

## Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Merokok Terhadap Kesehatan Di SMP Sunan Bonang Tangerang

Diella Zulaeika<sup>1</sup>, Fischa Awal<sup>2</sup>, Yuningsih<sup>3</sup>

zalikadiella@gmail.com<sup>1</sup>, fischalin@gmail.com<sup>2</sup>, yuningdih@uca.ac.id<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Cendekia Abditama, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Cendekia Abditama, Indonesia

<sup>3</sup> Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Cendekia Abditama, Indonesia

✉ **Korespondensi Penulis:** Diella Zulaeika, zalikadiella@gmail.com

### Informasi Artikel

Diterima : 01/05/2025

Revisi : 20/05/2025

Diterbitkan : 28/05/2025

### Kata kunci:

Remaja; merokok; tingkat pengetahuan

### ABSTRAK

Remaja termasuk dalam kelompok usia yang rentan terhadap pengaruh lingkungan, termasuk dalam hal perilaku merokok yang dapat berdampak serius terhadap kesehatan dengan angka kejadian merokok sebanyak 7.4%. Pengetahuan yang cukup mengenai bahaya merokok sangat penting untuk mencegah perilaku merokok pada remaja. Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok terhadap kesehatan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik sampling simple random sampling. Tingkat pengetahuan diukur menggunakan instrumen kuesioner yang sudah dikalibrasi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 197 responden dengan hasil pengukuran menggunakan statistik deskriptif. Setelah dilakukan pengolahan data diketahui bahwa 139 siswa (70,6%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang bahaya merokok terhadap kesehatan. Sebanyak 52 siswa (26,4%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan hanya 6 siswa (3,0%) yang memiliki pengetahuan dalam kategori kurang.

### PENDAHULUAN

Merokok merupakan kebiasaan yang berdampak buruk terhadap kesehatan, dan menjadi salah satu faktor risiko utama berbagai penyakit kronis seperti penyakit jantung, paru-paru, kanker, serta gangguan reproduksi. Kebiasaan merokok yang dimulai sejak usia remaja memiliki implikasi jangka panjang yang serius. Masa remaja adalah periode transisi yang penuh eksplorasi, termasuk dalam hal mencoba perilaku berisiko seperti merokok.

Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2023) dan Survei Kesehatan Indonesia (2023) menunjukkan bahwa prevalensi perokok remaja di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan. Di Indonesia, jumlah perokok aktif mencapai sekitar 70 juta orang, dengan peningkatan signifikan pada kelompok usia muda. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa jumlah perokok aktif

diperkirakan mencapai 70 juta orang, dengan 7,4% perokok berusia 10-18 tahun. Kebiasaan merokok di Indonesia didominasi oleh laki-laki. Data menunjukkan bahwa prevalensi perokok usia di atas 15 tahun sebesar 62,9% pada laki-laki dan 5,8% pada perempuan. WHO melaporkan bahwa sekitar 21 juta remaja berusia 13–15 tahun menjadi perokok pada 2020, terdiri dari 14 juta laki-laki dan 7 juta perempuan.

Sebagian besar perokok remaja pertama kali mendengar rokok dari orang-orang terdekat dalam kehidupan mereka mulai dari teman (63,63%), orang tua (16,36%), dan keluarga (12,72%). Pengetahuan yang cukup mengenai bahaya merokok sangat penting untuk mencegah perilaku merokok pada remaja. Namun, sejauh mana pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok masih belum sepenuhnya diketahui, terutama di beberapa wilayah dengan prevalensi merokok yang tinggi. Permasalahan utama yang diidentifikasi dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok terhadap kesehatan. Rendahnya pemahaman ini disebabkan oleh kurangnya pendidikan kesehatan yang efektif di sekolah dalam memberikan informasi yang benar tentang bahaya merokok. Sejumlah studi terdahulu, seperti yang dilakukan oleh Hidayat (2019) dan Rahman et al. (2023), menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan melalui edukasi yang komprehensif dan berkelanjutan mampu mencegah remaja dari kebiasaan merokok.

Dalam penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok, khususnya di SMP Sunan Bonang Tangerang. Permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan dalam bentuk pertanyaan yaitu bagaimana gambaran tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok terhadap kesehatan. Rasionalisasi dari kegiatan ini adalah pentingnya memperoleh data yang valid mengenai tingkat pengetahuan remaja sebagai dasar untuk merancang intervensi edukatif di lingkungan sekolah. Pengetahuan yang memadai diharapkan mampu membentuk sikap dan perilaku sehat, serta mencegah remaja menjadi perokok pemula. Dengan demikian, hasil dari penelitian ini akan memberikan kontribusi dalam pengembangan program pendidikan kesehatan yang lebih efektif, serta memperkuat kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat dalam mencegah kebiasaan merokok di kalangan remaja.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk memperoleh gambaran objektif mengenai tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok terhadap kesehatan. Objek dalam penelitian ini adalah siswa- siswi SMP Sunan Bonang yang berada pada rentang usia remaja awal, yaitu antara 12 hingga 15 tahun. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April hingga Mei 2025 di SMP Sunan Bonang, Tangerang.

Populasi penelitian terdiri dari seluruh siswa kelas 7 hingga kelas 9 dengan jumlah total 390 orang. Sampel ditentukan secara acak sederhana atau menggunakan simple random sampling dan diperoleh sebanyak 197 responden, Instrumen utama dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang telah diuji validitasnya melalui analisis korelasi pearson product moment, dan seluruh butir pertanyaan dinyatakan valid karena nilai korelasi masing-masing lebih besar dari nilai r-tabel pada signifikansi 5% sedangkan uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode cronbach's alpha dan menghasilkan nilai sebesar 0,928, yang menunjukkan bahwa kuesioner memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi dan dapat dipercaya untuk mengukur variabel pengetahuan

Fokus penelitian terletak pada tingkat pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok, termasuk aspek pemahaman dasar tentang rokok, bahaya rokok, kandungan

zat berbahaya dalam rokok, serta risiko dari paparan asap rokok. Pengetahuan didefinisikan sebagai hasil pemahaman responden terhadap informasi yang telah diperoleh dan dapat ditunjukkan melalui jawaban terhadap pertanyaan dalam instrumen penelitian. Tingkat pengetahuan diukur menggunakan kuesioner dengan 20 item pertanyaan tertutup yang masing-masing diberi skoring “1” untuk jawaban benar dan “0” untuk jawaban salah. Total skor yang diperoleh digunakan untuk mengklasifikasikan tingkat pengetahuan ke dalam tiga kategori, yaitu baik ( $\geq 76\%$ ), cukup (51–75%), dan kurang ( $<50\%$ ). Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran langsung kuesioner kepada responden di lokasi penelitian. Seluruh data yang terkumpul dianalisis secara statistik deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase, serta dianalisis nilai rata-rata (mean), median, dan modus untuk menggambarkan kecenderungan pusat data. Analisis univariat juga digunakan untuk melihat distribusi variabel demografis seperti usia, jenis kelamin, kelas, dan sumber informasi tentang merokok. Dengan pendekatan ini, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan dasar yang kuat dalam memahami kondisi pengetahuan remaja terhadap bahaya merokok.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Analisis Univariat merupakan analisis yang digunakan untuk melihat distribusi frekuensi pada masing-masing variable penelitian. Data hasil pengetahuan tentang bahaya merokok ini didapatkan dari jawaban kuesioner responden. Tingkat pengetahuan tentang bahaya merokok menjadi tiga kategori yaitu baik, cukup, dan kurang. Hasil analisis univariat data tingkat pengetahuan dilihat pada table berikut.

**Tabel 5. 1. Tingkat Pengetahuan.**

No	Kategori Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1	Baik	139	70,6
2	Cukup	52	26,4
3	Kurang	6	3,0

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas responden, yaitu 139 siswa (70,6%), memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang bahaya merokok terhadap kesehatan. Sebanyak 52 siswa (26,4%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan hanya 6 siswa (3,0%) yang memiliki pengetahuan dalam kategori kurang. Namun, data juga menunjukkan bahwa masih ada 38 siswa (19,3%) yang pernah merokok, meskipun sebagian besar dari mereka termasuk dalam kategori pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa tingginya pengetahuan tidak selalu berbanding lurus dengan perilaku sehat, terutama pada usia remaja. Beberapa alasan yang mungkin menjelaskan fenomena ini antara lain karna pengaruh teman sebaya, rasa ingin tahu, kurangnya kontrol diri dan pengawasan.

### Pembahasan

Berdasarkan data yang diperoleh dari 197 responden siswa SMP Sunan Bonang Tangerang, dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai bahaya merokok. Hal ini ditunjukkan dari hasil analisis yang mencatat sebanyak 139 responden (70,6%) termasuk dalam kategori pengetahuan baik. Persentase yang tinggi ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa telah memahami bahaya merokok terhadap kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang, seperti gangguan paru-paru, penyakit jantung, dan risiko kanker. Sementara itu, sebanyak 52 responden (26,4%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup. Hal ini menandakan bahwa meskipun para siswa telah mengetahui beberapa informasi dasar

mengenai bahaya merokok, masih terdapat kekurangan dalam pemahaman yang lebih mendalam, seperti efek spesifik terhadap organ tubuh atau penyakit kronis akibat merokok. Kelompok ini menjadi sasaran penting dalam upaya peningkatan edukasi kesehatan, agar mereka dapat memiliki pemahaman yang lebih komprehensif.

Penelitian oleh Putri et al. (2021) juga menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat pengetahuan cukup cenderung memiliki sikap netral terhadap perilaku merokok, yang bisa berkembang menjadi sikap permisif jika tidak diberikan edukasi lanjutan. Adapun sisanya, yakni sebanyak 6 responden (3,0%) tergolong memiliki tingkat pengetahuan yang kurang. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada sebagian kecil siswa yang belum memahami secara memadai bahaya merokok bagi kesehatan tubuh. Rendahnya tingkat pengetahuan ini bisa disebabkan oleh minimnya akses informasi, kurangnya perhatian terhadap materi kesehatan, atau pengaruh lingkungan yang tidak mendukung perilaku hidup sehat. Hasil ini sejalan dengan penelitian dari Nurhidayah & Sari (2022) yang menemukan bahwa faktor lingkungan dan kurangnya sumber informasi yang tepat menjadi penyebab utama rendahnya pengetahuan siswa mengenai bahaya merokok.

Secara keseluruhan, hasil ini mencerminkan bahwa program pendidikan kesehatan di sekolah telah berjalan cukup baik, namun tetap diperlukan upaya berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan siswa secara merata. Pihak sekolah dan tenaga pendidik dapat mengembangkan strategi edukasi yang lebih interaktif dan kontekstual, serta melibatkan media komunikasi yang sesuai dengan usia remaja. Penelitian oleh Ramadhan dan Lestari (2023) mendukung hal ini, di mana pendekatan edukatif berbasis audio-visual dan diskusi kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang bahaya rokok. Dengan demikian, diharapkan seluruh siswa dapat memiliki pemahaman yang lebih baik dan mampu membuat keputusan yang sehat, termasuk dalam menghindari kebiasaan merokok.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran tingkat pengetahuan remaja tentang bahaya merokok terhadap kesehatan di SMP Sunan Bonang Tangerang, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik (70,6%), sementara sisanya berada pada kategori cukup (26,4%) dan kurang (3,0%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja sudah memahami bahaya merokok terhadap kesehatan, seperti gangguan paru-paru, penyakit jantung, dan risiko ketergantungan nikotin.

### **Saran**

Melihat bahwa mayoritas remaja di SMP Sunan Bonang Tangerang (70,6%) sudah memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang bahaya merokok, ini adalah fondasi yang kuat untuk terus membangun kesadaran. Penting untuk tidak berpuas diri, melainkan memperkuat dan memperbarui informasi yang sudah mereka miliki. Program edukasi bisa diperkaya dengan fokus pada dampak jangka panjang yang lebih spesifik dari merokok, seperti efek pada organ tubuh yang jarang disebut atau risiko kesehatan yang mungkin belum mereka pahami sepenuhnya. Selain itu, penting juga untuk membongkar mitos-mitos populer seputar merokok yang sering beredar di kalangan remaja, sehingga pengetahuan mereka tidak hanya luas tetapi juga akurat dan mendalam.

Meski mayoritas sudah paham, kelompok remaja dengan tingkat pengetahuan "cukup" (26,4%) dan "kurang" (3,0%) memerlukan perhatian khusus. Untuk mereka, intervensi yang lebih personal dan intensif mungkin lebih efektif. Ini bisa berupa sesi

konseling kelompok kecil yang lebih interaktif, diskusi terbuka yang memungkinkan mereka bertanya tanpa ragu, atau penyediaan materi edukasi yang disesuaikan dengan cara belajar mereka. Selain itu, membekali semua remaja dengan keterampilan menolak tekanan teman sebaya dan kemampuan mengambil keputusan yang sehat adalah krusial. Pengetahuan saja tidak cukup; mereka perlu tahu bagaimana menerapkan pengetahuan itu dalam situasi nyata dan memilih jalan yang benar.

Terakhir, upaya pencegahan merokok harus menjadi tanggung jawab bersama, tidak hanya sekolah. Keterlibatan orang tua dan komunitas sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung remaja menjauhi rokok. Kampanye anti-merokok dapat diperluas hingga ke keluarga dan lingkungan sekitar, memastikan pesan yang konsisten sampai ke setiap remaja. Selain menekankan bahaya merokok, penting juga untuk mempromosikan gaya hidup sehat dan aktivitas positif lainnya sebagai alternatif. Dengan menyediakan pilihan yang menarik seperti olahraga, seni, atau kegiatan sosial, remaja akan memiliki cara-cara produktif dan sehat untuk mengisi waktu mereka, menjauhkan mereka dari godaan merokok dan membentuk kebiasaan baik seumur hidup.

## REFERENSI

- Amini, Nur Aisyah; Nurnaningsih, Hera; Putri, Megananda Hiranya; Heriyanto Y. Pengetahuan Remaja Tentang Pengaruh Merokok Terhadap Kesehatan Gigi Dan Mulut. *J Kesehat As-Shiha*. 2022;2(2):21-27.
- Desmita. (2020). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fauziah R, Wisanti E, Anggreny Y. Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Persepsi Anak Usia Sekolah Tentang Perilaku Merokok. *Al- Asalmiya Nurs J Ilmu Keperawatan (Journal Nurs Sci*. 2021;9(2):112- 121.
- Hidayat T, Nur Ibargel L. Persepsi Remaja Tentang Bahaya Merokok ; Sebuah Tinjauan Dalam Perspektif Pencegahan Berbasis Model Keyakinan Kesehatan. *J Ilmu Kesehat Insa Sehat*. 2021;9(2):51-56. doi:10.54004/jkikis.v9i2.22
- Lestari, I. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa Di Smp N 8 Padang Sidempuan.
- Manullang, Novaria; Manik, Risda Mariana; Sitpu, Aprilita Br; Sinabariba M. Gambaran pengetahuan dan sikap remaja tentang perilaku merokok di SMP Free Methodist 1 medan Jl. beringin raya No. 152E, Helvetia, Kec. Medan Helvetia Tahun 2021. *Heal J Ilm Kesehat*. 2022;1(2):1-8.
- Nugroho, A., & Susanti, R. (2023). "Hubungan Dukungan Orang Tua dan Teman Sebaya dengan Konsep Diri Remaja". *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 10(1), 45-53.
- Nur, H., & Daulay, N. (2020). *Dinamika Perkembangan Remaja: Problematika dan Solusi*. Jakarta: Kencana.
- Nurjannah D, Oktavia Hidayati N, Shalahuddin I. Gambaran Pengetahuan, Sikap Tentang Rokok, dan Status Perokok pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Tanjungsari Kabupaten Sumedang. *J Kesehat*. 2023;16(3):213-223.
- Pranata, Rio; Putri CR. Gambaran Tingkat Pemahaman Remaja Tentang Rokok. *J Dunia Pendidik*. 2024;4(Juni):67-78.
- Purnamasari VD, Prehananto H. Gambaran Pengetahuan Bahaya Rokok pada Remaja di SMK N 1 Tanjunganom Kabupaten Nganjuk. *Pena Med J Kesehat*. 2023;12(2):233.
- Santrock, J. W. (2021). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group

- Serly; Muzakkir; Asdar F. Gambaran pengetahuan siswa tentang bahaya merokok. *J Ilmu Keperawatan Penelit Keperawatan*. 2021;3:71-77.
- Susanti, Nofi; Syafira, Azzahra Chandra; Febrina, Dea; Farashati JI. Gambaran Perilaku Merokok pada Remaja Laki-laki Usia 15-17 Tahun. *JPKM J Profesi Kesehat Masy*. 2023;4(1)