Nerspedia
Received Juli 2024, Accepted Januari 2025
@Nerspedia 2025
eISSN: 2722-6573; pISSN: 2721-1444

Gambaran Tingkat Perilaku Merokok Remaja di SMP "X" Banjarbaru

Gilang Putra Ramadhan[1], Dhian Ririn Lestari[2*], Devi Rahmayanti[3]

[1,2,3]Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani Km. 36, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia, 70714

*Email korespondensi: dhianrl@ulm.ac.id

ABSTRAK

Fenomena merokok di kalangan remaja serta adanya risiko munculnya perilaku merokok pada masa remaja memerlukan perhatian dari berbagai pihak, khususnya dari sektor kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat perilaku merokok pada remaja di SMP "X" Banjarbaru. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 80 siswa dari total 406 siswa, menggunakan instrumen berupa kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 39 siswa tidak merokok dan 41 siswa merokok, yang terdiri dari kategori ringan sebanyak 33 siswa (41,25%), sedang sebanyak 7 siswa (8,75%), dan berat sebanyak 1 siswa (1,25%). Responden perempuan yang merokok terdiri dari kategori ringan sebanyak 11 orang (13,75%), sedang sebanyak 1 orang (1,25%), dan tidak terdapat pada kategori berat (0,00%). Perilaku merokok pada remaja dapat disebabkan oleh tingginya rasa keingintahuan terhadap rokok, yang pada akhirnya menimbulkan kesulitan dalam menghilangkan kecanduan terhadap rokok tersebut.

Kata Kunci: Merokok, Perilaku, Remaja

ABSTRACT

The phenomenon of smoking among adolescents and the associated risk of smoking behavior during adolescence require serious attention from various parties, especially the health sector. This study aimed to describe the level of smoking behavior among adolescents at SMP "X" Banjarbaru. A quantitative descriptive method was used in this study. The sampling technique applied was purposive sampling, with a total of 80 students selected from a population of 406 students using a questionnaire. Data were analyzed using univariate analysis. The results showed that 39 students were non-smokers, while 41 students were smokers, consisting of 33 students (41.25%) with light smoking behavior, 7 students (8.75%) with moderate behavior, and 1 student (1.25%) with heavy smoking behavior. Among female respondents, 11 students (13.75%) were categorized as light smokers, 1 student (1.25%) as a moderate smoker, and none were classified as heavy smokers (0.00%). Smoking behavior in adolescents may be triggered by high curiosity about the taste of cigarettes, which eventually leads to difficulties in overcoming nicotine addiction.

Keywords: *Adolescents, Behavior, Smoking*

Cite this as: Ramadhan GP., Lestari DR., dan Rahmayanti D. (2025). Gambaran Tingkat Perilaku Merokok Remaja di SMP "X" Banjarbaru. Nerspedia; 7(1): 1-5.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari usia anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini, remaja berada dalam tahap pencarian jati diri dan rentan terhadap pengaruh lingkungan sekitar. Salah satu perilaku menyimpang yang umum dijumpai pada remaja adalah merokok. Rokok merupakan zat psikoaktif berbahaya yang mengandung sekitar 4.000 zat kimia, di antaranya terdapat 20 jenis racun yang bersifat mematikan (1). Menurut Finkelstein, remaja merokok karena mereka menganggap bahwa merokok dapat membuat tubuh menjadi rileks dan tenang (2).

Brooker menyatakan bahwa perilaku merokok pada remaja berkaitan erat dengan peristiwa-peristiwa penuh stres dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang berada dalam tekanan memiliki

kemungkinan dua kali lebih besar untuk merokok dibandingkan dengan individu yang tidak mengalami tekanan. Perilaku merokok banyak dimulai pada masa remaja (3).

Data tahun 2019 menunjukkan bahwa prevalensi remaja usia 16–19 tahun yang merokok mencapai 20,5%. Usia mulai merokok pada remaja di Indonesia saat ini cenderung semakin muda. Jumlah perokok pemula pada usia 10–14 tahun meningkat lebih dari 100% dalam kurun waktu kurang dari 20 tahun.

Menurut World Health Organization (WHO), rentang usia remaja adalah antara 12 hingga 24 tahun (4). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMP "X" Banjarbaru terhadap 20 orang remaja, ditemukan bahwa sebanyak 11 orang (55%) aktif merokok, sementara 9 orang lainnya (45%) tidak merokok. Aktivitas merokok pada remaja tersebut mencapai satu bungkus per hari dan umumnya dilakukan setelah makan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif, yaitu penelitian yang bertujuan menggambarkan suatu fenomena secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu. Metode ini dilakukan secara objektif melalui pendekatan epidemiologis.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 406 siswa, yang terdiri dari 206 siswa laki-laki dan 200 siswi perempuan dari 14 kelas di SMP "X" Banjarbaru. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, yaitu teknik pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang telah ditentukan peneliti untuk memperoleh sampel yang relevan dengan tujuan penelitian.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat dengan nomor: 425/KEPK-FK ULM/EC/X/2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1, data yang diperoleh menunjukkan bahwa responden yang tidak merokok berjumlah 39 orang (48,75%), perokok ringan sebanyak 33 orang (41,25%), perokok sedang sebanyak 7 orang (8,75%), dan perokok berat sebanyak 1 orang (1,25%).

Dari data tersebut diketahui bahwa sebagian besar remaja yang merokok tergolong dalam kategori perokok ringan, yaitu sebanyak 33 orang (41,25%). Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (5), yang menyatakan bahwa sebagian besar perokok remaja adalah perokok ringan. Karakteristik ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja perokok masih berada pada tahap inisiasi.

Tabel 1. Gambaran Tingkat Perilaku Merokok Pada Remaja di SMP "X" Banjarbaru

Tingkat Perilaku Merokok	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tidak Merokok	39	48.75
Perokok Ringan	33	41.25
Perokok Sedang	7	8.75
Perokok Berat	1	1.25
Total	80	100.0

Tabel 2. Gambaran Tingkat Perilaku Merokok Berdasarkan Karakteristik Usia Responden Merokok pada Remaja di SMP ”X” Banjarbaru

Usia	Perilaku Merokok									
	Tidak Merokok		Merokok							
			Ringan		Sedang		Berat		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
11 – 13 Tahun	17	21.25	15	18.75	2	2.5	0	0.00	17	21.25
14 – 16 Tahun	20	25	18	22.5	4	5	1	1.25	23	28.75
17 – 20 Tahun	2	2.5	0	0.00	1	1.25	0	0.00	1	1.25
Total	39	48.75							41	51.25
	80 (100%)									

Tabel 3. Gambaran Tingkat Perilaku Merokok Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin pada Remaja di SMP ”X” Banjarbaru

Jenis Kelamin	Tingkat Perilaku Merokok Laki-laki dan Perempuan									
	Tidak Merokok		Merokok							
			Ringan		Sedang		Berat		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Laki-laki	22	27.50	22	27.50	6	7.5	1	1.25	29	36.25
Perempuan	17	21.25	11	13.75	1	1.25	0	0.00	12	15
Total	39	48.75							41	51.25
	80 (100%)									

Tahap inisiasi merupakan tahap yang krusial dalam kehidupan individu, karena pada tahap ini seseorang mulai mencoba-coba merokok dengan anggapan bahwa merokok akan membuatnya terlihat lebih dewasa (6). Ketergantungan terhadap rokok tidak dapat dipisahkan dari kandungan nikotin di dalamnya. Nikotin merupakan zat yang bersifat adiktif, yaitu zat yang dapat menimbulkan ketergantungan secara psikologis (7).

Salah satu upaya pencegahan yang dapat dilakukan adalah melalui penyuluhan kesehatan oleh tenaga kesehatan kepada orang tua, agar mereka memahami dampak negatif perilaku merokok. Dengan demikian, kesadaran akan bahaya merokok terhadap kesehatan diri dan orang di sekitar dapat ditingkatkan.

Berdasarkan Tabel 2, diperoleh data bahwa responden yang tidak merokok pada kelompok usia 11–13 tahun sebanyak 17 orang (21,25%), usia 14–16 tahun sebanyak 20 orang (25%), dan usia 17–20 tahun sebanyak 2 orang (2,50%). Sementara itu, responden yang merokok pada usia 11–13 tahun terdiri dari perokok ringan 15 orang (18,75%), sedang 2 orang (2,5%), dan berat 0 orang (0,00%). Pada usia 14–16 tahun, perokok ringan sebanyak 18 orang

(22,5%), sedang 4 orang (5%), dan berat 1 orang (1,25%). Sedangkan pada usia 17–20 tahun, hanya ditemukan perokok sedang sebanyak 1 orang (1,25%).

Remaja yang mulai merokok pada usia 14–16 tahun sebagian besar tinggal dalam keluarga yang memiliki anggota, seperti ayah atau saudara laki-laki (kakak), yang juga merokok. Data ini menunjukkan bahwa keberadaan anggota keluarga yang merokok merupakan faktor pendorong perilaku merokok pada remaja. Pengaruh tersebut terjadi melalui mekanisme pembelajaran sosial, di mana anak lebih mudah meniru perilaku orang tua dibandingkan dengan sekadar mendengarkan nasihat (8).

Selain pengaruh dari keluarga, teman sebaya juga memiliki peran penting. Penelitian yang dilakukan oleh Astuti menunjukkan bahwa kelompok sebaya sangat memengaruhi perilaku merokok remaja. Pengaruh ini dapat terjadi melalui mekanisme *peer socialization*, yaitu kecenderungan remaja untuk meniru perilaku teman yang merokok, serta *peer selection*, di mana remaja cenderung memilih berteman dengan mereka yang juga merokok (9).

Berdasarkan Tabel 3, diperoleh data bahwa responden yang tidak merokok terdiri dari laki-laki sebanyak 22 orang (27,50%) dan perempuan sebanyak 17 orang (21,25%). Sementara itu, responden yang merokok berjenis kelamin laki-laki berjumlah 29 orang, yang terdiri dari kategori ringan 22 orang (27,50%), sedang 6 orang (7,5%), dan berat 1 orang (1,25%). Responden perempuan yang merokok terdiri dari kategori ringan sebanyak 11 orang (13,75%), sedang 1 orang (1,25%), dan tidak terdapat pada kategori berat (0,00%).

Jika dilihat dari jenis kelamin, perilaku merokok masih didominasi oleh remaja laki-laki. Remaja laki-laki cenderung tidak ingin dianggap lemah atau pengecut, sehingga lebih berani mengambil risiko seperti merokok (10). Amos juga mengemukakan bahwa bagi remaja laki-laki, merokok dianggap sebagai simbol kekuasaan, kejantanan, dan kedewasaan. Oleh karena itu, mereka lebih cenderung melakukan perilaku berisiko seperti merokok (11).

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan pernyataan Diah (2016), yang menyatakan bahwa perempuan perokok cenderung lebih percaya diri, suka menentang, dan secara sosial cakap, berbeda dengan perokok laki-laki yang cenderung merasa tidak aman secara sosial (12). Saat ini, peningkatan kejadian merokok tidak hanya terjadi pada remaja laki-laki, tetapi juga pada perempuan. Perempuan perokok dilaporkan lebih percaya diri, suka menentang, dan mandiri (13).

KETERBATASAN

Keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada penggunaan kuesioner dengan metode *self-report*, di mana jawaban responden sangat bergantung pada kejujuran mereka saat mengisi kuesioner. Untuk meminimalkan bias, peneliti telah memberikan penjelasan kepada responden agar mengisi kuesioner sesuai dengan kondisi dan pengalaman pribadi yang sebenarnya.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa pada remaja di SMP “X” Banjarbaru, jumlah responden yang tidak merokok berjenis kelamin laki-laki sebanyak 22 orang (27,50%) dan perempuan sebanyak 17 orang (21,25%). Sementara itu, responden laki-laki yang merokok berjumlah 29 orang, dengan rincian kategori ringan 22 orang (53,66%), sedang 6 orang (14,63%), dan

berat 1 orang (2,44%). Responden perempuan yang merokok terdiri dari kategori ringan 11 orang (26,83%), sedang 1 orang (2,44%), dan tidak terdapat pada kategori berat (0,00%).

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan terkait perilaku merokok pada remaja, khususnya dalam lingkungan sekolah, sehingga dapat menjadi dasar dalam pengembangan program promosi dan edukasi kesehatan. Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti berikutnya, khususnya dalam bidang keperawatan jiwa. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memperluas wawasan mahasiswa, khususnya di Universitas Lambung Mangkurat, dalam memahami perilaku merokok pada remaja serta pendekatan preventif yang dapat dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Alamsyah RM. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok dan hubungannya dengan status penyakit periodontal remaja di Kota Medan tahun 2007 [Tesis]. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2009.
2. Astuti K. Studi meta analisis peran kelompok sebaya terhadap perilaku berisiko kesehatan pada remaja. Insight. 2004;2(2):55–64.
3. Baron RA, Byrne D. Social psychology. New York: Allyn and Bacon; 2005.
4. Brooker C. Ensiklopedia keperawatan. Jakarta: EGC; 2014.
5. Dadan, Humaedi MS. Kenakalan remaja dan penanganannya. Penelitian dan PPM. 2017;4:129–389.
6. Diah. Analisis lingkungan sosial terhadap perilaku merokok remaja di Kecamatan Pangarengan Kabupaten Sampang Madura. J Manaj Kesehatan Yayasan RS Dr Soetomo. 2016;2(1):43. https://doi.org/10.29241/jmk.v2i1.50
7. Finkelstein J. Neck and arm pain-related symptoms: cervical disc disease. Toronto: Department of Surgery, University of Toronto; 2016.
8. Leventhal H, Cleary PD. The smoking problem: a review of the research and theory in behavioral risk modification. Psychol Bull. 1980;80(2):370–405.
9. Lukita. Hubungan pola pikir pesimisme dengan resiko depresi pada remaja. Nursing News. 2017;4(1).
10. Latifa R. Hubungan persepsi picture health warning pada bungkus rokok dengan perilaku merokok pada siswa SMP X Yogyakarta [Skripsi]. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang; 2016.
11. Sadock BJ, Kaplan HI, Grebb JA. Sinopsis psikiatri. Jilid 1. Jakarta: Binarupa Aksara; 2010. p.91–8.
12. Sismanto. Persepsi bahaya merokok bagi kesehatan pada mahasiswa Prodi PGSD Universitas Muhammadiyah Surakarta [Laporan Penelitian]; 2019.
13. Suryantisa I. Tembakau di Indonesia: situasi umum konsumsi tembakau di Indonesia. 2018;(ISSN 2442-7659):6–7.
14. Sutha DW. Analisis lingkungan sosial terhadap perilaku merokok remaja di Kecamatan Pangarengan Kabupaten Sampang Madura. J Manaj Kesehatan Yayasan RS Dr Soetomo. 2016;2(1):43.
15. Wijayanti E, Dewi C, Rifqatussa. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada remaja Kampung Bojong Rawalele, Jatimakmur, Bekasi. Glob Med Health Commun. 2017;5(3):194–8.