

## **LITERATURE REVIEW: URGENSI PERILAKU MEROKOK DIKALANGAN REMAJA MASA KINI**

Fina Delvia Nuroniyah<sup>1)</sup>, Muya Barida<sup>2)</sup>  
Universitas Ahmad Dahlan  
[fina2000001003@webmail.uad.ac.id](mailto:fina2000001003@webmail.uad.ac.id)

### **Abstrak**

Perilaku merokok pada siswa sampai saat ini masih belum ada solusi. Saat ini merokok dilakukan oleh orang dewasa dan anak remaja di bawah usia dua puluh tahun. Banyak faktor yang melatarbelakangi siswa untuk melakukan perilaku merokok seperti lingkungan, teman sebaya dan orang tua. Perilaku merokok yang dianggap oleh remaja sebagai tanda kedewasaan nyatanya mengancam kesehatan dan masa depan mereka. Oleh karena itu, hadirnya artikel ini guna memberikan pengetahuan serta membentuk kesadaran masyarakat terutama orang tua tentang urgensi perilaku merokok di kalangan remaja. Metode pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu literatur *review* yang berfokus pada jurnal-jurnal yang berkaitan dengan dampak serta faktor yang melatarbelakangi perilaku merokok pada remaja.

**Kata Kunci:** *Merokok, Remaja, Urgensi, Teman Sebaya, Orang Tua*

### **1. Pendahuluan**

Merokok dapat diartikan sebagai kegiatan menghisap tembakau yang salah satu ujungnya telah dibakar, asap dari tembakau tersebut kemudian masuk ke dalam organ pernapasan. Di Indonesia sendiri, merokok merupakan kegiatan yang mudah untuk kita temukan dikalangan masyarakat. Sejalan dengan pendapat Yanti (2022) bahwa aktivitas dimasyarakat yang tidak pernah lepas di kehidupan sehari-hari salah satunya yaitu merokok. Di masyarakat rokok sangat mudah untuk didapatkan atau dibeli. Orang yang mengonsumsi rokok berasal dari segala usia, mulai dari anak-anak hingga dewasa termasuk kelompok remaja. Dari pernyataan tersebut dapat kita ketahui bahwa kebiasaan merokok dikalangan masyarakat tidak lepas dari fakta bahwa rokok sangat mudah untuk diperjual-belikan. Kebiasaan merokok tidak hanya terjadi dikalangan masyarakat dengan kategori dewasa atau lansia saja, tetapi telah merambah hampir pada semua usia seperti anak-anak dan remaja. Di dalam beberapa penelitian disebutkan bahwa usia 10-19 tahun remaja mulai mencoba perilaku merokok.

Perilaku merokok pada remaja ini bukanlah persoalan yang baru, namun bukan hal yang mudah juga untuk dipecahkan. Hal ini sejalan dengan terus meningkatnya jumlah perokok anak. 69% remaja Indonesia masih perokok aktif, menurut data dari IAKMI dan Tobacco Control Support Center (TCSC). Keluarga mereka juga perokok. Selain itu, berdasarkan studi yang dilakukan Global Youth Tobacco Survey (GYTS), ditemukan bahwa prevalensi merokok di kalangan remaja Indonesia perlu diperhatikan secara penuh (Maki et al., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa kebiasaan merokok di kalangan remaja sebenarnya tidak baru melainkan masalah lama yang masih ada, terbukti dengan tingginya prevalensi perokok aktif di kalangan anak muda di Indonesia.

Meningkatnya prevalensi perokok aktif pada remaja dilatarbelakangi oleh banyak faktor karena masa remaja memang mempunyai keistimewaan unik tersendiri dan rentan terhadap perilaku beresiko seperti meniru orang disekitarnya. Remaja pada masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa ini biasanya ditandai dengan senang mencoba hal-hal baru, menyenangi tantangan dan lebih suka berkelompok dengan teman sebayanya. Salah satu hal yang senang dilakukan remaja saat bersama dengan teman-temannya adalah merokok. Rokok didefinisikan dengan lintingan kertas yang berbentuk silindris dan berisikan tumbukan tembakau didalamnya, cara pemakaian rokok yaitu dengan membakar salah satu ujungnya lalu dihisap ujung yang satunya lagi guna menghirup asapnya (Yanti et al., 2022). Dengan demikian dapat diartikan bahwa ketika sedang bersama dengan teman-temannya remaja ini cenderung menyukai hal-hal baru dan menantang. Salah satunya yaitu merokok. Mereka menganggap bahwa dengan mengikuti orang dewasa untuk merokok itu adalah sesuatu hal yang baru, menantang, keren dan membuat mereka terlihat lebih dewasa.

Selain teman sebaya beberapa motivasi lain yang melatarbelakangi remaja menjadi seorang perokok aktif diantaranya yaitu untuk menghilangkan stress, kecewa, dan beranggapan bahwa perbuatan tersebut tidak melanggar norma. Selain itu banyak juga di kalangan remaja yang beranggapan bahwa merokok adalah lambang pergaulan, dengan merokok mereka terlihat keren, dewasa, serta dianggap jantan (Fransiska & Firdaus, 2019; Suwendri & Sukiani, 2020). berdasarkan hasil penelitian Yanti (2022) juga ditemukan bahwa penyebab utama perilaku merokok pada remaja yaitu teman sebayanya dan juga lingkungan. Berawal dari mencoba-coba dan ajakan teman akhirnya menjadi

kebiasaan. Disamping itu, mereka sungkan menolak ajakan teman untuk merokok karena mereka merasa takut nantinya akan dianggap payah dan tidak keren di dalam pergaulannya. Dengan ciri khasnya remaja pada masa peralihan yang labil dan masih mencari jati diri, peran orang tua juga sangat berperan penting dalam mendampingi tumbuh kembang mereka. Selain itu, remaja juga cenderung meniru perbuatan orang tuanya karena pada prinsipnya orang tua memang memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap anaknya, termasuk pada perilaku merokok yang dilakukan olehnya.

Seorang anak yang tumbuh kembang di dalam keluarga perokok cenderung akan ikut menjadi perokok juga di kemudian hari. Sedikitnya terdapat dua hal yang menyebabkan hal ini. Pertama, sang anak ingin terlihat seperti ayahnya, yang merokok dan berpenampilan keren serta dewasa. Kedua, mungkin karena anak-anak ini sudah biasa dengan rokok di rumah sehingga mereka menjadi perokok pasif sejak usia muda dan dengan mudah beralih menjadi perokok aktif di masa remaja (Wahyudianto & Ruliyatin, 2020). Kedua hal tersebut bisa menjadi faktor penyebab anak atau remaja menjadi perokok aktif mengingat pada masa peralihan remaja memang labil dalam proses pencarian jati diri dan cenderung meniru orang sekitarnya termasuk orang tua. Orang tua harus lebih aware terhadap apa yang dilakukannya, karena setiap perilaku yang dilakukan oleh orang tua cenderung menjadi panutan bagi anak-anaknya.

Perilaku merokok pada remaja ini perlu mendapat perhatian lebih karena dapat merugikan kesehatan, ketika menghirup asap rokok maka banyak macam racun yang terhisap akan masuk ke dalam tubuh. Dengan kata lain, merokok sama dengan secara sengaja memasukkan racun ke dalam tubuh. Banyak penyakit telah terbukti secara langsung atau tidak langsung merupakan akibat buruk dari merokok. Dampak negatif dari kebiasaan merokok tidak hanya bagi perokok, tetapi juga memberikan dampak buruk bagi orang disekitarnya. Dampak buruk dari perilaku merokok ini bisa berupa timbulnya penyakit berbahaya (Purnama & Handayani, 2021). Penyakit berbahaya tersebut timbul karena kandungan rokok yang terhirup dan masuk ke dalam tubuh menyebabkan kerusakan sehingga dapat menyebabkan berbagai macam penyakit di mulut seperti periodontitis, faringitis, laringitis, bronkitis, penyakit paru-paru, jantung koroner, impotensi, kanker kulit, kanker mulut dan bibir, kanker kerongkongan, kerusakan otak dan lain-lainnya.

Perilaku merokok juga membuat orang kecanduan susah berhenti merokok, merokok menyebabkan 45% perokok terkena stroke, 81% terkena serangan jantung, selain itu risiko kematian akibat kanker paru-paru adalah 90%, dengan risiko 22,4 kali lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang tidak merokok dan 11,9 kali lebih tinggi pada wanita (Salsabila et al., 2022). Kematian akibat kanker paru-paru meningkat karena lebih banyak perokok yang didiagnosis menderita kanker paru-paru. Data tersebut telah didokumentasikan dalam beberapa jurnal dan artikel nasional, kebanyakan hanya membahas masalah merokok orang dewasa. Padahal, kebiasaan merokok sudah dimulai sejak remaja bahkan di masa kanak-kanak. Kematian akibat merokok belum tentu berkaitan dengan usia, karena kebiasaan merokok digolongkan sebagai faktor eksternal, sedangkan di Indonesia usia merupakan penyebab kematian internal. Oleh karena itu, faktor eksternal lebih besar pengaruhnya terhadap kematian seseorang.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Lipfert (dalam Amelia et al., 2023) yang ditemukan bahwa penyebab utama kanker paru-paru yaitu kebiasaan merokok, dan perokok aktif memiliki risiko yang lebih besar untuk terkena kanker paru-paru. 85% hingga 90% dari pasien kanker paru-paru dari perokok aktif. Merokok dapat menyebabkan berbagai masalah pernapasan, tergantung pada paparan dan intensitas merokok, serta faktor risiko lain seperti usia, jenis kelamin, dan penyakit pernapasan. Penyakit paru-paru, asma, kanker paru-paru, infeksi saluran pernapasan, pneumonia, dan tuberkulosis (TBC) adalah beberapa penyakit pernapasan yang terkait dengan merokok. Perokok aktif dan pasif keduanya dapat membahayakan kesehatan pernapasan mereka. Orang yang merokok pasif terpapar asap rokok dari orang yang merokok di dekatnya. Rumah, tempat kerja, dan ruang publik adalah tempat di mana orang dapat terpapar asap rokok.

Selain masalah kesehatan, dampak buruk perilaku merokok juga bahkan dapat menurunkan prestasi remaja khususnya pada bidang olahraga (Rahman & Susanto, 2019; Wahyudianto & Ruliyati, 2020; Yusadri et al., 2020). Meskipun demikian, perokok aktif yang dari kalangan remaja masih banyak sehingga masalah perilaku merokok pada remaja menarik untuk dibahas karena pada masa sekarang merokok merupakan perilaku yang seakan dinormalisasikan bahkan dianggap wajib dan jantan bagi remaja padahal banyak dampak buruk yang siap untuk mengancam. Oleh karena itu hadirnya artikel ini

guna menambah pengetahuan tentang faktor yang melatarbelakangi dan dampak negatif yang timbul dari perilaku merokok, selain itu artikel ini hadir sebagai upaya menyadarkan masyarakat akan urgensi perilaku merokok dikalangan remaja.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *literature review*, sumber kajian yang digunakan berupa publikasi artikel jurnal nasional dan internasional yang bereputasi dari Google Scholar dalam rentang tahun 2018-2023 dengan kata kunci yaitu “perilaku merokok pada remaja”. Dari kata kunci tersebut diperoleh 2060 artikel jurnal. Dari 2060 artikel jurnal kemudian diambil 6 yang sesuai dengan kriteria. Keseluruhan dari 6 artikel jurnal yang telah diperoleh tersebut dianalisis. Pada penelitian ini analisis data dilakukan dengan cara merangkum dan menyimpulkan artikel yang telah dipilih.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis dari *literature review* pada artikel, penulis menemukan banyak faktor yang melatarbelakangi perilaku merokok pada remaja masa kini. Keinginan pribadi remaja, teman sebaya, orang tua, dan lingkungan adalah penyebab utama perilaku merokok remaja. Selain itu, remaja pada masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa ini biasanya menyukai tantangan, mencoba hal baru, dan hidup dalam kelompok dengan teman sebayanya. Remaja menikmati rokok diantaranya yaitu ketika mereka bergaul dengan teman-temannya. Mereka senang pada perilaku merokok karena menganggap bahwa merokok merupakan lambang pergaulan, dengan merokok mereka terlihat keren, dewasa, serta dianggap jantan (Fransiska & Firdaus, 2019; Suwendri & Sukiani, 2020). Padahal pada kenyataannya dari perilaku merokok menyebabkan banyak dampak negatif bagi kesehatan tubuh mereka.

Dampak negatif dari perilaku merokok ini selain membuat kecanduan dapat pula menimbulkan penyakit berbahaya seperti periodontitis, faringitis, laringitis, penyakit di bronkus seperti bronkitis, penyakit paru-paru, jantung koroner, impotensi, kanker kulit, kanker mulut dan bibir, kanker kerongkongan, kerusakan otak dan lain-lainnya (Purnama & Handayani, 2021). Meskipun banyak dampak negatif yang mengancam didepan mata karena perilaku merokok, sebagian remaja masih tetap melakukan perilaku tersebut

dengan alasan agar terlihat keren, mencoba-coba dan menghilangkan stress. Selain itu, peran orang tua dan lingkungan juga sangat mempengaruhi faktor yang melatarbelakangi perilaku merokok remaja.

Anak sering meniru apa yang perilaku orang tuanya karena pada dasarnya orang tua memang memiliki pengaruh kuat untuk anaknya, termasuk pada perilaku merokok. Seorang anak yang tumbuh kembang di dalam keluarga perokok cenderung akan ikut menjadi perokok juga di kemudian hari. Hal ini setidaknya disebabkan oleh dua hal. Pertama-tama, anak muda itu berkeinginan untuk meniru ayahnya yang terlihat keren dan dewasa ketika merokok. Kedua, mungkin saja anak-anak ini merokok karena ketika di rumah sudah terbiasa dengan paparan asap rokok atau dengan kata lain ketika masih muda mereka adalah perokok pasif yang dengan mudah beralih menjadi perokok aktif seiring bertambahnya usia (Wahyudianto & Ruliyatin, 2020). Kedua hal tersebut bisa menjadi faktor penyebab anak atau remaja menjadi perokok aktif mengingat pada masa peralihan remaja memang labil dalam proses pencarian jati diri dan cenderung meniru orang sekitarnya termasuk orang tua. Orang tua harus lebih aware terhadap apa yang dilakukannya, karena setiap perilaku yang dilakukan oleh orang tua bisa menjadi panutan bagi anak-anaknya.

Tabel 1. Data Analisa Artikel yang Digunakan dalam *Literature Review*

Author	Method Design	Results
Putu Rias Andreani, Ni Kadek Muliawati, dan Ni Luh Gede Puspita Yanti. (Andreani et al., 2020)	Penelitian ini menggunakan metodologi <i>cross sectional</i> dan melibatkan 65 sampel penelitian yang diambil dari teknik <i>purposive sampling</i> . Untuk mengumpulkan data penelitian dilakukan dengan kuesioner tentang kebiasaan merokok remaja dan tingkat stres diberikan.	Menurut penelitian, sebanyak 27 orang (41%) memiliki tingkat stres sedang, dan sebanyak 39 orang (60%) memiliki kebiasaan merokok yang kuat. Hasil uji peringkat Spearman, $p = 0,000$ mendukung hal ini. (Andreani et al., 2020).
Mirawati, Nurfitriani, Febriana Maya Zulfiarini, dan Widya Hary Cahyati. (Mirawati et al., 2018)	Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian kuantitatif deskriptif <i>cross-sectional</i> . Dalam hal ini sampel ditentukan sebanyak 30 sampel dengan	Menurut temuan penelitian sebanyak 14 orang (46%) adalah perokok. Tiga belas orang ini merokok karena pengaruh teman sebaya yang mendorong mereka untuk mencobanya. Sebanyak 2 orang (7%) mulai merokok sejak SMP pada usia 10 tahun, 8 orang

	<p>menggunakan teknik <i>direct random sampling</i>. Sedangkan angket merupakan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini.</p>	<p>(27%) remaja laki-laki menyatakan mulai merokok sejak SMP pada usia 13-14 tahun, dan 1 orang (3%) remaja menyatakan mulai merokok sejak SMA pada usia 16 tahun (Mirnawati et al., 2018). Dari penelitian ini, jelas bahwa faktor utama yang menyebabkan remaja merokok adalah tekanan dari teman sebaya, lingkungan, dan keinginan untuk mencoba merokok.</p>
<p>Mellia Fransiska dan Putri Anggia Firdaus. (Fransiska &amp; Firdaus, 2019)</p>	<p>Penelitian ini menggunakan desain <i>cross sectional</i> dan metodologi survei analitik. Dari 181 siswa di SMA X Kecamatan Payakumbuh yang menjadi populasi penelitian adalah laki-laki, dan 65 siswa tersebut menjadi sampel penelitian. Untuk penelitian ini, <i>stratified random sampling</i> adalah metode pengambilan sampel yang digunakan. Sedangkan statistik chi square adalah jenis analisis statistik yang digunakan.</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa 73,84% responden merokok, 58,05% dipengaruhi oleh iklan rokok, 58,05% dipengaruhi oleh kemudahan untuk mendapatkan rokok, 53,08% dipengaruhi oleh orang tua mereka yang merokok, dan 60% dipengaruhi oleh teman. Nilai signifikansi pengetahuan adalah 0,038, pengaruh iklan rokok adalah 0,049, kemudahan membeli rokok adalah 0,0001, pengaruh orang tua adalah 0,039, dan pengaruh teman sebaya adalah 0,033. Sebagian besar remaja mengetahui rokok dengan baik (53,3%), tetapi penelitian sikap terhadap merokok menunjukkan bahwa 56,7% remaja masih memiliki sikap setuju terhadap rokok. Sebagian besar remaja bukan perokok. Menurut analisis data bivariabel, tidak ada hubungan antara pengetahuan dan perilaku merokok (p-value 0,132), tetapi ada hubungan antara sikap dan perilaku merokok (p-value 0,002)</p>
<p>Gani Apriningtyas Budiyati, Dian Nur Adkhana Sari, dan Suryati. (Budiyati et al., 2021)</p>	<p>Penelitian ini menggunakan desain <i>cross sectional</i>. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 30 remaja. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>total sampling</i>. Sampel yang digunakan dalam penelitian</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa 73,84% responden merokok, 58,05% dipengaruhi oleh iklan rokok, 58,05% dipengaruhi oleh kemudahan untuk mendapatkan rokok, 53,08% dipengaruhi oleh orang tua mereka yang merokok, dan 60% dipengaruhi oleh teman.</p>

## PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

	<p>sebanyak 30 orang. Pengambilan data menggunakan kuesioner yang telah diuji validitas serta reliabilitas. Analisis data untuk menentukan hubungan menggunakan Chi Square.</p>	<p>Nilai signifikansi pengetahuan adalah 0,038, pengaruh iklan rokok adalah 0,049, kemudahan membeli rokok adalah 0.0001, pengaruh orang tua adalah 0,039, dan pengaruh teman sebaya adalah 0,033. Sebagian besar remaja mengetahui rokok dengan baik (53,3%), tetapi penelitian sikap terhadap merokok menunjukkan bahwa 56,7% remaja masih memiliki sikap setuju terhadap rokok. Sebagian besar remaja bukan perokok. Menurut analisis data bivariabel, tidak ada hubungan antara pengetahuan dan perilaku merokok (p-value 0,132), tetapi ada hubungan antara sikap dan perilaku merokok (p-value 0,002)</p>
<p>Dewi Larasati, Indra Wahyudi, dan Fx. Wahyu Widianoro. (Larasati et al., 2019)</p>	<p>Metode kuantitatif dengan mengumpulkan data menggunakan skala, dan untuk memperkaya hasilnya menggunakan metode kualitatif yaitu wawancara ke empat subjek yang merokok paling intens.</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi negatif yang signifikan antara konsep diri dan perilaku merokok pada remaja awal. Nilai r hitung adalah -0,372 dibandingkan dengan nilai r tabel 0,288. Empat subjek yang merokok lebih dari dua belas rokok per hari dipelajari melalui wawancara. Kesimpulannya adalah bahwa semakin rendah rasa percaya diri remaja, semakin banyak mereka merokok. Karakteristik pribadi, pemodelan, kecanduan, dan pengaruh teman adalah faktor yang mempengaruhi remaja merokok.</p>
<p>Solihin (2023).</p>	<p>Penelitian ini dirancang dengan metode kuantitatif dan dilakukan melalui survei analitik menggunakan pendekatan <i>cross-sectional study</i>. Penelitian ini melibatkan semua siswa laki-laki di SMA 2 dan SMK 8 Muhammadiyah, yang berjumlah 559 siswa. Metode sampel purposif digunakan pada 85 siswa</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua variabel memengaruhi perilaku merokok remaja di SMA 2 dan SMK 8 Muhammadiyah Tanjung Sari Kecamatan Medan Selayang, termasuk pengetahuan sebagai faktor yang paling dominan, kepercayaan sebagai faktor lain, paparan iklan rokok, ketersediaan rokok, peran orang tua, peran guru, dan peran teman sebaya. Sekolah harus mendidik siswa</p>

	laki-laki. Analisis univariat, bivariat, dan multivariat digunakan untuk menganalisis data.	tentang bahaya merokok, menerapkan KTR, dan melakukan razia rutin bagi perokok untuk mencegah remaja merokok.
--	---	---

#### 4. Kesimpulan

Dari hasil *literature review* sebagaimana yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa dari 6 artikel yang ditemukan bahwa faktor yang melatarbelakangi perilaku merokok pada remaja yaitu keinginan dalam diri remaja tersebut, teman sebaya, orang tua, dan lingkungan. Sedangkan dampak negatif dari perilaku merokok diantaranya yaitu membuat kecanduan dan dapat pula menimbulkan penyakit berbahaya seperti periodontitis, faringitis, laringitis, bronkitis, penyakit paru-paru, jantung koroner, impotensi, kanker kulit, kanker mulut dan bibir, kanker kerongkongan, kerusakan otak dan lain-lainnya. Hal menjadi urgensi bagi kita semua khususnya guru bimbingan dan konseling serta orang tua untuk menurunkan prevalensi merokok di kalangan remaja masa kini.

#### Daftar Pustaka

- Amelia, S. P., Sopiah, P., Ridwan, H., Indonesia, U. P., & Indonesia, U. P. (2023). Hubungan Patologi dan Patofisiologi pada Individu Akibat Normalisasi Perilaku Merokok di Indonesia. *07(01)*, 23–28.
- Andreani, P. R., Muliawati, N. K., & Yanti, N. L. G. P. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok pada Remaja Laki-Laki di SMA Saraswati 1 Denpasar. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *9(2)*, 212. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i2.226>
- Budiyati, G. A., Sari, D. N. A., & Suryati. (2021). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Merokok pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, *11*, 11–18.
- Fransiska, M., & Firdaus, P. A. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Merokok pada Remaja Putra SMA X Kecamatan Payakumbuh. *Jurnal Kesehatan : Stikes Prima Nusantara Bukittinggi*, *01*, 11–16.
- Larasati, D., Wahyudi, I., & Widianoro, F. W. (2019). Hubungan Antara Konsep Diri dengan Perilaku Merokok pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi*, *15(1)*, 20–26. <https://ejournal.up45.ac.id/index.php/psikologi/article/view/596>

- Maki, E., Mantjoro, E., & Asrifuddin, A. (2022). Hubungan Lingkungan Pergaulan dengan Perilaku Merokok pada Remaja di Desa Karumenga Kecamatan Langowan Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1192–1198.
- Mirawati, Nurfitriani, Zulfiarini, F. ., & Cahyati, W. . (2018). Perilaku Merokok pada Remaja Umur 13-14 Tahun. *Higeia*, 2(3), 396–405. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
- Purnama, R. S., & Handayani, A. (2021). Pengaruh Teknik Restrukturisasi Kognitif terhadap Frekuensi Merokok pada Siswa Kelas XI SMA Swadaya Bandung. *Jurnal Sehat Masada*, 15(1), 222–234.
- Rahman, A., & Susanto, D. (2019). Konseling Individual dengan Pendekatan Behavioral untuk Mereduksi Perilaku Merokok pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 17 Banjarmasin. 5(1), 10–14.
- Salsabila, N. N., Indraswari, N., & Sujatmiko, B. (2022). Gambaran Kebiasaan Merokok di Indonesia Berdasarkan Indonesia Family Life Survey 5 (Ifs 5). *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.7454/eki.v7i1.5394>
- Suwendri, N. M., & Sukiani, N. K. (2020). Penyimpangan Perilaku Remaja di Perkotaan. *KULTURISTIK: Jurnal Bahasa dan Budaya*, 4(2), 51–59. <https://doi.org/10.22225/kulturistik.4.2.1892>
- Wahyudianto, A., & Ruliyatin, E. (2020). Penerapan Konseling Individual Teknik Relaksasi untuk Mengurangi Kebiasaan Merokok Siswa XI DITF SMKN Pasirian. *HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 37(1), 16–22. <https://doi.org/10.36456/helper.vol37.no1.a2829>
- Yanti, Y. A. E. S., Safitri, A., Sari, A., Anggraini, D., Suryani, K., & Pranata, L. (2022). Persepsi Remaja yang Berhenti Merokok dengan Studi Deskriptif. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 5(1), 26–30. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v5i1.90>
- Yusadri, Rahmi, A., & Sari, I. (2020). Efektivitas Teknik Restrukturisasi Kognitif dalam Konseling Individual untuk Mereduksi Perilaku Merokok. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(2), 56–66. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i2.4955>