

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Kelompok remaja termasuk rentan terhadap berbagai tindakan berisiko yang dapat merugikan kesehatan. Pergaulan yang longgar serta sedikitnya paparan informasi mengenai bahaya merokok menjadi pemicu timbulnya kebiasaan merokok sejak usia muda. Akibatnya, aktivitas merokok sering dipandang lumrah dan menjadi bagian dari gaya hidup keseharian remaja.

Merokok merupakan salah satu perilaku tidak sehat yang sangat berkontribusi terhadap peningkatan risiko penyakit tidak menular (PTM), misalnya hipertensi, penyakit jantung, stroke, dan beragam jenis kanker (Lucia et al., 2022). Dampak negatif ini tidak hanya terjadi dalam jangka panjang, tetapi sudah bisa mulai memengaruhi kesehatan seseorang sejak usia belia. Sayangnya, tingkat pengetahuan remaja mengenai risiko merokok masih rendah, sehingga banyak yang belum memahami konsekuensi serius dari kebiasaan tersebut (Sma & Palu, 2024).

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa remaja cenderung lebih mementingkan kesenangan sesaat dibandingkan memikirkan kesehatan di masa depan. Ditambah lagi, tingginya jumlah perokok di kalangan remaja serta mudahnya akses mendapatkan rokok yang dijual bebas tanpa batasan usia semakin memperburuk situasi ini. Semua hal tersebut menjadikan perilaku merokok pada remaja sebagai masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius.

Secara global, WHO (2024) mencatat prevalensi merokok pada pelajar usia 13-17 tahun meningkat dari 12,5% (2015) menjadi 17,8% (2023), dengan hampir 13% di antaranya menggunakan rokok elektrik. Di Indonesia, SKI 2023 (Kemenkes RI, 2024) mencatat sekitar 70 juta perokok aktif, didominasi kelompok usia 15-19 tahun (56,5%) dan 10-14 tahun (18,4%). Tren remaja usia 10-18 tahun juga terus naik sejak 2013: 7,2% (Riskesdas 2013), 8,8% (Sirkesnas 2016), hingga 9,1% (Riskesdas 2018) (Artanti, 2024). Data ini menegaskan perlunya edukasi dan pencegahan dini dari tenaga kesehatan serta pendidik untuk mengatasi kebiasaan merokok pada remaja.

Penelitian Astuti & Satrianugraha (2019) di SMK Nasional Kota Cirebon menemukan adanya hubungan signifikan Frekuensi merokok berhubungan signifikan dengan kadar hemoglobin ( $p=0,019$ ,  $r=-0,273$ ) dan kebugaran jasmani ( $p=0,017$ ,  $r=-0,279$ ), keduanya menunjukkan korelasi negatif. Artinya, semakin banyak rokok yang dihisap, semakin rendah kadar hemoglobin dan semakin menurun tingkat kebugaran jasmani. Sementara itu, penelitian Ramadhan & Adawiyah (2022) di Kota Samarinda membuktikan Kontrol diri dan konformitas teman sebaya memengaruhi perilaku merokok pada remaja putri. Penelitian Febriana (2022) menguji dampak video TikTok terhadap pengetahuan dan sikap mengenai rokok elektrik pada siswa SMA, dan menyimpulkan bahwa media video berbasis platform populer tersebut efektif dalam meningkatkan kesadaran remaja. Selain itu, studi Gaiha et al. (2022) mengevaluasi efektivitas pendidikan kesehatan virtual atau berbasis video, yang semakin banyak digunakan sebagai strategi promosi kesehatan bagi

remaja. Berdasarkan fenomena dan bukti empiris ini, pemberian pendidikan kesehatan (health education) melalui media video menjadi intervensi penting dalam upaya mencegah perilaku merokok pada remaja.

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan pada 2 Maret 2026 di SMAN 1 Mojosari terhadap 10 siswa laki-laki kelas XI melalui wawancara langsung menunjukkan bahwa perilaku merokok telah menyatu dalam aktivitas dan pergaulan sehari-hari remaja. Sebanyak 9 orang (90%) mengaku pernah merokok setidaknya satu batang dalam seminggu terakhir. Dari jumlah tersebut, 7 orang (77,8%) menyatakan mulai merokok karena ajakan teman sebaya, yang mengindikasikan kuatnya pengaruh lingkungan pergaulan dalam membentuk kebiasaan tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku merokok remaja dipengaruhi bukan hanya faktor individu, tetapi juga dinamika pergaulan sehari-hari. Hal ini diperkuat oleh penelitian Artanti (2024) yang menyatakan bahwa paparan iklan rokok, terutama melalui media sosial, turut membentuk kebiasaan merokok remaja, dengan 54,1% perokok mengaku terpengaruh oleh iklan tersebut.

Kebiasaan merokok pada remaja bermula dari adanya stimulus seperti ajakan teman sebaya, rasa penasaran, serta kemudahan mendapatkan rokok di lingkungan sekitar sekolah. Stimulus tersebut kemudian diproses oleh remaja yang sedang berada dalam fase pencarian jati diri dan memiliki kebutuhan tinggi untuk diterima dalam kelompok pergaulan. Respons awal yang muncul adalah mencoba merokok sebagai bentuk penyesuaian diri agar dianggap berani dan diterima oleh teman-temannya, meskipun pada awalnya

menimbulkan rasa tidak nyaman. Proses ini sesuai dengan teori Stimulus–Organisme–Respons (S-O-R), yang menjelaskan bahwa perilaku terbentuk melalui rangsangan yang diproses oleh individu hingga menghasilkan respons tertentu (Notoatmodjo, 2020).

Seiring berjalannya waktu, perilaku tersebut berkembang menjadi kebiasaan yang dilakukan berulang, terutama saat berkumpul dengan teman atau ketika menghadapi tekanan. Kandungan nikotin dalam rokok berperan sebagai zat adiktif yang bekerja pada sistem saraf pusat dengan merangsang pelepasan dopamin, sehingga menimbulkan rasa nyaman dan ketergantungan. Paparan nikotin secara terus-menerus menyebabkan remaja mengalami keinginan untuk mengulangi perilaku merokok, baik secara fisik maupun psikologis. Rendahnya pengetahuan dan kontrol diri semakin memperkuat kebiasaan tersebut, sehingga remaja lebih mengutamakan kepuasan jangka pendek dibandingkan risiko kesehatan jangka panjang. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku merokok terbentuk melalui proses bertahap stimulus-respons, sehingga diperlukan intervensi edukasi yang tepat untuk mengubahnya. (Wawan & Dewi, 2021).

Pemerintah Indonesia telah berupaya menekan angka perokok remaja melalui berbagai kebijakan, misalnya Permendikbud Nomor 64 Tahun 2015 tentang Kawasan Tanpa Rokok di lingkungan sekolah, serta Undang-Undang Kesehatan Nomor 17 Tahun 2023. Namun, implementasi kebijakan tersebut belum sepenuhnya efektif, sehingga diperlukan upaya tambahan yang lebih sesuai dengan karakteristik remaja.

Salah satu upayanya adalah edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan bahaya merokok, guna menurunkan perilaku merokok (Najihah et al., 2023). Dalam lingkungan sekolah, peran pergaulan teman sebaya juga sangat penting, misalnya melalui kader UKS dan PMR, penyuluhan kesehatan, serta kontrol sosial antarsiswa. Upaya-upaya tersebut diharapkan dapat meningkatkan kesadaran serta membentuk perilaku hidup sehat pada siswa sehingga mampu mencegah dampak negatif dari kebiasaan merokok. Edukasi berbasis video terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, membangun kesadaran, serta mempersiapkan remaja untuk menolak ajakan merokok dari teman sebaya. Oleh karena itu, peningkatan edukasi kesehatan melalui media video perlu mendapat perhatian melalui penguatan program promosi kesehatan di sekolah yang berpusat pada karakteristik remaja. Berdasarkan urgensi masalah dan bukti empiris yang ada, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Pengaruh Pemberian Health Education Bahaya Merokok melalui Media Video terhadap Perilaku Merokok pada Siswa SMA Negeri 1 Mojosari.".

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah: "Apakah ada Pengaruh Pemberian Health Education Bahaya Merokok melalui Media Video terhadap Perilaku Merokok pada Siswa SMA Negeri 1 Mojosari?"

### 1.3 Tujuan Penelitian

#### 1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian *health education* bahaya merokok melalui media video terhadap perilaku merokok pada siswa SMA Negeri 1 Mojosari

#### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat perilaku merokok pada siswa SMA Negeri 1 Mojosari sebelum diberikan intervensi *health education* melalui media video tentang bahaya merokok.
2. Mengidentifikasi tingkat perilaku merokok pada siswa SMA Negeri 1 Mojosari sesudah diberikan intervensi *health education* melalui media video tentang bahaya merokok`.
3. Menganalisis pengaruh pemberian *health education* bahaya merokok melalui media video terhadap perilaku merokok pada siswa SMA Negeri 1 Mojosari.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai bahan kajian maupun rujukan dalam memperkaya informasi dan pustaka ilmiah mengenai dampak pemberian pendidikan kesehatan (*health education*) tentang bahaya merokok melalui media video terhadap perilaku merokok pada siswa tingkat SMA.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Institusi

Diharapkan penelitian ini dapat memperdalam pemahaman responden mengenai bahaya merokok serta menumbuhkan kesadaran mereka untuk mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok. Selain itu, dengan menggunakan media video dalam pendidikan kesehatan ini, responden diharapkan mampu menyerap informasi dengan lebih mudah karena penyajiannya yang menarik dan praktis, sehingga dapat mendorong mereka untuk mengambil keputusan yang lebih sehat dalam kesehariannya.

#### 2. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan mampu memperluas wawasan responden tentang risiko merokok sekaligus mendorong tumbuhnya kesadaran untuk mengurangi atau menghentikan kebiasaan tersebut. Penggunaan media video dalam pelaksanaan *health education* memudahkan responden dalam menyerap materi karena sifatnya yang interaktif dan mudah dipahami, sehingga dapat menggerakkan mereka untuk menjalani pola hidup yang lebih sehat setiap harinya.

#### 3. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memperluas wawasan serta pengalaman peneliti dalam mengkaji pengaruh pendidikan kesehatan (*health education*) melalui media video terhadap perilaku merokok, sekaligus berfungsi sebagai sumber data dan bahan rujukan bagi penelitian-penelitian selanjutnya.