

## STUDI TENTANG FAKTOR PEMICU DAN KONSEKUENSI PERILAKU MEROKOK DI KALANGAN SISWA SMP

Mitha Putri Amalia<sup>1\*</sup>, Nino Adib Chifdillah<sup>2</sup>, Yona Palin T<sup>3</sup>

Jurusan Promosi Kesehatan, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kalimantan Timur<sup>1,2,3</sup>

\*Corresponding Author : mithaputriamalia10@gmail.com

### ABSTRAK

Remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa yang seharusnya diisi dengan kegiatan bermanfaat untuk pengembangan diri. Namun, masih terdapat banyak masalah yang ditemukan adanya perilaku kenakalan remaja seperti merokok. Diketahui bahwa terdapat sebanyak 16% kasus fenomena perilaku merokok pada siswa dari total 145 siswa di SMP YPK 1 Tenggarong. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penyebab dan dampak perilaku merokok pada siswa. Dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain penelitian studi fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan teknik wawancara mendalam. Jumlah informan terdiri dari 9 informan yaitu 6 informan utama merupakan siswa, 2 informan tambahan merupakan guru wali kelas dan 1 dari informan tambahan yaitu satpam sekolah. Diperoleh bahwa faktor penyebab siswa merokok termasuk pengaruh lingkungan, seperti orang tua dan teman sebaya yang merupakan perokok aktif, secara tidak langsung menularkan kebiasaan pada siswa, ketika siswa melihat orang terdekat mereka merokok, mereka menganggap perilaku tersebut sebagai hal wajar. Permasalahan keluarga menjadi faktor mendorong siswa untuk merokok sebagai bentuk pelarian dari tekanan dan masalah mereka hadapi di rumah. Kurangnya edukasi mengenai bahaya merokok pada siswa di SMP YPK sehingga rendahnya pengetahuan siswa akan bahaya merokok serta pengawasan dari orang tua menjadi faktor yang paling mempengaruhi perilaku merokok. Penelitian selanjutnya diharapkan mengembangkan intervensi edukasi tentang perilaku remaja dengan pendekatan yang lebih interaktif dan relevan, serta mendalami pengaruh lingkungan sosial dalam membentuk perilaku remaja, khususnya perilaku merokok. Selain itu, penting bagi remaja untuk meningkatkan kesadaran akan bahaya merokok.

**Kata kunci** : perilaku merokok, siswa, studi fenomenologi

### ABSTRACT

*Adolescence is a transition period from childhood to adulthood that should be filled with useful activities for self-development. However, there are still many problems found in juvenile delinquency behavior such as smoking. It is known that there are as many as 16% of cases of the phenomenon of smoking behavior in students from a total of 145 students at SMP YPK 1 Tenggarong. This study aims to determine the causes and impacts of smoking behavior on students. This study uses a qualitative method with a phenomenological study research design. Data collection was carried out using in-depth interview techniques. The number of informants consisted of 9 informants, namely 6 main informants were students, 2 additional informants were homeroom teachers and 1 from the additional informant was the school security guard. It was found that the factors causing students to smoke include environmental influences, such as parents and peers who are active smokers, indirectly transmitting habits to students, when students see their closest people smoking, they consider the behavior as normal. Family problems are a factor that encourages students to smoke as a form of escape from the pressure and problems they face at home. Lack of education about the dangers of smoking for students at SMP YPK so that students' low knowledge of the dangers of smoking and supervision from parents are the factors that most influence smoking behavior. Further research is expected to develop educational interventions on adolescent behavior with a more interactive and relevant approach, as well as explore the influence of the social environment in shaping adolescent behavior, especially smoking behavior. In addition, it is important for adolescents to increase awareness of the dangers of smoking.*

**Keywords** : smoking behavior, students, phenomenological study

## PENDAHULUAN

Maraknya jumlah konsumsi rokok saat ini sangat mengkhawatirkan. Hal ini semakin berbahaya karena rokok mengandung zat-zat beracun yang dapat berdampak serius, terutama bagi remaja yang mengonsumsinya (Suryawati & Gani, 2022). Rokok terbuat dari lintingan tembakau yang dibungkus lalu dihisap oleh seseorang setelah ujungnya dibakar yang mengandung zat adiktif yang menyebabkan kecanduan bagi penghisapnya (Promkes RSST, 2022). Kebiasaan merokok baik remaja maupun orang dewasa dapat menimbulkan masalah Kesehatan, seperti dapat menyebabkan batuk, infeksi pada saluran pernapasan, kanker, gangguan kecerdasan (kognitif), hingga kematian. Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang mencakup semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Namun, masih banyaknya ditemukan perilaku kenakalan remaja seperti perilaku merokok. Banyak efek buruk pada kesehatan yang disebabkan oleh rokok, termasuk stroke, hipertensi, sakit mata, dan jantung. Remaja yang merokok cenderung mengalami masalah baik di lingkungan sosial, keluarga, bahkan akademiknya (Suryawati & Gani, 2022). Para kaum remaja sering merokok karena ingin diterima oleh kelompok mereka. Alasan beberapa diberikan mereka melakukan merokok karena persepsi, bahwa merokok adalah gaya atau keren. Remaja menganggap merokok itu adalah cara menunjukkan penentangan dan kemandirian, menurut pendapat lainnya juga bahwa merokok membantu mereka meredakan stress dan dan bisa menangkan (Widyawati & Sihite, 2025).

Menurut *World Health Organization* (WHO), lebih dari 8 juta orang meninggal setiap tahun di seluruh dunia karena tembakau (WHO, 2022). Menurut data *Global Youth Tobacco Survey* (GYTS) tahun 2019, 2 dari 3 anak laki-laki dan 1 dari 5 anak perempuan yang berusia 13-15 tahun, sudah pernah menggunakan produk tembakau. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), Menunjukkan adanya peningkatan prevalensi perilaku merokok remaja di Indonesia mencapai 22,04% pada tahun 2022 yang hingga tahun 2023 mencapai 28,62%. Studi sebelumnya mengungkapkan peningkatan perilaku remaja merokok bisa terjadi karena banyaknya jumlah media yang digunakan oleh industri rokok untuk mempromosikan rokok, serta kurangnya peran dari orang tua dan pengaruh ajakan dari teman sebaya (Panjaitan et al., 2020). Sejalan dengan penelitian “Determinan Perilaku Merokok Remaja SMA”, menyebutkan bahwa peningkatan perilaku merokok pada remaja karena pengetahuan dan sikap, dan pengaruh salah satu keluarga atau memiliki ortu yang merokok, dan yang paling dominan ketersediaan rokok karena remaja jadi mudah mendapatkan rokok dimana saja (Muslim et al., 2023).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kalimantan Timur 2018, Kabupaten Kutai Kartanegara merupakan kabupaten/Kota yang berada di Kalimantan Timur yang menduduki posisi ke-2 atau sebanyak 2.878 jiwa dengan angka proporsi penduduk perokok terbanyak se-Kalimantan Timur. Faktor yang berkontribusi tingginya angka ini karena kebiasaan gaya hidup, lingkungan sosial dan karakteristik psikologis kurang pengawasan terhadap perokok di usia muda (Mahabbah et al., 2019). Mengungkapkan Lingkungan sosial remaja sangat mempengaruhi kebiasaan merokok mereka. Ini bisa terjadi jika remaja berada dalam lingkungan yang perokok. Remaja jadi sangat mudah dipengaruhi untuk mengikuti kebiasaan tersebut karena dianggap diterima (Ramadhini et al., 2025). Menemukan kekurangan pengawasan dari orang tua dan kurangnya komunikasi informasi mengenai tentang bahaya merokok dapat meningkatkan kemungkinan seorang remaja untuk mencoba merokok (Fadia et al., 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara dengan pihak sekolah dan observasi langsung di SMP YPK 1 Tenggarong, yang memiliki 145 siswa dalam 6 kelas, ditemukan banyak siswa yang merokok atau terdapat sebanyak 16% kasus fenomena perilaku merokok pada siswa dari total 145 siswa. Perilaku ini dipengaruhi oleh teman sebaya.

Meskipun ada larangan dan sanksi dari pihak sekolah, banyak siswa tetap merokok di sekitar lingkungan sekolah, seperti di gang kecil belakang sekolah yang terdapat rumah kosong dan tempat sepi. Berdasarkan masalah tersebut, peneliti melakukan penelitian lebih lanjut mengenai studi tentang faktor pemicu dan konsekuensi perilaku merokok di kalangan siswa SMP. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui faktor penyebab dan dampak perilaku merokok pada siswa.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi fenomenologi. Penelitian ini dilakukan di SMP 1 YPK Tenggarong pada 10 februari 2024, Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki perilaku merokok. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive sampling*, dengan pertimbangan bahwa informan dipilih karena memiliki informasi yang relevan dengan tujuan penelitian ini. Sampel terdiri dari: 6 informan utama, dari perwakilan siswa SMP kelas 7, 8, dan 9 yang memiliki kebiasaan perilaku merokok. Informan kunci, terdiri dari wali kelas yang berjumlah 2 orang. Informan tambahan, terdiri dari satpam penjaga sekolah berjumlah 1 orang. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan menggunakan pedoman wawancara semi-terstruktur dan observasi langsung di dalam lingkungan sekolah agar bisa memahami konteks perilaku merokok pada siswa SMP. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan Teknik analisis tematik, yang meliputi seperti transkrip wawancara, pengkodean data, identifikasi tema dan interpretasi hasil penelitian.

## HASIL

### Karakteristik Informan

Dalam penelitian ini peneliti berhasil memperoleh informan dengan total 6 orang informan utama yaitu siswa yang merokok. Adapun rentang umur informan mulai dari umur 13-16 tahun yang dijabarkan dalam tabel berikut.

**Tabel 1. Rentang Umur Informan**

No.	Informan	Jenis Kelamin	Umur	Kelas	Keterangan
1.	Tn. GB	L	13	7	Siswa SMP merokok
2.	Tn. RF	L	14	8	Siswa SMP merokok
3.	Tn. RG	L	14	8	Siswa SMP merokok
4.	Tn. MI	L	14	8	Siswa SMP merokok
5.	Tn. DF	L	16	9	Siswa SMP merokok
6.	Tn. SF	L	15	9	Siswa SMP merokok

### Sikap

Berdasarkan temuan penelitian, sebagian besar informan menyadari bahwa merokok memiliki dampak negatif terhadap kesehatan mereka. Mereka memahami bahwa kebiasaan merokok dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Namun, ada juga informan yang tidak mengetahui dengan jelas apa saja bahaya yang ditimbulkan oleh merokok. Dari keseluruhan wawancara, masih banyak informan yang memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tentang risiko kesehatan yang diakibatkan oleh merokok, menunjukkan kurangnya pemahaman mengenai bahaya rokok di kalangan beberapa informan. Berikut kuotasi salah satu informan mengenai sikap terhadap merokok.

*“Berbahaya kak, tapi saya tidak tahu kandungan yang berbahaya pada rokok”.*

*“Tau berbahayanya kak, tapi ga tahu kandungan apa yang buat berbahaya”.*

### Norma Subyektif

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua informan memiliki keluarga atau kerabat yang merokok. Mereka tertarik merokok karena pengaruh lingkungan, seperti orang tua dan teman sebaya. Meskipun keluarga mengetahui kebiasaan merokok, respon mereka biasanya hanya berupa teguran untuk berhenti. Berikut kutipan dari salah satu informan terkait norma subjektif.

*“Pertama itu saya lagi stress kak, pas stress itu temen ya ajari saya merokok jadi begitulah saya bisa ngerokok”.*

*“Awalnya coba-coba, sama temen di kampung kak”.*

### Persepsi Pengendalian Perilaku

Penelitian menunjukkan bahwa informan mendapatkan rokok dengan mengumpulkan uang saku atau meminta dari teman. Mereka merokok saat berkumpul dengan teman-teman dan merasa rokok memberikan ketenangan serta membantu melupakan masalah pribadi atau keluarga. Beberapa informan berusaha mengurangi merokok dengan makan permen atau berinteraksi dengan teman lain untuk mengalihkan keinginan merokok. Berikut kutipan salah satu kutipan dari informan mengenai persepsi pengendalian perilaku.

*“Kalo lagi kondisi banyak masalah sih kak, kaya masalah dari rumah entah dimarahin sama bapak atau atau dengan ibu sama dulu berantem jadi dialihkan dengan merokok supaya merasa rileks atau tenang”.*

*“Saat orang tua sih kak, karena orang tua saya sering bertengkar itu membuat saya stress dan itu buat saya jadinya pengen merokok”.*

### Perilaku

Berdasarkan hasil penelitian, informan mengungkapkan bahwa mereka biasanya merokok setelah pulang sekolah, dengan lokasi merokok di tempat tongkrongan atau di rumah teman. Ketika ditanya tentang jumlah rokok yang dihisap, mayoritas informan menyatakan mereka menghabiskan sekitar 4-5 batang rokok per hari. Namun, informan kunci menjelaskan bahwa mereka bisa mengonsumsi hingga satu bungkus rokok setiap harinya. Berikut salah satu kutipan dari informan mengenai perilaku.

*“Saya sehari bisa habiskan 4 sampai 5 batang rokok kak, dan itu juga nggak setiap hari ya paling seminggu bisa 4 kali saja saya merokok”.*

*“Kalo ngerokok saya nggak seharian paling seminggu berapa kali aja gitu, biasanya seminggu itu 3x merokok dan itu saya ngerokok habisin sekitar 3-4 batang”.*

**Tabel 2. Frekuensi Merokok Informan**

No.	Kode Informan	Frekuensi Merokok	Jumlah Rokok
1.	Tn. GB	Merokok saat tertentu	1 Batang Rokok
2.	Tn. RF	Merokok Setiap Hari	3 Batang Rokok
3.	Tn. RG	Merokok Seminggu 4x	4-5 Batang Rokok
4.	Tn. MI	Merokok Setiap Hari	1-2 Batang Rokok
5.	Tn. DF	Merokok saat tertentu	3 Batang Rokok
6.	Tn. SF	Merokok seminggu 3x	3-4 Batang Rokok

## PEMBAHASAN

### Sikap

Informan mengetahui bahaya bagi kesehatan diri dari dampak yang ditimbulkan dari perilaku merokok, namun ada juga jawaban yang berbeda dari informan lain yang tidak mengetahui apa bahaya yang ditimbulkan dari merokok. Dari beberapa informan yang telah diwawancarai masih terdapat banyak informan yang memiliki pengetahuan kurang mengenai bahaya rokok. Hal ini sejalan dengan penelitian (Suryawati & Gani, 2022) bahwa seluruh

partisipan dalam penelitian tersebut menganggap bahwa rokok dapat memberikan ketenangan, memperbaiki suasana hati. Perilaku ini didasari karena kurangnya pengetahuan informan mengenai rokok belum begitu baik.

Menurut teori sosial kognitif (*observational learning*) yang dikembangkan oleh Albert Bandura mengatakan bahwa kemampuan kognitif manusia yang berperan dalam motivasi, afeksi, dan tindakan, juga pada bagaimana individu mengelola dan mengubah perilaku serta menciptakan sistem sosial yang mengatur kehidupan mereka. Hasil pembelajaran bukan hanya dilihat dari aspek kognitif, tetapi juga melalui perubahan perilaku yang berdampak pada lingkungan sekitar (Abdullah, 2019). Dari keseluruhan informan yang telah diwawancarai, diperoleh hasil bahwa informan merasa bahwa dengan merokok dapat memberikan ketenangan atau rileks saat mengalami stress dan tekanan, baik karena masalah di keluarga dan masalah sehari-hari. Perubahan suasana hati sangat berpengaruh pada siswa sehingga sangat rentan menerima ajakan teman negatif dan cenderung mengikuti ajakan tersebut. Keterbatasan pengetahuan siswa juga memberikan pengaruh, dalam hal ini masih terdapat banyak informan yang hanya sebatas mengetahui bahaya merokok tetapi tidak mengetahui zat apa yang membuat rokok berbahaya.

### **Norma Subyektif**

Seluruh informan memiliki keluarga atau kerabat yang juga merokok. Informan mengakui memiliki ketertarikan merokok melihat lingkungan sekitar seperti orang tua dan teman sebaya yang memiliki perilaku merokok. Pengaruh dari lingkungan pun mendorong informan untuk mencoba rokok tersebut. Namun tanggapan yang ditunjukkan oleh keluarga saat mengetahui informan merokok hanya berupa teguran larangan merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian (Suryawati & Gani, 2022) perilaku merokok informan muncul karena pengaruh teman sebaya saat bersosialisasi, selain itu faktor rasa setia kawan atau sungkan menolak ajakan teman menjadi salah satu penyebab timbulnya perilaku merokok. Penelitian serupa juga dilakukan oleh (Yanti et al., 2022) bahwa partisipan menyatakan bahwa mereka memulai merokok karena melihat teman dan kemudian menjadi kecanduan.

Menurut teori *Lawrence Green* pada 1991, dalam (Adventus et al., 2019) perilaku kesehatan individu atau masyarakat dipengaruhi oleh pengetahuan, yang berperan sebagai faktor predisposisi atau faktor kecenderungan yang mempengaruhi dalam menentukan tindakan atau perilaku nyata seseorang. Dari keseluruhan informan yang telah diwawancarai, diperoleh hasil bahwa perilaku merokok siswa dipengaruhi oleh lingkungan, terutama keluarga dan teman sebaya yang juga merokok. Ketertarikan mereka untuk merokok muncul dari pengamatan terhadap orang di sekitar mereka, didukung oleh teguran keluarga yang minim edukasi tentang bahaya merokok. Temuan ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan yang menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya dan rasa setia kawan memicu perilaku merokok. Kurangnya pengetahuan sebagai faktor predisposisi berperan dalam terbentuknya perilaku merokok di kalangan siswa. Sehingga pentingnya edukasi yang efektif untuk mencegah perilaku merokok pada siswa.

### **Persepsi Pengendalian Perilaku**

Informan mengatakan mendapatkan rokok dengan mengumpulkan uang dari saku mereka atau meminta rokok kepada teman. Informan menjelaskan kondisi saat merokok yaitu saat sedang berkumpul dengan teman tongkrongan. Berdasarkan penuturan informan dengan merokok dapat merasakan ketenangan dan melarikan diri dari masalah sehari-hari maupun masalah keluarga. Informan mengatakan ada upaya untuk menahan diri agar tidak merokok dengan cara makan permen maupun bermain dengan teman yang lain agar tidak melakukan perilaku merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yanti et al., 2022) Karena lingkungan yang penuh dengan perokok aktif dapat mempengaruhi keinginan atau

keinginan seseorang untuk berhenti merokok pada akhirnya, ini adalah godaan paling sulit untuk diatasi. Cara untuk menghindari hal ini adalah dengan mendekati diri dengan seseorang yang tidak merokok dan menghindari teman atau lingkungan yang merokok aktif.

Menurut teori Menurut *Theory of Planned Behavior* (Ajzen, 1991), sikap terhadap perilaku adalah elemen kunci yang dapat memprediksi tindakan seseorang. Namun, penting juga untuk mempertimbangkan norma subjektif dan mengukur persepsi kontrol perilaku individu tersebut. Ketika seseorang memiliki sikap positif, dukungan dari lingkungan sekitar, dan persepsi bahwa perilaku tersebut mudah dilakukan tanpa hambatan, maka niat untuk melakukannya akan meningkat. Dari keseluruhan informan yang telah diwawancarai, diperoleh hasil bahwa perilaku merokok siswa dipengaruhi oleh lingkungan sosial mereka, terutama teman sebaya dan keluarga. Meskipun beberapa siswa berusaha menahan diri dari merokok, banyak yang mengakui bahwa hal tersebut sulit dilakukan, terutama ketika berada di lingkungan yang mendukung kebiasaan merokok. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Yanti et al., 2022) yang menyatakan bahwa lingkungan sekitar yang dipenuhi perokok aktif merupakan godaan terbesar yang mempengaruhi niat seseorang untuk berhenti merokok. Menurut *Theory of Planned Behavior* (Ajzen, 1991), sikap positif terhadap perilaku, dukungan dari lingkungan, dan persepsi kemudahan tanpa hambatan berperan penting dalam meningkatkan niat seseorang untuk melakukan suatu perilaku. Dalam konteks ini, lingkungan yang mendukung perilaku merokok menghambat siswa untuk berhenti, meskipun ada niat untuk melakukannya.

### Perilaku

Informan mengatakan waktu mereka digunakan untuk merokok yaitu saat pulang sekolah. Adapun informan mengatakan mereka merokok di tempat tongkrongan atau di rumah teman informan. Saat di wawancara mengenai berapa batang yang mereka habiskan saat merokok, informan kebanyakan menjawab 4-5 batang rokok. Sedangkan informan kunci mengatakan mereka merokok bisa menghabiskan 1 bungkus rokok perhari. Dari keseluruhan informan yang telah diwawancarai, diperoleh hasil bahwa informan merokok seringkali tidak langsung pulang ke rumah setelah sekolah, melainkan menghabiskan waktu bersama teman sebaya di suatu tempat untuk merokok. Hal ini dipengaruhi oleh lingkungan, termasuk faktor teman sebaya, orang tua, dan saudara yang dapat berperan dalam mendorong penggunaan tembakau atau rokok (Fadia et al., 2023). Sebagian besar remaja Mayoritas remaja menghisap 1-5 batang rokok per hari, menunjukkan bahwa mereka adalah perokok ringan (Riyanda et al., 2023).

Teori Pembelajaran Sosial Albert Bandura pada 1986 dalam (Abdullah, 2019) sangat relevan untuk menjelaskan bagaimana perilaku ini berkembang. Teori ini menggabungkan prinsip-prinsip dari teori pembelajaran perilaku, tetapi menekankan lebih kuat pada pengaruh isyarat lingkungan terhadap perilaku dan pada proses mental internal individu. Menurut Bandura, manusia memiliki fleksibilitas untuk mempelajari sikap dan perilaku melalui berbagai pengalaman, terutama melalui pengalaman tak langsung. Dari keseluruhan informan yang telah diwawancarai diperoleh, hasil bahwa perilaku merokok pada remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial mereka, termasuk teman sebaya dan keluarga. Berdasarkan penelitian, remaja cenderung merokok setelah pulang sekolah di tempat-tempat tertentu bersama teman-teman mereka.

Jumlah rokok yang dikonsumsi bervariasi, dengan sebagian besar remaja merokok 4 hingga 5 batang/hari, sementara beberapa menghabiskan hingga satu bungkus penuh. Temuan ini sejalan dengan Teori Pembelajaran Sosial Albert Bandura pada 1986 dalam (Abdullah, 2019), yang menekankan bahwa perilaku individu sering kali dipelajari melalui pengamatan terhadap lingkungan sekitar memberikan isyarat dan pengalaman tidak langsung yang mendorong remaja untuk mengadopsi perilaku tersebut (Tim Boone et al., 1977). Dalam kasus perilaku merokok pada remaja, banyak dari mereka mempelajari kebiasaan ini bukan hanya dari pengalaman pribadi, tetapi lebih sering dari mengamati perilaku orang lain, seperti teman

sebaya atau anggota keluarga yang merokok. Pengaruh orang tua sangat signifikan, terutama jika mereka merokok atau kurang mengawasi anak. Lingkungan keluarga yang permisif memudahkan akses rokok bagi remaja. Selain itu, teman sebaya memiliki dampak dominan, di mana tekanan sosial meningkatkan kemungkinan remaja mulai merokok.

Seperti penelitian yang dilakukan oleh (Saputra et al., 2022) menunjukkan bahwa bimbingan dan penyuluhan guru BK membantu siswa mengenali dan mengatasi tekanan sosial terkait merokok. Oleh karena itu, pencegahan merokok pada remaja perlu melibatkan edukasi orang tua dan intervensi sosial untuk membangun kesadaran serta keterampilan menolak tekanan teman sebaya. Ini sejalan dengan penelitian “Studi fenomenologis terhadap perilaku merokok remaja Perempuan” mengungkapkan pengaruh remaja melakukan perilaku merokok karena berbagai faktor, baik faktor dalam diri maupun dari lingkungannya. Faktor internal seperti dari perasaan emosi, motivasi pribadi keinginan untuk diterima. Sementara itu faktor eksternal seperti pengaruh teman, keluarga dan lingkungan sosial budaya lainnya (Nathasya et al., 2024). Pada penelitian lainnya menyebutkan pemicu remaja meniru kebiasaan tersebut, dari faktor orang tua yang memiliki lingkungan keluarga untuk mendukung dan menjadi pengaruh mereka untuk merokok. Kedua teman sebaya pengaruh paling dominan terhadap perilaku merokok karena ada tekanan sosial dari teman sebaya menjadi mendorong individu untuk melakukan menjadi perbuatan mencoba merokok karena merasa diterima (Saputra et al., 2022).

## KESIMPULAN

Mayoritas siswa SMP 1 YPK Tenggarong memiliki kesadaran tentang bahaya merokok, meskipun mereka kurang pengetahuan tentang rokok dan dampaknya. Perilaku merokok didorong oleh keyakinan bahwa merokok dapat membantu meredakan stres, sesuai dengan teori pembelajaran sosial Bandura, yang menunjukkan bahwa perilaku dipengaruhi oleh faktor kognitif dan lingkungan sosial. Lingkungan keluarga dan teman sebaya berperan signifikan dalam mempengaruhi perilaku ini, terutama karena kebiasaan merokok di kalangan orang tua dan tekanan dari teman. Kurangnya pengetahuan yang memadai tentang bahaya merokok dan minimnya pengawasan orang tua menjadi faktor utama yang memperkuat kebiasaan merokok. Meskipun beberapa siswa berupaya untuk berhenti merokok, lingkungan sosial yang mendukung perilaku merokok menjadi hambatan utama dalam perubahan perilaku. Temuan ini juga mendukung teori perilaku terencana (TPB), yang menekankan pentingnya sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku dalam membentuk niat dan perilaku siswa.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu penyelesaian penelitian ini. Ucapan terimakasih khusus diberikan kepada dosen pembimbing atas bimbingan, saran, dan kritik yang konstruktif, serta motivasi yang diberikan selama proses penelitian. Penulis juga berterimakasih kepada partisipan yang telah bersedia meluangkan waktu dan berbagi informasi yang berharga. Selain itu, penulis menghargai dukungan rekan-rekan sejawat yang telah memberikan motivasi dan semangat selama penelitian ini berlangsung. Terakhir, penulis menyampaikan rasa syukur kepada keluarga tercinta atas cinta, perhatian, dan dukungan yang tiada henti. Semoga segala bantuan dan dukungan dari semua pihak mendapat balasan terbaik dari Tuhan Yang Maha Esa.

## DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, S. M. (2019). *Social Cognitive Theory : A Bandura Thought Review published in 1982-2012. Psikodimensia, 18(1), 85.* <https://doi.org/10.24167/psidim.v18i1.1708>

- Adventus, M., Jaya, M. M., & Mahendra, D. (2019). *Buku Modul Promosi Kesehatan*.
- Ajzen, I. (1991). *The theory of planned behavior. Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Fadia, S. H., Shifanidha, Y. T., Hidayat, I., Anggraini, O. D., Fitrianto, W. C., Nabillah, R., Nurahmad, Y. A., Karyadi, V. A., Kirana, K. C., & Pratiwi, B. I. (2023). Peningkatan Pengetahuan Bahaya Merokok dengan Edukasi pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Tawang Kabupaten Sukoharjo. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 220–229.
- Mahabbah, C., Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, M., & Keilmuan Keperawatan Keluarga Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, B. (2019). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Remaja Di Sekolah: Vol. IV* (Issue 2).
- Muslim, N. A., Adi, S., Ratih, S. P., & Ulfah, N. H. (2023). Determinan Perilaku Merokok Remaja SMA/Sederajat di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(1), 20. <https://doi.org/10.47034/ppk.v5i1.6781>
- Nathasya, H., Kinanti, I. P., Amelia, M., & Anggraini, S. (2024). *Studi Fenomenologis Terhadap Perilaku Merokok pada Remaja Perempuan Usia SMP di Kabupaten Ogan Ilir*. 6(November). <https://doi.org/10.55352/kpi.v6i1.1192>
- Panjaitan, L., Ginting, A. A. ., & Ginting, F. S. H. (2020). Jurnal Keperawatan Sisthana. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 5(2), 8–13. <https://jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id/index.php/SISTHANA/article/view/68/62>
- Promkes RSST. (2022, July 22). *Bahaya dan Efek Paparan Rokok pada Anak dan Remaja*. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1336/bahaya-dan-efek-pajanan-rokok-pada-anak-dan-remaja#:~:text=Sedangkan merokok adalah suatu kebiasaan,dibandingkan mereka yang tidak merokok](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1336/bahaya-dan-efek-pajanan-rokok-pada-anak-dan-remaja#:~:text=Sedangkan merokok adalah suatu kebiasaan,dibandingkan mereka yang tidak merokok)
- Ramadhini, S. P., Etrawati, F., Rahmawaty, A., & Afifah, N. (2025). *Pola Interaksi Sosial dan Perilaku Merokok di Kalangan Siswa*. 18(1), 3–10. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v18i1.465>
- Riyanda, T., Mulyani, D., & Arnita, Y. (2023). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Merokok pada Remaja di Kabupaten Aceh Jaya. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(1), 74–83. <https://jurnal.usk.ac.id/JIK/article/view/32995>
- Saputra, A., Ratna, E., Waty, K., & Tegar. (2022). Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Peserta Didik Smp Negeri 2 Indralaya. *Jurnal Pemikiran Dan Kajian Pendidikan*, 8(7), 77–84. <https://ojs.co.id/1/index.php/jpkp/article/view/1755/2119>
- Suryawati, I., & Gani, A. (2022). Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 497–505. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.3743>
- Tim Boone, Anthony J. Reilly, & Sashkin, M. (1977). SOCIAL LEARNING THEORY Albert Bandura Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1977. 247 pp., paperbound. *Group & Organization Studies*, 2(3), 384–385. <https://doi.org/10.1177/105960117700200317>
- WHO. (2022). *Pernyataan WHO: Penggunaan tembakau dan COVID-19*. <https://www.who.int/indonesia/news/detail/11-05-2020-pernyataan-who-penggunaan-tembakau-dan-covid-19>
- Widyawati, & Sihite, A. R. T. (2025). *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*. 1(1), 7–16.
- Yanti, Y. A. E. S., Safitri, A., Sari, A., Anggraini, D., Suryani, K., & Pranata, L. (2022). Persepsi Remaja Yang Berhenti Merokok Dengan Studi Deskriptif. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 5(1), 26–30. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v5i1.90>