

HUBUNGAN PERSEPSI MANFAAT DAN HAMBATAN TIDAK MEROKOK TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN MEROKOK PADA REMAJA : STUDI *CROSS-SECTIONAL*

Muhammad Nashih^{1*}, Taufik Hidayat², Rusdiana³, Filia Sofiani Ikasari⁴

Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Intan Martapura, Banjar, Indonesia^{1,3,4}, Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Intan Martapura, Banjar, Indonesia²

*Corresponding Author : naseh252@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku merokok pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang terus mengalami peningkatan dan berpotensi menimbulkan dampak jangka panjang terhadap kesehatan fisik, psikologis, dan sosial. Masa remaja merupakan periode transisi yang rentan terhadap pengaruh lingkungan, terutama tekanan teman sebaya dan norma sosial yang menganggap merokok sebagai simbol kedewasaan. Salah satu pendekatan yang relevan untuk memahami perilaku pencegahan merokok adalah *Health Belief Model*, yang menekankan peran persepsi manfaat dan persepsi hambatan dalam pembentukan perilaku kesehatan. Menganalisis hubungan antara persepsi manfaat dan hambatan tidak merokok dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja di SMP Negeri 4 Martapura. Penelitian *korelasional* dengan desain *cross-sectional* melibatkan seluruh siswa laki-laki di SMP Negeri 4 Martapura sebanyak 86 responden menggunakan teknik *total sampling*. Pengambilan data dilakukan di SMP Negeri 4 Martapura pada Desember 2025 selama satu hari menggunakan kuesioner yang terdiri dari kuesioner persepsi manfaat sebanyak 17 item, persepsi hambatan 17 item, serta perilaku pencegahan merokok 12 item, dengan analisis data uji *Spearman's rho*. Didapatkan hasil *p value* 0.000, dimana $p < 0.005$ bahwa adanya hubungan persepsi manfaat dan hambatan tidak merokok dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja di SMP Negeri 4 Martapura. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin positif persepsi remaja terhadap manfaat tidak merokok serta semakin rendah persepsi hambatan yang dirasakan, maka semakin baik perilaku pencegahan merokok yang ditunjukkan remaja. Ada hubungan persepsi manfaat dan hambatan tidak merokok dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja di SMP Negeri 4 Martapura. Sekolah diharapkan meningkatkan edukasi pencegahan merokok melalui puskesmas dan instansi kesehatan lainnya.

Kata kunci : persepsi hambatan, persepsi manfaat, perilaku pencegahan merokok, remaja

ABSTRACT

Smoking behavior among adolescents remains a growing public health concern with potential long-term physical, psychological, and social consequences. The Health Belief Model provides a relevant framework for understanding smoking prevention behavior by emphasizing the role of perceived benefits and perceived barriers. This study aimed to analyze the relationship between perceived benefits and perceived barriers to not smoking and smoking prevention behavior among adolescents at SMP Negeri 4 Martapura. This correlational study employed a cross-sectional design involving all 86 male students at SMP Negeri 4 Martapura, selected using a total sampling technique. Data were collected in Desember 2025 over one day using a structured questionnaire and analyzed using Spearman's rho correlation test. The findings revealed a p-value of 0.000 ($p < 0.005$), indicating a significant association between perceived benefits and barriers to not smoking and smoking prevention behaviors among adolescents. Positive perceptions of the benefits of not smoking and lower perceived barriers were associated with better smoking prevention behaviors. There is a significant relationship between perceived benefits and perceived barriers to not smoking and smoking prevention behavior among adolescents at SMP Negeri 4 Martapura. Schools are encouraged to strengthen smoking prevention education by collaborating with community health centers and other related health institutions.

Keywords : *perceived benefits, perceived barriers, smoking prevention behavior, adolescents*

PENDAHULUAN

Merokok di kalangan remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang semakin menjadi perhatian, terutama karena dampak buruk yang ditimbulkan oleh kebiasaan ini dalam jangka panjang. Tren ini menunjukkan peningkatan yang signifikan, yang memperburuk masalah kesehatan remaja di Indonesia. Merokok pada usia remaja tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga dapat mengganggu perkembangan mental dan sosial mereka. Dalam jangka panjang, kebiasaan ini meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit kronis, seperti kanker paru, gangguan pernapasan, serta penyakit kardiovaskular (Setiawan and Rahmawati, 2021). Salah satu faktor utama yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja adalah persepsi mereka terhadap manfaat dan hambatan yang terkait dengan rokok. Dalam banyak kasus, remaja terpengaruh oleh faktor eksternal, seperti tekanan dari teman sebaya, promosi rokok melalui iklan, serta lingkungan sosial yang memperlihatkan rokok sebagai simbol ke dewasaan atau status sosial. Meskipun banyak remaja yang memahami dampak negatif merokok, mereka sering kali menghadapi hambatan seperti pengaruh sosial yang kuat dan kecanduan yang sulit dihindari. Pengetahuan mengenai risiko kesehatan yang ditimbulkan oleh merokok masih kurang mendalam di kalangan mereka, sehingga perlu dilakukan penelitian untuk memahami lebih lanjut mengenai persepsi remaja terhadap manfaat dan hambatan merokok, serta bagaimana hal tersebut memengaruhi keputusan mereka dalam mencegah kebiasaan tersebut (Purnamasari, 2023).

Secara global, merokok masih menjadi salah satu penyebab utama kematian yang dapat dicegah. *World Health Organization* melaporkan bahwa konsumsi tembakau menyebabkan jutaan kematian setiap tahunnya dan sebagian besar perokok memulai kebiasaan tersebut pada usia remaja. Di Indonesia, prevalensi perokok usia muda masih tergolong tinggi dan menunjukkan kecenderungan yang belum sepenuhnya menurun, yang mengindikasikan bahwa upaya pengendalian dan pencegahan merokok pada kelompok remaja belum berjalan secara optimal dan membutuhkan pendekatan yang lebih komprehensif serta berbasis bukti ilmiah (*World Health Organization*, 2023). Data nasional juga menunjukkan bahwa perilaku merokok pada kelompok usia 10–18 tahun masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 mencatat bahwa prevalensi perokok remaja masih berada pada angka yang memprihatinkan, meskipun berbagai kebijakan pengendalian tembakau telah diterapkan. Kondisi ini mencerminkan bahwa faktor individual dan lingkungan masih berperan besar dalam memengaruhi keputusan remaja untuk merokok maupun dalam membentuk perilaku pencegahan merokok (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Salah satu faktor penting yang memengaruhi perilaku pencegahan merokok pada remaja adalah persepsi individu terhadap manfaat dan hambatan tidak merokok. Remaja yang memiliki pemahaman dan keyakinan bahwa tidak merokok memberikan manfaat nyata bagi kesehatan, penampilan, dan masa depan cenderung lebih mampu menolak ajakan merokok. Namun demikian, tekanan teman sebaya, lingkungan keluarga yang merokok, serta norma sosial yang menganggap merokok sebagai simbol kedewasaan sering kali menjadi hambatan kuat yang melemahkan niat remaja untuk tidak merokok (Hidayat & Ibargel, 2021). *Health Belief Model* merupakan salah satu kerangka teori yang relevan untuk menjelaskan perilaku pencegahan merokok pada remaja. Model ini menekankan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh persepsi individu mengenai persepsi manfaat dan persepsi hambatan. Persepsi manfaat merujuk pada keyakinan remaja bahwa menghindari rokok akan memberikan keuntungan kesehatan dan sosial, sedangkan persepsi hambatan berhubungan dengan hambatan yang dihadapi remaja dalam menjalani perilaku pencegahan, seperti tekanan sosial dari teman sebaya atau kurangnya dukungan keluarga (Dewi *et al.*, 2023) Berbagai penelitian menunjukkan bahwa persepsi manfaat dan hambatan tidak merokok berhubungan erat dengan

perilaku pencegahan merokok pada remaja. Remaja yang memiliki persepsi manfaat tinggi cenderung menunjukkan sikap dan tindakan yang lebih konsisten dalam menghindari rokok, meskipun berada dalam lingkungan yang permisif terhadap perilaku merokok. Sebaliknya, persepsi hambatan yang tidak dikelola dengan baik dapat meningkatkan risiko remaja untuk mencoba atau mempertahankan kebiasaan merokok, terutama pada lingkungan sosial yang mendukung perilaku tersebut (Purnamasari, 2023).

Salah satu bentuk inovasi yang dianggap efektif dalam mencegah perilaku merokok di kalangan remaja adalah penerapan pendekatan yang berfokus pada sudut pandang remaja itu sendiri, di mana mereka tidak hanya menjadi sasaran program, tetapi juga berperan aktif dalam perencanaan dan pelaksanaannya. Partisipasi aktif tersebut dapat diwujudkan melalui kegiatan *peer education*, yaitu metode edukasi berbasis teman sebaya yang memungkinkan remaja untuk saling berbagi informasi, pandangan, serta pengalaman mengenai dampak buruk merokok secara lebih terbuka dan relevan dengan kehidupan mereka sehari-hari. Selain itu, pemanfaatan media sosial sebagai *platform* penyebaran pesan kesehatan juga menjadi strategi yang menjanjikan, mengingat tingginya tingkat keterlibatan remaja dalam ruang digital. Melalui pendekatan berbasis teknologi ini, penyampaian pesan mengenai bahaya merokok dapat dilakukan dengan cara yang lebih kreatif, interaktif, dan mudah diakses, sehingga mampu meningkatkan kesadaran serta membentuk perilaku positif di kalangan remaja (Sari, Saputri and Budi, 2024).

Berdasarkan konteks tersebut, SMP Negeri 4 Martapura sebagai salah satu institusi pendidikan tingkat menengah pertama memiliki karakteristik lingkungan remaja yang rentan terhadap pengaruh perilaku merokok, baik dari teman sebaya maupun lingkungan keluarga. Minimnya edukasi pencegahan merokok yang terstruktur serta masih kuatnya persepsi sosial yang keliru mengenai rokok berpotensi memengaruhi perilaku siswa. Oleh karena itu, diperlukan kajian ilmiah yang menganalisis hubungan antara persepsi manfaat dan hambatan tidak merokok dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja, sebagai dasar dalam merancang intervensi promotif dan preventif yang lebih efektif dan kontekstual di lingkungan sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu pengukuran variabel independen dan dependen dilakukan secara bersamaan dalam satu waktu pengambilan data. Desain ini dipilih karena sesuai untuk menganalisis hubungan antara persepsi manfaat dan persepsi hambatan tidak merokok dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 4 Martapura, Kabupaten Banjar, Provinsi Kalimantan Selatan. Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Desember tahun 2025, mulai dari tahap persiapan hingga pengumpulan data. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 4 Martapura yang memenuhi kriteria sebagai remaja. Sampel penelitian merupakan bagian dari populasi yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 86 responden.

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen meliputi persepsi manfaat tidak merokok dan persepsi hambatan tidak merokok, sedangkan variabel dependen adalah perilaku pencegahan merokok pada remaja. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Kuesioner diisi secara langsung oleh responden dengan pendampingan peneliti atau enumerator untuk memastikan kelengkapan dan keakuratan data. Analisis data dilakukan secara bertahap, meliputi analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi karakteristik responden dan masing-masing

variabel penelitian. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Berdasarkan hasil uji normalitas data yang menunjukkan data tidak berdistribusi normal, maka uji statistik yang digunakan adalah uji *Spearman's rho* dengan tingkat signifikansi 0,05. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Intan Martapura dengan No.079/KE/YBIP-SI/XI/2025, sehingga seluruh proses penelitian telah memenuhi prinsip etik penelitian meliputi *informed consent*, kerahasiaan data, dan perlindungan terhadap responden.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Usia	f	%
12-14 Tahun	65	75,6
15-17 Tahun	21	24,4
Total	86	100
Kelas		
VII	31	36
VIII	33	38,4
IX	22	25,6
Total	86	100
Riwayat mencoba merokok		
Ya	51	59,3
Tidak	35	40,7
Total	86	100
Jumlah rokok harian		
1-10 batang	51	59,3
11-20 batang	0	0
Lebih dari 21 batang	0	0
Tidak merokok	35	40,7
Total	86	100
Riwayat merokok keluarga		
Ya	68	79,1
Tidak	18	20,9
Total	86	100
Teman sebaya merokok		
Ya	72	83,7
Tidak	14	16,3
Teman sebaya merokok		
Total	86	100
Usia awal merokok		
Sekolah Dasar (SD)	38	44,2
Awal masuk SMP	13	15,1
Tidak merokok	35	40,7
Total	86	100
Alasan Awal Merokok		
Pengaruh orang tua	2	2,3
Pengaruh teman	39	45,3
Pengaruh iklan	6	7
Pengaruh lainnya	4	4,7
Tidak merokok	35	40,7
Total	86	100
Jenis rokok		
Tembakau (Batangan)	32	37,2
Elektrik (vape)	19	22,1

Tidak merokok	35	40,7
Total	86	100

Berdasarkan tabel 1, mayoritas responden berada pada rentang usia 12–14 tahun sebanyak 65 orang (75,6%) dan paling banyak berasal dari kelas VIII sebanyak 33 orang (38,4%). Sebagian besar responden pernah mencoba merokok, yaitu 51 orang (59,3%), dengan jumlah konsumsi rokok ringan 1–10 batang per hari sebanyak 51 orang (59,3%). Mayoritas responden memiliki anggota keluarga yang merokok sebanyak 68 orang (79,1%) serta teman sebaya yang merokok sebanyak 72 orang (83,7%). Usia awal mencoba merokok paling banyak terjadi sejak Sekolah Dasar sebanyak 38 orang (44,2%), dengan pengaruh teman sebagai alasan utama pertama kali merokok sebanyak 39 orang (45,3%), dan jenis rokok yang paling banyak digunakan adalah rokok tembakau (batangan) sebanyak 32 orang (37,2%).

Data Khusus

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Persepsi Manfaat Tidak Merokok Pada Remaja Di SMP Negeri 4 Martapura

Variabel	N	Mean	Median	SD	Minimal	Maksimal	95% CI
Persepsi Manfaat	86	59.70	60.00	6.051	44	68	58.40-60.99

Berdasarkan tabel 2, distribusi persepsi manfaat tidak merokok pada remaja di SMP Negeri 4 Martapura menunjukkan bahwa dari 86 responden diperoleh nilai rerata (mean) sebesar 59,70 dengan median 60,00 dan standar deviasi 6,051. Nilai skor minimal yang diperoleh responden adalah 44 dan skor maksimal 68, dengan rentang interval kepercayaan 95% berada pada 58,40–60,99. Hasil ini mengindikasikan bahwa secara umum responden memiliki persepsi manfaat tidak merokok yang cenderung tinggi, yang menggambarkan bahwa mayoritas remaja telah memahami dan meyakini berbagai manfaat tidak merokok, baik dari aspek kesehatan fisik, psikologis, maupun sosial. Persepsi hambatan tidak merokok pada remaja di SMP Negeri 4 Martapura

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Persepsi Hambatan Tidak Merokok Pada Remaja Di SMP Negeri 4 Martapura

Variabel	N	Mean	Median	SD	Minimal	Maksimal	95% CI
Persepsi Hambatan	86	57.99	58.50	5.664	44	69	56.77-59.20

Berdasarkan tabel 3, distribusi persepsi hambatan tidak merokok pada remaja di SMP Negeri 4 Martapura menunjukkan bahwa dari 86 responden diperoleh nilai rerata (mean) sebesar 57,99 dengan median 58,50 dan standar deviasi 5,664. Skor minimal yang diperoleh responden adalah 44 dan skor maksimal 69, dengan interval kepercayaan 95% berada pada 56,77–59,20. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum responden memiliki persepsi hambatan tidak merokok yang cenderung tinggi, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja masih merasakan adanya berbagai hambatan dalam upaya tidak merokok, baik yang berasal dari faktor internal maupun pengaruh lingkungan sosial.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Perilaku Pencegahan Merokok pada Remaja di SMP Negeri 4 Martapura

Variabel	N	Mean	Median	SD	Minimal	Maksimal	95% CI
Perilaku Pencegahan	86	40.88	42.00	3.126	32	44	40.21-41.55

Berdasarkan tabel 4, distribusi perilaku pencegahan merokok pada remaja di SMP Negeri 4 Martapura menunjukkan bahwa dari 86 responden diperoleh nilai rerata (mean) sebesar 40,88 dengan median 42,00 dan standar deviasi 3,126. Skor minimal perilaku pencegahan merokok adalah 32 dan skor maksimal 44, dengan interval kepercayaan 95% berada pada 40,21–41,55. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum responden memiliki perilaku pencegahan merokok yang tinggi, yang menggambarkan bahwa mayoritas remaja telah menunjukkan sikap, pengetahuan, dan tindakan yang baik dalam upaya mencegah perilaku merokok.

Uji Spearman’S Rho

Tabel 5. Analisis Spearman’s Rho Persepsi Manfaat Tidak Merokok dengan Perilaku Pencegahan Merokok pada Remaja di SMP Negeri 4 Martapura

Variabel	N	Mean	Median	SD	Minimal	Maksimal	95% CI	P value
Persepsi Manfaat	86	59.70	60.00	6.051	44	68	58.40-60.99	
Perilaku Pencegahan Merokok	86	40.88	42.00	3.126	32	44	40.21-41.55	0.000

Berdasarkan tabel 5, hasil analisis menggunakan uji *spearman’s rho* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi manfaat tidak merokok dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja, yang ditunjukkan oleh nilai *p value* 0.000 ($< 0,05$) dengan nilai *korelasi koefisien* 0.588 . Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik persepsi remaja terhadap manfaat tidak merokok, maka semakin baik pula perilaku pencegahan merokok yang dilakukan.

Uji Korelasi Pearson

Tabel 6. Analisis Korelasi Pearson Persepsi Hambatan Tidak Merokok dengan Perilaku Pencegahan Merokok pada Remaja di SMP Negeri 4 Martapura

Variabel	N	Mean	Median	SD	Minimal	Maksimal	95% CI	P value
Persepsi Hambatan	86	57.99	58.50	5.664	44	69	56.77-59.20	0.000
Perilaku Pencegahan Merokok	86	40.88	42.00	3.126	32	44	40.21-41.55	

Berdasarkan tabel 6, hasil analisis menggunakan uji *korelasi pearson* menyatakan bahwa terdapat hubungan antara persepsi hambatan tidak merokok dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja, yang ditunjukkan oleh nilai *p value* 0.000 ($< 0,05$) dan nilai *pearson korelasi* 0.591. Hal ini menunjukkan bahwa persepsi hambatan yang dirasakan remaja berhubungan secara signifikan dengan perilaku pencegahan merokok yang dilakukan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara persepsi manfaat dan persepsi hambatan tidak merokok dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja di SMP Negeri 4 Martapura. Secara umum, temuan penelitian menunjukkan bahwa remaja telah memiliki pemahaman yang baik mengenai pentingnya perilaku pencegahan merokok, yang tercermin dari persepsi positif terhadap manfaat tidak merokok serta kemampuan mereka dalam mengenali berbagai hambatan yang dihadapi. Kondisi ini menggambarkan adanya kesadaran kognitif yang cukup matang pada remaja terhadap risiko dan dampak perilaku merokok. Persepsi manfaat tidak merokok terbukti berperan penting dalam mendorong terbentuknya perilaku pencegahan merokok. Remaja yang meyakini bahwa tidak merokok memberikan keuntungan nyata, seperti menjaga kesehatan, meningkatkan

kebugaran, serta melindungi masa depan, cenderung lebih konsisten dalam menghindari perilaku merokok. Temuan ini sejalan dengan *Health Belief Model* yang menempatkan persepsi manfaat sebagai determinan utama perilaku kesehatan, di mana keyakinan terhadap keuntungan suatu tindakan akan meningkatkan motivasi individu untuk menerapkan perilaku tersebut secara berkelanjutan (Purnamasari, 2023)..

Secara empiris, hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa persepsi manfaat yang tinggi berhubungan dengan sikap penolakan terhadap rokok pada remaja, meskipun berada dalam lingkungan sosial yang permisif terhadap perilaku merokok. Setiawan dan Rahmawati (2021) menjelaskan bahwa pemahaman yang kuat mengenai dampak negatif rokok dan manfaat tidak merokok dapat memperkuat komitmen remaja dalam menjaga perilaku sehat. Dengan demikian, penguatan persepsi manfaat menjadi aspek strategis dalam intervensi pencegahan merokok di kalangan remaja. Selain persepsi manfaat, persepsi hambatan tidak merokok juga memiliki peran signifikan dalam membentuk perilaku pencegahan merokok. Dalam penelitian ini, tingginya persepsi hambatan tidak serta-merta melemahkan perilaku pencegahan, melainkan mencerminkan kemampuan remaja dalam mengenali tekanan sosial dan tantangan yang dihadapi. Kesadaran terhadap hambatan, seperti pengaruh teman sebaya dan lingkungan keluarga yang merokok, justru dapat meningkatkan kesiapan psikologis remaja dalam menolak ajakan merokok.

Hasil ini sejalan dengan penelitian (Hidayat and Ibargel, 2021) yang menyatakan bahwa persepsi hambatan tidak selalu berdampak negatif terhadap perilaku kesehatan, selama individu memiliki persepsi manfaat yang lebih dominan. Dalam konteks *Health Belief Model*, perilaku kesehatan merupakan hasil interaksi antara persepsi manfaat dan persepsi hambatan, sehingga tingginya hambatan dapat diimbangi oleh keyakinan yang kuat terhadap manfaat perilaku pencegahan. Hal ini menunjukkan bahwa remaja tidak hanya pasif terhadap tekanan lingkungan, tetapi mampu mengelola risiko secara adaptif. Dari sudut pandang karakteristik responden dalam penelitian ini turut memperkuat interpretasi temuan, khususnya tingginya paparan perilaku merokok dari lingkungan keluarga dan teman sebaya. Paparan tersebut memungkinkan remaja memiliki pengalaman tidak langsung mengenai dampak rokok, sehingga membentuk persepsi risiko yang lebih realistis. Purnamasari (2023) menyebutkan bahwa pengalaman sosial di sekitar remaja berperan penting dalam membangun kesadaran dan strategi koping terhadap perilaku berisiko, termasuk merokok.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menegaskan bahwa pencegahan merokok pada remaja tidak cukup hanya dengan menekan hambatan, tetapi perlu diiringi dengan penguatan persepsi manfaat secara berkelanjutan. Temuan penelitian ini memperkaya penerapan *Health Belief Model* dalam konteks remaja dan memberikan implikasi praktis bagi sekolah serta tenaga kesehatan untuk merancang program edukasi yang menekankan manfaat konkret tidak merokok serta strategi menghadapi tekanan sosial secara adaptif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa persepsi manfaat dan persepsi hambatan tidak merokok memiliki hubungan yang bermakna dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja di SMP Negeri 4 Martapura, sehingga tujuan penelitian dapat tercapai secara empiris. Remaja yang memiliki persepsi manfaat tidak merokok yang tinggi cenderung menunjukkan perilaku pencegahan merokok yang lebih baik, karena manfaat yang dipersepsikan seperti menjaga kesehatan dan mencegah dampak jangka panjang rokok menjadi dasar pengambilan keputusan perilaku kesehatan. Di sisi lain, persepsi hambatan tidak merokok juga berhubungan signifikan dengan perilaku pencegahan, yang menunjukkan bahwa kesadaran terhadap hambatan sosial seperti pengaruh teman sebaya dan lingkungan keluarga perokok tidak selalu melemahkan perilaku pencegahan, melainkan dapat berfungsi sebagai faktor protektif apabila

diimbangi dengan persepsi manfaat yang kuat. Temuan ini mempertegas relevansi *Health Belief Model* dalam menjelaskan perilaku pencegahan merokok pada remaja, di mana interaksi antara persepsi manfaat dan persepsi hambatan membentuk konstruksi kognitif yang menentukan perilaku preventif, serta menegaskan bahwa upaya pencegahan merokok pada remaja perlu difokuskan pada penguatan persepsi manfaat disertai strategi adaptif dalam menghadapi hambatan sosial.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang konstruktif selama proses penyusunan dan pelaksanaan penelitian ini, sehingga penelitian dapat diselesaikan dengan baik. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Intan Martapura yang telah memberikan dukungan akademik dan fasilitas penunjang penelitian, serta kepada pihak SMP Negeri 4 Martapura yang telah memberikan izin dan kerja sama selama proses pengambilan data. Penulis turut menyampaikan apresiasi kepada seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi secara kooperatif dalam penelitian ini, serta kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moral dan bantuan selama proses penelitian, sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, S.H. *et al.* (2023) "Persepsi remaja tentang bahaya merokok ditinjau dari *Health Belief Model*," *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(03), pp. 225-231. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.33221/jikm.v12i03.1759>.
- Ginting, A.A. and Ginting, F.S.H. (2025) "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Remaja Di Sma Negeri 15 Medan Tahun 2024," *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 10(1), pp. 17–28. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.55606/sisthana.v10i1.1678>.
- Hidayat, T. and Ibargel, L.N. (2021) "Persepsi Remaja Tentang Bahaya Merokok; Sebuah Tinjauan Dalam Perspektif Pencegahan Berbasis Model Keyakinan Kesehatan," *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(2), pp. 51-56. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.54004/jikis.v9i2.22>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Hasil utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2023*. Kementerian Kesehatan RI.
- Nugroho, A. (2023) "Peran edukasi kesehatan berbasis sekolah dalam meningkatkan perilaku pencegahan merokok pada remaja," *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 11(2), pp. 101–110.
- Nurarifah, N. and Sukmawati, S. (2024) "Perspektif Remaja tentang Dampak Kebiasaan Merokok: Sebuah Tantangan," *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 15(20), pp. 242–250. Available at: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/sf15214>.
- Nurmawaty, D. and Idris, I. (2024) "Edukasi tentang dampak perilaku merokok pada kesehatan remaja di MTs Negeri 38 Rorotan Jakarta Utara," *Jurnal Abdimas Kedokteran dan Kesehatan*, 33(41), pp. 33–41. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.24853/jaras.2.1.33-41>.
- Purnamasari, V.D. (2023) "Persepsi Hambatan Pada Tindakan Berhenti Merokok Pada Remaja Sekolah Menengah Atas Dengan Menggunakan Teori Health Belief Model," *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 11(1), pp. 77–87. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.31596/jkm.v11i1.1339>.
- Puspakencana, J. *et al.* (2024) "Smoke-Free Generation: A School-Based Smoking Prevention

- Program at SMPN 29 Bandung,” *Indonesian Journal of Community Development*, 4(2), pp. 97–105. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/ijcd.v4i2.82613>.
- Raudatussalamah, R. and Rahmawati, Y. (2020) “Perilaku Merokok Pada Pelajar: Peran Orang Tua Dalam Pengasuhan,” *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(1), p. 20. Available at: <https://doi.org/10.24014/pib.v1i1.8268>.
- Sari, S.P., Saputri, M.S.K. and Budi, S. (2024) “Social Media Exposure towards Asian Youth Smoking Behaviour,” *A Scoping Review.*, 12(2), pp. 214–221. Available at: <https://doi.org/doi: 10.20473/jpk.V12.I2SP.2024.214-221>.
- Setiawan, A. and Rahmawati, R. (2021) “Dampak kesehatan merokok terhadap remaja: Tinjauan literatur,” *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(3), pp. 102–110.
- Shofa, M.L., Ismanto, H.S. and Setiawan, A. (2024) “Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja di Desa Kebonsari Kecamatan Rowosari,” *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 4(1), pp. 11–19.
- Syarif, M. (2023) “Upaya Mengantisipasi Kebiasaan Merokok Siswa MTsN Di Kabupaten Aceh Besar,” *Sasana Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(2), pp. 49–56. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.56854/sasana.v1i2.152>.
- World Health Organization. (2023). *WHO report on the global tobacco epidemic 2023*. World Health Organization.