



Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Siswa Remaja Kelas XI di SMP X Surakarta

Desy Rosiana^{1*}, Dhian Riskiana Putri²

^{1,2}Universitas Sahid Surakarta, Indonesia

Alamat : Jl. Adi Sucipto No.154, Jajar, Kec. Laweyan, Kota Surakarta, Jawa Tengah

Korespondensi Penulis : desirosiana452@gmail.com*

Abstract : *This study aims to analyze the factors that cause smoking behavior in class XI students at SMP X Surakarta. Smoking behavior among teenagers, especially in school environments, is a significant problem, because it can affect students' physical and mental health. This research uses observation and interview methods with students who are involved in smoking behavior. The results of the research show that the main factors influencing students' smoking behavior are the influence of peers, boredom during class, and the emotional pressure or stress felt by students. Apart from that, family factors also play a role in smoking habits, such as the presence of family members who smoke. Smoking intensity varied between students, with the most frequently chosen smoking areas being hidden areas at school and home. The impacts of this behavior include serious health risks and reduced quality of life. Therefore, this research suggests increasing health education in schools, providing education to parents, strict supervision in the school environment, and providing alternative positive activities for students. It is hoped that this research will provide insight into efforts to prevent smoking among teenagers and create a healthier environment.*

Keywords : *Smoking Behavior, Teenage Students, Adolescent Health*

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada siswa kelas XI di SMP X Surakarta. Perilaku merokok di kalangan remaja, khususnya di lingkungan sekolah, menjadi masalah yang signifikan, karena dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental siswa. Penelitian ini menggunakan metode observasi dan wawancara dengan siswa yang terlibat dalam perilaku merokok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor utama yang mempengaruhi perilaku merokok siswa adalah pengaruh teman sebaya, rasa bosan saat pelajaran berlangsung, serta tekanan emosional atau stres yang dirasakan siswa. Selain itu, faktor keluarga juga berperan dalam kebiasaan merokok, seperti adanya anggota keluarga yang merokok. Intensitas merokok bervariasi antara siswa, dengan tempat merokok yang sering dipilih adalah area tersembunyi di sekolah dan rumah. Dampak dari perilaku ini mencakup risiko kesehatan yang serius dan penurunan kualitas hidup. Oleh karena itu, penelitian ini menyarankan peningkatan pendidikan kesehatan di sekolah, penyuluhan kepada orang tua, pengawasan ketat di lingkungan sekolah, dan penyediaan alternatif kegiatan positif untuk siswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan untuk upaya pencegahan merokok di kalangan remaja dan menciptakan lingkungan yang lebih sehat.

Kata Kunci : Perilaku Merokok, Siswa Remaja, Kesehatan remaja

1. LATAR BELAKANG

Perubahan biologis, psikologis, maupun perubahan sosial merupakan perubahan yang wajar terjadi pada saat menginjak masa remaja. Masa remaja kerap kali disebut masa perubahan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Karakteristik remaja yaitu mencoba-coba hal yang baru dan biasanya perilaku merokok ini menjadi pilihan mereka. Tak hanya bagi kalangan dewasa, merokok sekarang menjadi permasalahan untuk anak-anak maupun para remaja. Merokok sekarang menjadi masalah umum yang ada di dalam masyarakat maupun sekolah. Menurut Kemenkes (2016) perilaku merokok dapat menimbulkan dampak negatif, tak hanya untuk diri sendiri tapi juga untuk orang lain. Remaja sangat

mudah terpengaruh oleh lingkungan luar yang dapat menimbulkan mereka melakukan perilaku seperti merokok. Mempunyai teman yang merokok, ditawari rokok oleh teman, dan akses mendapatkan rokok yang mudah menjadi faktor utama perilaku merokok pada remaja (Pereira, 2017).

Dari banyaknya faktor yang dikemukakan para tokoh, terdapat sebuah kesimpulan menurut Hardiyanti (2020) bahwa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku merokok seperti kurangnya kesadaran akan dampak yang ditimbulkan, pergaulan remaja yang tidak sesuai umurnya, pengaruh media sosial, lingkungan tempat tinggal, finansial keluarga, tingkat pendidikan, profesi pekerjaan, jenis kelamin, dan usia. Resiko kesehatan dan keselamatan remaja akan sangat terancam jika melakukan perilaku seperti merokok ini. Menurut hasil survei terdapat 48,2% remaja pada usia 15 – 19 tahun yang melakukan perilaku merokok. Dari data yang diperoleh semakin banyak remaja yang merokok karena masa remaja disebut juga masa peralihan ataupun perubahan. Remaja biasanya menjadi perokok dimulai sejak Sekolah Menengah Pertama (SMP). Menyesuaikan diri dengan norma orang dewasa serta keinginan siswa dianggap dewasa bukan anak-anak lagi adalah alasan mengapa mereka melakukan perilaku merokok (Hurlock, 1980). Merokok menjadi salah satu penyebab utama kematian dini di dunia. Kalangan remaja sekarang cukup memprihatinkan karena telah banyak remaja yang melakukan perilaku merokok. Besarnya dampak dari perilaku merokok terutama para remaja, upaya pencegahan dan pengendalian penting dilakukan. Kawasan tanpa rokok dapat menjadi saran untuk pihak sekolah agar terbebas dari perilaku merokok. Jadi dapat disimpulkan bahwa dukungan positif dari lingkungan keluarga, sekolah, ataupun masyarakat harus didapatkan untuk membentuk kepribadian remaja. Perilaku merokok tidak bisa berhenti begitu saja, berhenti merokok membutuhkan dorongan motivasi yang tinggi apalagi pada masa remaja.

Di SMP X Surakarta, terdapat sejumlah siswa yang menunjukkan perilaku merokok. Siswa melakukan tindakan tersebut di saat pembelajaran dan istirahat berlangsung. Kurangnya pengawasan menjadi salah satu faktor mereka bebas melakukan perilaku merokok di lingkungan sekolah. Tempat yang dianggap aman dan tersembunyi biasa mereka jadikan untuk melakukan kegiatan merokok seperti di kamar mandi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang menyebabkan para siswa melakukan perilaku merokok dalam lingkup sekolah. Tak hanya itu, penelitian ini juga dapat meningkatkan kesadaran siswa bahwa apa yang mereka lakukan tidaklah benar dan dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Subjek mengatakan di saat mereka melakukan kegiatan merokok di lingkungan sekolah banyak faktor yang mereka dapati seperti ajakan teman temannya, rasa bosan yang melanda saat jam pelajaran berlangsung, serta ada pula yang mengatakan bahwa mereka tidak bisa menahan untuk tidak merokok hanya dalam satu hari saja, lingkup keluarga juga menjadi faktor mereka melakukan kegiatan merokok ini. Subjek juga merasakan perasaan yang tenang saat melakukan kegiatan merokok. Menghilangkan rasa bosan dan membuat tenang ialah efek yang di dapatkan oleh subjek. Jumlah rokok yang biasa mereka hisap perharinya tidak menentu tergantung uang saku yang mereka terima dari orang tua nya. Mengingat subjek masih di masa SMP dan mereka masih melibatkan orang tua dalam hal apapun termasuk masalah keuangan. Tak hanya di lingkup sekolah, ternyata subjek juga melakukan kegiatan merokok ini di lingkungan luar dan bahkan mereka diperbolehkan merokok di rumah mereka sendiri. Kebanyakan subjek melakukan kegiatan merokok di saat mereka bermain dengan teman temannya, merasakan rasa cemas, serta ada juga yang sudah menjadi aktivitas rutin mereka setiap harinya. Maka dari itu peneliti ingin meneliti tentang “Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Siswa Kelas XI Di SMP X Surakarta”.

2. KAJIAN TEORITIS

Definisi Perilaku Merokok

Merokok merupakan kenakalan remaja yang mengkhawatirkan di era sekarang dan dapat terjadi dimanapun kita berada (Cavan, 1962 dalam Willis, 2014). Aktivitas menghirup dan menghisap asap merupakan definisi dari perilaku merokok, perilaku merokok memerlukan beberapa tahapan seperti preparation, initiation, becoming a smoker dan maintenance of smoking (Sodik, 2018). Danusantoso (1991) mengatakan selain merugikan diri sendiri, asap yang ditimbulkan dari kegiatan merokok juga dapat merugikan orang lain yang berada disekitar mereka. Dapat dilihat dari sekelilingnya, merokok menimbulkan efek yang sangat negatif bagi perokok pasif. Daya tahan yang rendah terhadap zat zat yang terkandung dalam rokok membuat lebih besar resiko berbahaya bagi kesehatan perokok pasif (Cahyani, 1995).

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok yaitu suatu kegiatan membakar rokok lalu menghisapnya dan mengeluarkan asap dari hisapan rokok tersebut keluar yang mengakibatkan kerugian orang sekitarnya ataupun kerugian bagi dirinya sendiri..

Aspek Perilaku Merokok

Menurut Sodik (2018) terdapat beberapa aspek seseorang melakukan kegiatan merokok. Berikut penjelasannya :

a. Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari

Masa remaja biasanya mencari jati diri melalui merokok. Perokok dapat menunjukkan perasaannya dengan cara merokok. Rasa tenang saat merokok biasanya dirasakan oleh seorang perokok.

b. Intensitas merokok

Jumlah rokok yang dikonsumsi oleh perokok dapat dikategorikan menjadi 3 tipe yaitu lebih dari 15 batang rokok perhari disebut perokok berat, 5-14 batang rokok perhari disebut perokok sedang, 1-4 batang rokok perhari disebut perokok ringan.

c. Tempat merokok

Ada dua tipe tempat bagi mereka para perokok yaitu kelompok homogen dan heterogen. Perbedaan dari tempat tersebut yaitu, jika homogen mereka merokok dengan sesama perokok jika heterogen mereka merokok ditengah tengah orang yang tidak merokok.

d. Waktu merokok

Biasanya remaja merokok dipengaruhi oleh keadaan mereka masing masing. Misalnya saat bersama teman, cuaca mendukung, ataupun setelah beradu argument dengan orang tua.

Jadi dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok yaitu fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari, intensitas merokok, tempat merokok, waktu merokok.

Faktor Perilaku Merokok

Menurut Sodik (2018) faktor perilaku merokok dapat dijelaskan melalui pendekatan model behavioral yang mengidentifikasi beberapa faktor utama yang mempengaruhi seseorang untuk mulai merokok atau mempertahankan kebiasaan merokok. Adapun faktor faktor tersebut adalah sebagai berikut :

a. Faktor individu

a) Persepsi terhadap resiko Kesehatan

Seseorang yang memiliki kesadaran rendah terhadap bahaya merokok lebih cenderung untuk merokok.

b) Kebiasaan dan ketergantungan nikotin

Nikotin dalam rokok memiliki sifat adiktif yang menyebabkan seseorang menjadi ketergantungan. Proses kebiasaan yang berkembang dari percakapan sosial atau stres juga memperkuat perilaku merokok.

b. Faktor sosial

a) Pengaruh teman sebaya dan keluarga

Perilaku merokok sering dipengaruhi oleh faktor sosial, seperti pergaulan dengan teman-teman yang merokok atau keluarga yang merokok. Pengaruh sosial ini meningkatkan kecenderungan seseorang untuk mencoba merokok terutama pada usia remaja.

b) Norma sosial

Dalam beberapa budaya atau kelompok sosial, merokok dapat dianggap sebagai bagian dari status sosial atau simbol kematangan yang juga berkontribusi pada perilaku merokok.

c. Faktor lingkungan dan ekonomi

a) Aksesibilitas dan harga rokok

Kemudahan untuk memperoleh rokok dan harga yang relatif terjangkau dapat menjadi faktor yang memperbesar kemungkinan seseorang untuk merokok, terutama di kalangan remaja atau individu dengan status ekonomi rendah.

b) Iklan dan promosi rokok

Iklan yang menggambarkan merokok sebagai aktivitas yang menyenangkan, stylish, atau memberikan kebebasan, berkontribusi pada perilaku merokok. Meskipun sudah ada regulasi, dampaknya tetap kuat, terutama di kalangan generasi muda.

Perilaku merokok adalah hasil dari interaksi berbagai faktor yang saling mempengaruhi, baik secara individu, sosial, maupun lingkungan. Hal ini menjelaskan mengapa merokok bisa menjadi perilaku yang sangat kuat dan sulit dihentikan.

Dampak Perilaku Merokok

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sodik (2018), dampak merokok terhadap kesehatan mencakup berbagai aspek yang merugikan tubuh manusia. Beberapa poin utama yang ditemukan dalam studi tersebut antara lain :

- 1) Penyakit kardiovaskular
Pembuluh darah yang rusak juga diakibatkan dari aktivitas merokok. Tak hanya itu, merokok juga dapat meningkatkan resiko penyakit jantung.
- 2) Penyakit paru-paru
Penyakit paru paru juga menanti apabila perilaku merokok terus dilakukan, seperti penyakit paru paru kronis, bronchitis kronis, dan emfisema.
- 3) Kanker
Resiko mengalami penyakit kanker jika merokok juga dapat terjadi. Penyakit kanker yang dimaksud seperti kanker tenggorokan. Kanker mulut, kanker paru paru, kanker pancreas, serta kanker kandung kemih.
- 4) Gangguan reproduksi dan kehamilan
Gangguan reproduksi dapat menjadi momok bagi wanita yang melakukan kegiatan merokok, akan tetapi tidak wanita saja, pria juga dapat mengalami gangguan reproduksi akibat merokok. Merokok dapat mengganggu kesuburan baik pada pria maupun wanita.
- 5) Pengaruh terhadap sistem imun
System kekebalan tubuh yang meripis juga dapat mempengaruhi tubuh untuk lebih mudah terserang penyakit.
- 6) Dampak ekonomi dan sosial
Selain dampak kesehatan, merokok juga membawa dampak ekonomi yang besar, baik bagi individu maupun negara. Biaya untuk perawatan penyakit terkait merokok sangat tinggi, dan merokok juga dapat mengurangi produktivitas kerja serta meningkatkan angka ketidakhadiran di tempat kerja.
Penelitian ini menekankan pentingnya kampanye pencegahan merokok dan pengurangan prevalensi merokok untuk mengurangi beban kesehatan masyarakat dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Definisi Remaja

Tahap perkembangan paling penting yaitu pada masa remaja. Perubahan hormon, perubahan fisik, perubahan dari sisi psikologis serta perubahan dalam kehidupan sosial merupakan ciri perubahan yang dialami saat masa remaja. Menurut Undang Undang Perlindungan Anak, 20% populasi rakyat Indonesia adalah seorang remaja yang berusia 10 – 18 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Remaja SMP (Sekolah Menengah Pertama) merujuk pada usia atau tahap perkembangan seseorang yang berada pada rentang umur sekitar 12 hingga 15 tahun, yang umumnya mengikuti jenjang pendidikan SMP. Pada tahap ini, remaja mulai mengalami banyak perubahan baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Mereka berada di antara masa kanak-kanak dan dewasa, sehingga sering kali mengalami kebingungan identitas, eksplorasi diri, serta mencari pemahaman lebih dalam tentang lingkungan sosial dan nilai-nilai yang ada di sekitar mereka. Dalam masa remaja ini dapat dikatakan sebagai masa mencari jati diri dimana seseorang ingin melakukan hal yang dianggap mereka dewasa untuk mencari perhatian dari teman sebayanya dengan cara yang salah satunya melakukan kegiatan merokok dan berkembang menjadi penikmat rokok dan menjadi kebiasaan serta bisa mengalami (Jannah Miftahul & Yamin Rismayanti, 2020).

Dapat ditarik kesimpulan dari beberapa pengertian diatas bahwa masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa yang mencoba mencari jati diri mereka melalui cara apapun. Secara keseluruhan, masa remaja SMP merupakan masa transisi yang penting dalam perkembangan kehidupan seseorang.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku merokok pada remaja sangat banyak di sekitaran kita. Dalam usia remaja merokok seringkali menjadi penggoda mereka untuk melakukan perilaku menyimpang ini. Perilaku merokok ini dapat dilakukan dimana saja bagi yang ingin melakukannya, termasuk di lingkungan sekolah. Tak seharusnya mereka melakukan perilaku menyimpang tersebut karena dapat membahayakan orang-orang yang ada disekitar mereka. Mencoret nama baik sekolah juga menjadi salah satu dampak negatif yang ditimbulkan. Dari hasil observasi peneliti, terdapat satu SMP yang menunjukkan perilaku siswanya melakukan perilaku merokok dalam lingkungan sekolah. Penelitian ini akan dilakukan menggunakan tahap interview dengan informan yang melakukan perilaku menyimpang tersebut. Beberapa alasan penelitian dilakukan di SMP ini karena terdapat beberapa perilaku menyimpang tentang merokok dalam lingkungan sekolah yang dilakukan oleh siswanya.

Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari pada kalangan siswa SMP sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Salah satu fungsi merokok yang umum adalah sebagai bentuk penyemangat sosial atau bentuk penyesuaian diri dengan teman sebaya. Banyak siswa yang merokok karena pengaruh teman atau lingkungan sekitar, yang melihat merokok sebagai simbol keberanian atau kedewasaan. Fungsi lain yang bisa diidentifikasi adalah penurunan stres atau kecemasan. Beberapa

siswa mungkin merokok sebagai mekanisme untuk mengatasi masalah pribadi, seperti tekanan akademik atau masalah keluarga. Namun, penting untuk dicatat bahwa fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari ini dapat sangat berbahaya, karena dapat menyebabkan ketergantungan pada nikotin yang akhirnya berdampak pada kesehatan fisik dan mental mereka.

Intensitas merokok mengacu pada seberapa sering siswa merokok dalam sehari atau seminggu. Pada siswa SMP, intensitas merokok dapat bervariasi, ada yang merokok secara teratur setiap hari, ada pula yang merokok hanya dalam situasi tertentu. Pengaruh teman sebaya sangat kuat dalam hal ini, dimana siswa yang bergabung dengan kelompok yang memiliki kebiasaan merokok cenderung merokok lebih sering. Penelitian mengenai intensitas merokok pada siswa SMP juga perlu mempertimbangkan usia pertama kali mereka mulai merokok, karena semakin muda seseorang memulai kebiasaan merokok, semakin besar kemungkinan mereka akan merokok lebih sering di masa depan. Intensitas merokok yang tinggi di kalangan siswa SMP bisa menjadi indikator adanya ketergantungan pada nikotin, yang memerlukan intervensi lebih lanjut dalam bentuk pendidikan kesehatan atau konseling.

Tempat merokok pada siswa SMP dapat mencerminkan bagaimana kebiasaan merokok tersebut terbentuk dan siapa saja yang menjadi pengaruh dalam kebiasaan tersebut. Beberapa tempat yang sering dijadikan lokasi merokok adalah di luar sekolah, tempat-tempat nongkrong, atau bahkan di dalam rumah. Di lingkungan sekolah, meskipun ada peraturan yang melarang merokok, siswa sering kali menemukan tempat-tempat tersembunyi seperti toilet sekolah untuk merokok. Tempat merokok ini juga sangat dipengaruhi oleh faktor sosial. Di beberapa kasus, siswa akan merokok bersama teman-temannya di tempat yang sudah mereka sepakati, yang mungkin saja lebih jauh dari pengawasan guru atau orang tua. Oleh karena itu, lingkungan sosial sangat berperan dalam menentukan di mana siswa merokok, yang bisa menjadi faktor penting dalam upaya pencegahan merokok di kalangan siswa SMP.

Waktu merokok pada siswa SMP juga bisa menggambarkan kebiasaan dan pola perilaku mereka. Banyak siswa yang merokok pada waktu-waktu tertentu yang lebih berkaitan dengan situasi sosial mereka, seperti saat istirahat sekolah, pulang sekolah, atau ketika berkumpul dengan teman-teman di luar jam sekolah. Waktu merokok ini sering kali menjadi momen yang sengaja dipilih oleh siswa untuk menikmati rokok bersama teman-teman, atau hanya untuk bersantai. Selain itu, faktor-faktor tertentu juga dapat memengaruhi waktu siswa merokok, seperti perasaan cemas menjelang ujian atau stres

dengan pekerjaan rumah. Beberapa siswa mungkin juga merokok sebagai bentuk pelarian dari masalah pribadi, sehingga mereka memilih waktu yang lebih sering ketika berada dalam keadaan emosi yang tinggi.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Analisis perilaku merokok pada siswa SMP melibatkan berbagai aspek yang saling berkaitan, seperti fungsi merokok, intensitas merokok, tempat merokok, dan waktu merokok. Setiap aspek ini memberikan gambaran yang lebih dalam tentang kebiasaan merokok yang terjadi di kalangan remaja, serta faktor faktor yang mempengaruhinya. Oleh karena itu, pendekatan yang komprehensif perlu dilakukan dalam upaya pencegahan, seperti melalui edukasi kesehatan, pembentukan lingkungan yang mendukung, dan memberikan konseling untuk mengatasi stres atau kecemasan agar tidak menjadikan merokok sebagai bahan pelampiasan stress mereka.

Saran

1. Peningkatan pendidikan kesehatan di sekolah

Sekolah harus lebih intens dalam memberikan pendidikan kesehatan yang berfokus pada bahaya merokok. Program ini dapat mencakup informasi mengenai dampak jangka panjang merokok terhadap kesehatan fisik dan mental, serta konsekuensi sosial dari kebiasaan merokok. Pembelajaran yang lebih interaktif, seperti diskusi kelompok dan pemutaran video tentang merokok, bisa meningkatkan kesadaran siswa.

2. Pembentukan program konseling dan dukungan emosional

Banyak siswa yang merokok untuk mengatasi stres atau masalah emosional. Oleh karena itu, sekolah sebaiknya menyediakan layanan konseling yang dapat membantu siswa dalam menangani tekanan sosial dan akademik tanpa harus bergantung pada rokok. Program bimbingan yang melibatkan guru dan psikolog sekolah juga dapat membantu mengidentifikasi faktor faktor yang memicu perilaku merokok.

3. Penyuluhan kepada orang tua dan komunitas

Orang tua memegang peran penting dalam mengawasi dan mengontrol perilaku merokok anak. Oleh karena itu, sekolah bisa bekerja sama dengan orang tua untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang cara mengidentifikasi tanda tanda

merokok pada anak dan bagaimana cara mendukung anak agar tidak terlibat dalam kebiasaan merokok. Program penyuluhan kepada orang tua dan komunitas sekitar dapat meningkatkan kesadaran kolektif terhadap bahaya merokok.

4. Pengawasan dan penegakan peraturan yang lebih ketat

Sekolah perlu memperketat pengawasan terhadap perilaku merokok siswa di lingkungan sekolah, baik di dalam maupun di luar area sekolah. Penegakan peraturan yang melarang merokok di area sekolah harus lebih tegas, dan diberikan sanksi yang sesuai bagi siswa yang melanggar aturan. Penerapan kebijakan yang mendukung lingkungan bebas asap rokok dapat menciptakan suasana yang lebih sehat bagi siswa.

5. Penyediaan aktivitas alternatif yang positif

Sekolah dapat menyediakan berbagai kegiatan ekstrakurikuler atau hobi yang positif untuk mengalihkan perhatian siswa dari godaan merokok. Aktivitas seperti olahraga, seni, atau klub ilmiah dapat menjadi wadah bagi siswa untuk mengekspresikan diri tanpa perlu bergantung pada kebiasaan merokok.

6. Kerja sama dengan lembaga kesehatan

Kolaborasi dengan lembaga kesehatan seperti rumah sakit, puskesmas, atau organisasi non pemerintah yang peduli terhadap pencegahan merokok dapat mendukung program pencegahan yang lebih efektif. Lembaga kesehatan dapat memberikan penyuluhan kesehatan atau bantuan dalam bentuk layanan perawatan bagi siswa yang sudah terlanjur merokok dan ingin berhenti.

7. Pemanfaatan media sosial untuk kampanye anti rokok

Mengingat banyak siswa SMP yang aktif di media sosial, kampanye anti rokok dapat dilaksanakan melalui platform platform ini untuk mencapai audiens yang lebih luas. Pemanfaatan media sosial untuk menyebarkan informasi mengenai bahaya merokok dan menggugah kesadaran tentang dampaknya dapat efektif dalam membangun opini publik di kalangan remaja.

Dengan mengimplementasikan saran saran tersebut, diharapkan dapat menurunkan prevalensi merokok di kalangan siswa SMP X Surakarta ini, serta membentuk kebiasaan hidup sehat yang lebih baik bagi generasi muda.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, L. Y., Triyoga, A., & Richard, S. D. (2018). Pengetahuan tentang bahaya merokok dan perilaku merokok pada remaja. *JURNAL STIKES RS Baptis Kediri*, 11(1).
- Aulya, R., & Herbawani, C. K. (2022). Analisis tingkat pengetahuan dan sikap remaja terhadap perilaku merokok di SMP X. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 983-990.
- Etrawati, F. (2014). Perilaku merokok pada remaja: Kajian faktor sosio psikologis. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(2).
- Faridah, F. (2017). Analisis faktor-faktor penyebab perilaku merokok remaja di SMK "X" Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 887-897.
- Fransiska, M., & Firdaus, P. A. (2019). Faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada remaja putra SMA X Kecamatan Payakumbuh. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 11-16.
- Komasari, D., & Helmi, A. F. (2000). Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 27(1), 37-47.
- Kurniawan, B., & Ayu, M. S. (2023). Analisis pengetahuan dengan perilaku merokok pada remaja. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 8(2), 101-106.
- Luthfa, I., & Muflihah, K. N. M. (2019). Komunikasi keluarga berhubungan dengan perilaku merokok pada remaja di Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(1).
- Oktania, N. P., Widjarnako, B., & Shaluhayah, Z. (2023). Penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jambura Health and Sport Journal*, 5(1), 85-92.
- Parawansa, G., & Nasution, F. Z. (2022). Konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 630-636.
- Purwanti, I. S., Devhy, N. L. P., Prihatiningsih, D., Bintari, N. W. D., & Widana, A. G. O. (2021). Pencegahan perilaku merokok remaja melalui penyuluhan bahaya rokok elektrik dan konvensional. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 2(2), 259-264.
- Rachmat, M., Thaha, R. M., & Syafar, M. (2013). Perilaku merokok remaja sekolah menengah pertama. *Kemas*, 7(11), 502-508.
- Rahayuningsih, F. (2015). Hubungan antara persepsi perilaku merokok dengan perilaku merokok siswa SMK X di Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 220-229.
- Sanjaya, A. C., & Wahyurianto, Y. (2023). Peran orangtua dan perilaku merokok remaja di RW 04 Kelurahan Karang, Kecamatan Semanding, Kabupaten Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(9), 2522-2528.
- Suryawati, I., & Gani, A. (2022). Analisis faktor penyebab perilaku merokok. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 497-505.