA-SISWI SMA MUHAMMADIYAH 1 PONTIANAK. E-Conversion - Proposal for a Cluster of Excellence.*