

HUBUNGAN SIKAP DAN KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP PERILAKU MEROKOK REMAJA DI KELURAHAN TEUNBAUN

Yuliana Emma Nawu Nggorong, Marni Marni, Eryc Z. Haba Bunga, Christina R. Nayoan

Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Kupang

*Corresponding author: Telp: +6282144636155, email: : yulianaemma1625@email.com

ABSTRAK

Berdasarkan Global Adult Tobacco Survey (GATS) tahun 2021 di Indonesia, prevalensi merokok pada remaja usia 15–24 tahun menunjukkan bahwa 53,6% laki-laki dan 1,6% perempuan adalah perokok. Data Dinas Kesehatan Provinsi NTT tahun 2022 juga mencatat prevalensi merokok pada remaja sebesar 18,3% (105.597 orang), dan pada periode Januari–Oktober 2023 sebesar 16,9% (107.167 orang) dari total 661.040 remaja yang diskruining. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara sikap dan kepercayaan diri dengan perilaku merokok pada remaja di Kelurahan Teunbaun. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional dan melibatkan 65 responden yang dipilih melalui teknik simple random sampling dengan perhitungan rumus Lemeshow. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara sikap (p -value = 0,002) dan kepercayaan diri (p -value = 0,000) dengan perilaku merokok. Remaja dengan sikap yang kurang baik cenderung merokok karena dipengaruhi lingkungan dan persepsi pribadi, sedangkan remaja dengan sikap baik lebih termotivasi untuk tidak merokok. Kepercayaan diri yang tinggi saat merokok juga membuat remaja terdorong mempertahankan kebiasaan tersebut. Berdasarkan wawancara, kemudahan akses rokok, lingkungan yang permisif, dan kurangnya himbauan menjadi faktor utama remaja merokok. Pemerintah diharapkan dapat menjalin kerja sama lintas sektor, termasuk puskesmas dan sekolah, untuk mengadakan kampanye bahaya merokok yang melibatkan remaja secara aktif.

Kata kunci : Merokok, remaja, sikap, kepercayaan diri, perilaku

ABSTRACT

Based on the 2021 Global Adult Tobacco Survey (GATS) in Indonesia, the prevalence of smoking among adolescents aged 15–24 years shows that 53.6% of males and 1.6% of females are smokers. Data from the NTT Provincial Health Office in 2022 also recorded a smoking prevalence among adolescents of 18.3% (105,597 people), and in the period January–October 2023, 16.9% (107,167 people) of a total of 661,040 adolescents screened. This study aims to determine the relationship between attitudes and self-confidence and smoking behavior among adolescents in Teunbaun Village. The study used a quantitative method with a cross-sectional design and involved 65 respondents selected through simple random sampling using the Lemeshow formula. The results showed a significant relationship between attitude (p -value = 0.002) and self-confidence (p -value = 0.000) and smoking behavior. Adolescents with poor attitudes tended to smoke because they were influenced by their environment and personal perceptions, while adolescents with good attitudes were more motivated not to smoke. High self-confidence when smoking also encourages adolescents to maintain this habit. Based on interviews, easy access to cigarettes, a permissive environment, and a lack of warnings are the

main factors that cause adolescents to smoke. The government is expected to establish cross-sectoral cooperation, including community health centers and schools, to conduct campaigns on the dangers of smoking that actively involve adolescents.

Keywords : *Smoking, adolescents, attitude, self-confidence, behavior*

PENDAHULUAN

Rokok dan merokok bukan lagi istilah asing di era yang modern ini. Baik orang-orang yang tinggal di kota maupun desa, yang tergolong tua dan muda, dengan berbagai status sosialnya sudah sangat akrab dengan aktivitas merokok. Perilaku merokok jelas memberikan bahaya kesehatan, karena Zat kimia yang terkandung dalam rokok, seperti nikotin, karbon monoksida, dapat mengakibatkan berbagai penyakit, seperti kanker, penyakit paru-paru, gangguan kardiovaskular, dan gangguan kandungan bahkan berujung pada kematian. Rokok umumnya digunakan oleh berbagai segmen masyarakat termasuk kelompok rentan seperti perempuan, remaja, dan anak-anak. Sekitar 6,5 triliun batang rokok dijual setiap tahun, 18 miliar batang rokok dihisap setiap hari di seluruh dunia (1,457 miliar batang di ASEAN). Pada tahun 2020, diperkirakan 505 miliar batang rokok terjual di negara-negara ASEAN dengan 92% di antaranya dikonsumsi di Indonesia, Filipina, Thailand, dan Vietnam. Di antara negara-negara ASEAN, prevalensi merokok pada pria dewasa tertinggi yaitu di Indonesia (62,9%) dan terendah di Singapura (18,4%) sedangkan tingkat perokok wanita dewasa tertinggi (berkisar antara 4,4% dan 7,1%) di Indonesia, Laos, Myanmar dan Filipina¹.

Hasil data dari Global Adult Tobacco Survey² Indonesia, prevalensi merokok berdasarkan kelompok umur dan jenis kelamin, secara keseluruhan mengalami peningkatan dari tahun 2011 yaitu (67,0%) laki-laki, (2,7%) perempuan, dan (34,8%) secara keseluruhan (59,9 juta orang dewasa), menjadi 33,5% secara keseluruhan (68,9 juta orang dewasa), 64,7% laki-laki, dan

2,3% perempuan pada tahun 2021 Pada tahun 2022. Untuk provinsi Nusa Tenggara Timur sendiri mencatat 18,3% (105.597) kasus proporsi merokok secara keseluruhan. Di Indonesia pada tahun 2019 menunjukkan bahwa jumlah siswa yang menggunakan produk tembakau secara keseluruhan yaitu 19,2% dengan laki-laki 35,6% dan perempuan 3,5%. Perilaku merokok yang terjadi pada remaja ini tentunya dipengaruhi oleh berbagai faktor baik itu instrinsik maupun ekstrinsik yang dapat meliputi pengetahuan, sikap dan keyakinan dari remaja itu sendiri.

Observasi awal peneliti ditemukan bahwa di Kelurahan Teunbaun, terdapat banyak remaja yang melakukan aktifitas merokok.. Berdasarkan pengamatan terhadap remaja yang ditemui juga menunjukkan adanya sikap yang kurang baik yang mempengaruhi perilaku merokok remaja. Serta Kurangnya informasi dan pendidikan kesehatan seperti penyuluhan terkait dampak perilaku merokok.

METODOLOGI

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan survei *cross sectional*, yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*)³. yang dilaksanakan di wilayah Kelurahan Teunbaun, pada bulan Mei–Juni tahun 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja usia 10-19 tahun di Kelurahan Teunbaun. Sampel sebanyak 65 orang remaja melalui teknik *probability sampling* yaitu metode pengambilan sampel dimana keseluruhan anggota populasi memiliki kemungkinan yang sama untuk terpilih. Variabel yang diukur dalam

penelitian ini terdiri dari sikap dan kepercayaan diri remaja terhadap perilaku merokok remaja. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara menggunakan kuesioner yang telah disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel. Setelah data terkumpul, dilanjutkan pengolahan data meliputi *editing, coding, entry* dan *cleaning*. Data kemudian dianalisis secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji chi-square dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$), dan disajikan dalam bentuk tabel serta narasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis yang digunakan ialah analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat merupakan analisis yang digunakan dengan tujuan untuk melihat gambaran distribusi frekuensi dari masing-masing variabel yaitu variabel independen dan dependen. Variabel yang dianalisis secara univariat antara lain sikap dan kepercayaan diri terhadap perilaku merokok.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Karakteristik	n	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki – laki	65	100
Perempuan	0	0
Usia		
10-14	29	44,6
15-19	36	55,4

Menunjukkan bahwa seluruh responden dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki (100%) dan sebagian besar responden berusia 15-19 tahun (55,4%) sedangkan responden yang berusia 10-14 tahun lebih sedikit (44,6%).

Tabel 2. Distribusi Pengaruh Sikap dan Kepercayaan Diri Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja di Kelurahan Teunbaun

Variabel	n	Persentase (%)
Sikap		
Baik	27	41,5
Kurang Baik	38	58,5
Kepercayaan Diri		
Tinggi	40	61,5
Rendah	25	38,5
Perilaku Merokok		
Ringan	12	18,5
Berat	53	81,5

Menunjukkan sebanyak 27 (41,5%) responden memiliki sikap yang baik terhadap perilaku merokok dan sebanyak 38 (58,5%) responden memiliki sikap yang kurang baik terhadap perilaku merokok. Sedangkan untuk kepercayaan diri, sebanyak 40 (61,5%) responden memiliki kepercayaan diri yang tinggi terhadap perilaku merokok dan sebanyak 25 (38,5%) responden memiliki kepercayaan diri yang rendah. Dari 65 responden, 12 (18,5%) responden memiliki perilaku merokok ringan, sebanyak 53 (81,5%) responden memiliki perilaku merokok berat.

Tabel 3. Hasil uji *fisher exact test*, Hubungan Sikap dan Kepercayaan Diri terhadap perilaku merokok remaja di Kelurahan Teunbaun

Sikap	Perilaku Merokok						P value
	Ringan		Berat		Total		
	n	%	n	%	n		
Baik	10	37,0	17	63,0	27	100	0,002
Kurang Baik	2	5,3	36	94,7	38	100	
Total	12	18,5	53	81,5	65	100	

Menunjukkan bahwa dari 12 (18,5%) responden yang memiliki perilaku merokok ringan, sebanyak 10 (37,0%) memiliki sikap yang baik dan sebanyak 2 (5,3%) memiliki sikap yang kurang baik terhadap perilaku merokok. Sedangkan, dari 53 (81,5%) responden yang memiliki perilaku merokok berat, sebanyak 17 (63,0%) memiliki sikap yang baik dan sebanyak 36 (94,7%) memiliki sikap yang kurang baik terhadap perilaku

merokok. Hasil uji statistik antara sikap terhadap perilaku merokok pada remaja di Kelurahan Teunbaun menunjukkan bahwa ada pengaruh antara sikap terhadap perilaku merokok dengan nilai $p\ value = 0,002$ dimana $p\ value < 0,05$, maka dapat dikatakan ada pengaruh yang signifikan antara sikap terhadap perilaku merokok pada remaja.

Tabel 4. Hasil uji fisher exact test, Hubungan Sikap dan Kepercayaan Diri terhadap perilaku merokok remaja di Kelurahan Teunbaun

Kepercayaan Diri	Perilaku Merokok					
	Ringan		Berat		Total	
	n	%	n	%	n	%
Tinggi	1	2,5	39	97,5	40	100
Rendah	11	44,0	14	56,0	25	100
Total	12	18,5	53	81,5	65	100

Menunjukkan bahwa dari 12 (18,5%) responden yang memiliki perilaku merokok ringan, sebanyak 1 (2,5%) memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan sebanyak 11 (44,0%) memiliki kepercayaan diri yang rendah terhadap perilaku merokok. Sedangkan, dari 53 (81,5%) responden yang memiliki perilaku merokok berat, sebanyak 39 (97,5%) memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan sebanyak 14 (56,0%) memiliki kepercayaan diri yang rendah terhadap perilaku merokok. Hasil uji statistik antara kepercayaan diri terhadap perilaku merokok pada remaja di Kelurahan Teunbaun menunjukkan bahwa ada pengaruh antara kepercayaan diri terhadap perilaku merokok dengan nilai $p\ value = 0,000$ dimana $p\ value < 0,05$, maka dapat dikatakan ada pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap perilaku merokok pada remaja.

Hubungan Sikap Terhadap Perilaku Merokok Remaja

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara sikap terhadap perilaku merokok pada remaja. Asumsi peneliti bahwa sikap remaja yang baik terhadap perilaku

merokok mencakup pengetahuan dan kesadaran akan dampak negatifnya, serta dukungan untuk menjauhi kebiasaan tersebut sehingga dapat mengurangi tingkat perokok. Sebaliknya, sikap kurang baik terlihat dari normalisasi merokok dalam lingkungan sosial, terutama di kalangan remaja yang mudah terpengaruh sehingga dapat menimbulkan perilaku merokok yang lebih besar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara variabel sikap ($p\ value=0,002$). Sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti secara langsung kepada responden, mengatakan bahwa beberapa responden tidak setuju jika perokok di tempat umum harus dilarang. Selain itu responden merasa mempunyai hak untuk memperoleh rokok karena menggunakan dana pribadi. Peneliti juga menemukan bahwa responden menunjukkan sikap negatif terhadap perilaku merokok seperti merokok di tempat-tempat umum adalah hal yang biasa. Selain itu berdasarkan wawancara dengan beberapa responden menyatakan setuju bahwa mereka yang berusia di bawah 18 tahun juga berhak untuk membeli rokok selama itu menggunakan dana pribadi.

Peneliti juga menemukan bahwa kurangnya penyuluhan secara berkala pada remaja di Kelurahan Teunbaun seperti pada sekolah-sekolah. Serta temuan lain dimana remaja merasa bahwa mereka bebas merokok di tempat umum. Hal ini dapat terjadi karena minimnya edukasi dan pengawasan, serta lemahnya regulasi yang diterapkan di lingkungan mereka. Selain itu, akses terhadap rokok yang masih terbuka lebar bagi usia di bawah 18 tahun memperburuk situasi ini, membuat mereka lebih mudah terpapar dan mencoba rokok sejak dini. Jika dikaitkan dengan teori Lawrence Green, kondisi ini mencerminkan kurang optimalnya faktor predisposisi (seperti pengetahuan dan sikap), faktor pendukung (kemudahan akses rokok), dan faktor penguat (lingkungan sosial yang permisif). Ketiganya berkontribusi terhadap terbentuknya perilaku merokok di kalangan remaja, yang seharusnya dapat dicegah

melalui program promosi kesehatan yang lebih intensif dan berkelanjutan.

Hubungan Kepercayaan diri terhadap perilaku merokok remaja

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara kepercayaan diri terhadap perilaku merokok pada remaja. Asumsi peneliti bahwa kepercayaan diri remaja terhadap perilaku merokok mencakup pengetahuan dan kesadaran akan dampak negatifnya, serta dukungan untuk menjauhi kebiasaan tersebut. Sikap kurang baik terlihat dari normalisasi merokok dalam lingkungan sosial, terutama di kalangan remaja yang mudah terpengaruh sehingga dapat menimbulkan perilaku merokok yang lebih besar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara variabel kepercayaan diri ($p\text{-value}=0,000$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewiyanta (2018) yaitu adanya pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok pada siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta, menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri siswa maka akan diikuti dengan meningkatnya perilaku merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta⁴.

Hasil observasi yang dilakukan peneliti kepada responden, menemukan bahwa beberapa remaja di Kelurahan Teunbaun merasa lebih percaya diri dalam lingkup pergaulan jika merokok, karena lingkup pertemanan mereka mayoritas adalah perokok. Faktor-faktor seperti keinginan untuk diterima dalam kelompok, tekanan teman sebaya, dan norma sosial yang menganggap merokok sebagai simbol kedewasaan menjadi pendorong utama remaja untuk merokok. Oleh karena itu, intervensi yang melibatkan perubahan lingkungan sosial, seperti pendidikan kesehatan dan pembentukan kelompok sebaya yang mendukung perilaku sehat, sangat penting untuk mengurangi prevalensi merokok di kalangan remaja. Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Dalimunthe (2023) di Padang Sidempuan menyatakan bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada remaja yaitu lingkup pergaulan.

Selain itu, peneliti menemukan bahwa remaja dengan kepercayaan diri tinggi dalam aktifitas sosialnya cenderung baik. Hal ini dilihat dari perilaku remaja di Kelurahan Teunbaun yang menunjukkan bahwa mereka tidak kesulitan untuk bergaul dengan remaja lainnya karena mempunyai kesamaan yaitu merokok. Bagi remaja merokok merupakan hal yang biasa dalam lingkup pertemanan dan aktifitas sosial mereka. Berdasarkan hasil wawancara remaja di Kelurahan Teunbaun, yang biasanya hendak bergabung dalam tongkrongan akan ditawarkan rokok oleh teman lainnya. Dengan adanya perilaku yang sama yakni menormalisasikan perilaku merokok dalam lingkup pertemanan maka ini menjadi faktor yang semakin mendukung remaja menjadi lebih percaya diri untuk melakukan perilaku tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Kelurahan Teunbaun dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara variabel sikap ($p\text{-value}=0,002$), dan variabel kepercayaan diri ($p\text{-value}=0,000$), terhadap perilaku merokok pada remaja. Berdasarkan hasil penelitian ini remaja diharapkan tidak mempertahankan sikap buruk mengenai perilaku merokok. Remaja perlu untuk lebih memfokuskan perhatian mereka kepada hal-hal lain yang lebih positif serta meningkatkan kembali pengetahuan mereka mengenai bahaya merokok, karena justru secara medis efek dari merokok bisa sangat berbahaya bukan hanya kepada perokok itu sendiri tetapi juga bagi orang-orang di sekitar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Anggraini, K. R., Lubis, R., & Azzahroh, P. (2022). Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Awal Tentang Kesehatan Reproduksi. *Menara Medika*, 5(1), 109–120.

- <https://doi.org/10.31869/mm.v5i1.3511>
2. Bimantara, S. (2020). Studi Perilaku Remaja Merokok Di Kelurahan Jawa Kecamatan Sanga Sanga Kabupaten Kutai Kartanegara. *EJournal Sosiatri-Sosiologi*, 2020(1), 58–71. [http://ejournal.ps.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2020/01/01_format_artikel_ejournal_mulai_hlm_Genap_\(01-22-20-03-45-47\).pdf](http://ejournal.ps.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2020/01/01_format_artikel_ejournal_mulai_hlm_Genap_(01-22-20-03-45-47).pdf)
 3. Hayati, H., & Martha, E. (2014). Media Kesehatan Masyarakat Indonesia. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(1), 15–25. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/mkmi/article/view/487>
 4. Jatmika, S. E. D., Maulana, M., Kuntoro, & Martini, S. (2018). Pengendalian Tembakau. In *Eprints.Uad.Ac.Id* (Issue 9). [http://eprints.uad.ac.id/14981/1/FILE_Buku_Ajar_Pengendalian_Tembakau_Septian%2C et al..pdf](http://eprints.uad.ac.id/14981/1/FILE_Buku_Ajar_Pengendalian_Tembakau_Septian%2C_et_al..pdf)
 5. Khorindari. (2022). Gambaran sikap dan perilaku remaja putri dalam konsumsi tablet FE di masa pandemi covid-19 di SMA N 1 BANTUL. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*, 0–1. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/10193>
 6. Kurniawati, R., Aidha, N. H. P., & Mahmudi, I. (2025). Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Menggunakan Konseling Individu Melalui Pendekatan Person Center Pada Siswa. *Jurnal Media Akademik (Jma)*, 3(7), 3031–5220.
 7. Lian, T.Y. & Dorotheo U. The tobacco control atlas: ASEAN region. *Southeast Asia Tob Control Alliance*. 2021;(December):1-188. [https://seatca.org/dmdocuments/SEATCA_ASEAN_Tobacco_Control_Atlas_5th Ed.pdf](https://seatca.org/dmdocuments/SEATCA_ASEAN_Tobacco_Control_Atlas_5th_Ed.pdf)
 8. World Health Organization. Gats|Global Adult Tobacco Survey Fact Sheet Indonesia 2021 Gats Objectives. *Fact Sheet Indones*. Published online 2021:1-2.
 9. Notoatmodjo. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta; 2010.
 10. Priyanti D, Silaen SM. Sebaya Terhadap Perilaku Merokok Siswa Kelas X Sma Negeri 70 Jakarta. *Humaniora*. 2018;2(2):100-108.
 11. Jatmika, S. E. D., Maulana, M., Kuntoro, & Martini, S. (2018). Pengendalian Tembakau. In *Eprints.Uad.Ac.Id* (Issue 9). [http://eprints.uad.ac.id/14981/1/FILE_Buku_Ajar_Pengendalian_Tembakau_Septian%2C et al..pdf](http://eprints.uad.ac.id/14981/1/FILE_Buku_Ajar_Pengendalian_Tembakau_Septian%2C_et_al..pdf)
 12. Khorindari. (2022). Gambaran sikap dan perilaku remaja putri dalam konsumsi tablet FE di masa pandemi covid-19 di SMA N 1 BANTUL. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*, 0–1. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/10193>
 13. Sutha, D. W. (2016). Analisis Lingkungan Sosial Terhadap Perilaku Merokok Remaja Di Kecamatan Pangarengan Kabupaten Sampang Madura Diah. *Jurnal Manajemen Kesehatan STIKES Yayasan RS. Dr. Soetomo*, 2(1), 43–59.