



Smoking Behavior among Adolescents: A Case Study in Daksa Lok Bahu Housing Complex, Samarinda

Annisa Safitrie^{1*}, Nino Adib Chifdillah², Bernadetha³

^{1, 2, 3} Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

*Authors Correspondence: annisasafitrie03@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History:

Keywords:

Adolescents;
Behavior;
Smoking;
TPB;
TRA

ABSTRACT

Smoking behavior among adolescents remains a growing public health concern. Adolescents represent a vulnerable group, easily influenced by their social environment, peer pressure, and limited self-control. This study aims to explore smoking behavior among adolescents in the Daksa Lok Bahu Samarinda Housing Complex using the pTheory of Reasoned Action (TRA) and Theory of Planned Behavior (TPB) frameworks, focusing on three key components: attitudes, subjective norms, and perceived behavioral control. A qualitative case study with a phenomenological approach was employed. Data were collected through in-depth interviews with seven informants, including five adolescent smokers, one shop owner, and one peer, selected through purposive sampling. The findings reveal that although adolescents are aware of the health risks, smoking is perceived as a source of relaxation, confidence, and social acceptance. Peer influence and smoking behavior within the family reinforce permissive subjective norms, while perceived control to quit smoking remains low due to limited support and weak self-regulation. Smoking activities commonly occur outside school settings, such as at food stalls, friends' houses, or cafés. In conclusion, adolescent smoking behavior is shaped by the interaction of favorable attitudes, permissive social norms, and low perceived behavioral control. Preventive strategies should therefore integrate health education with family and peer-based interventions to reduce smoking prevalence among adolescents.

PENDAHULUAN

Saat ini, merokok telah menjadi suatu kebiasaan yang dianggap lumrah dalam masyarakat Indonesia. Praktik merokok tidak mengalami penurunan dan bahkan masih diperlakukan sebagai hal yang wajar oleh sebagian besar orang. Aktivitas tersebut dapat dengan mudah ditemukan dalam kehidupan sehari-hari, baik di rumah, perkantoran, kendaraan umum, hingga di jalanan (1).

Hampir di setiap waktu, kita dapat menyaksikan individu yang merokok, termasuk di lingkungan pendidikan. Tempat yang seharusnya steril dari asap rokok, seperti sekolah maupun perguruan tinggi, masih sering menjadi lokasi ditemukannya perilaku merokok (1).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, prevalensi merokok pada remaja berusia 10–18 tahun meningkat dari 7,2% pada 2013 menjadi 9,1% pada 2018, atau mengalami kenaikan sekitar 20% (2). Selain itu, hasil survei *Global Youth Tobacco Survey* (GYTS) tahun 2019 menunjukkan adanya peningkatan jumlah perokok pada anak usia sekolah 13–15 tahun, dari 18,3% pada 2016 menjadi 19,2% pada 2019 (3).

Data dari Kementerian Kesehatan memperkirakan jumlah perokok aktif di Indonesia mencapai sekitar 70 juta orang, dengan 7,4% di antaranya berasal dari kelompok usia 10–18 tahun. Anak-anak dan remaja menjadi kelompok yang mengalami peningkatan signifikan dalam jumlah perokok. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa perokok terbanyak berada pada kelompok usia 15–19 tahun sebesar 56,5%, disusul kelompok usia 10–14 tahun sebesar 18,4% (3).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Timur, persentase perokok pada kelompok usia 15–24 tahun ke atas pada tahun 2022 tercatat sebesar 10,88%, dan meningkat menjadi 12,59% pada tahun 2023. Hal ini berarti terdapat kenaikan sebesar 1,7% dalam kurun waktu satu tahun (4). Sementara itu, data BPS Kota Samarinda menunjukkan bahwa proporsi perokok pada usia 15–24 tahun ke atas pada tahun 2022 sebesar 17,94%, kemudian turun menjadi 10,98% pada tahun

2023 (4). Adapun Puskesmas Loa Bakung tercatat memiliki jumlah perokok yang cukup tinggi, yaitu sebanyak 142 orang (5).

Hasil studi awal yang dilakukan di Perumahan Daksa Lok Bahu terhadap pemilik warung menunjukkan bahwa terdapat sekitar 10 hingga 13 remaja, mulai dari siswa SMP hingga SMA, yang sering berkumpul di warung tersebut pada waktu tertentu, misalnya sekitar pukul 12.00 siang saat jam istirahat. Bahkan ditemukan pula adanya remaja perempuan yang merokok di lokasi tersebut.

Humaira et al. (2024) menjelaskan bahwa perilaku merokok pada remaja memiliki keterkaitan yang kuat dengan lingkungan sosial, khususnya konformitas dengan teman sebaya serta pengaruh keluarga. Banyak remaja mulai merokok karena dorongan untuk diterima dalam kelompok sosial mereka. Kebiasaan tersebut membuat remaja cenderung mengabaikan risiko kesehatan yang ditimbulkan. Dampak jangka pendek yang mungkin dialami perokok remaja antara lain menurunnya kebugaran tubuh, munculnya ketergantungan, serta berkurangnya konsentrasi. Sementara itu, dalam jangka panjang rokok dapat memicu penyakit serius seperti kanker paru, kanker prostat, pneumonia, penyakit jantung koroner, dan berbagai gangguan kesehatan lainnya (7).

Tristanto et al. (2022) menemukan bahwa tingginya tingkat konformitas pada remaja berbanding lurus dengan kemungkinan mereka untuk merokok (8). Oleh karena itu, keluarga, sekolah, serta masyarakat berperan penting dalam memberikan pendidikan yang tepat dan membangun lingkungan yang mendukung perkembangan remaja secara positif. Kegiatan alternatif seperti olahraga atau aktivitas sosial dinilai efektif untuk mengalihkan perhatian remaja dari perilaku merokok.

Selain itu, penelitian Qanitha et al. (2024) mengungkapkan bahwa perilaku merokok pada mahasiswa di Sumatra Selatan dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi rasa ingin tahu, stres, kecanduan, hingga sensasi fisiologis yang dirasakan setelah merokok. Aktivitas ini juga kerap dijadikan cara untuk merasa tenang dan nyaman. Sementara itu, faktor eksternal yang paling berpengaruh adalah lingkungan

pertemanan, di mana keberadaan teman perokok menjadi pemicu utama mahasiswa mulai merokok (9).

Dengan mempertimbangkan berbagai temuan tersebut, penulis merasa tertarik untuk meneliti lebih jauh melalui “Studi Kasus Perilaku Merokok pada Remaja di Perumahan Daksa Lok Bahu Samarinda.”

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang bertujuan menggali secara mendalam pengalaman serta makna yang melekat pada perilaku merokok di kalangan remaja. Penelitian dilaksanakan di Perumahan Daksa, Kelurahan Lok Bahu, Kota Samarinda, pada periode Februari hingga Maret 2025. Populasi penelitian mencakup remaja yang tinggal di wilayah tersebut, sedangkan penentuan sampel dilakukan dengan teknik *non-probability sampling* melalui *purposive sampling*. Kriteria informan mencakup remaja berusia 12–18 tahun, telah merokok minimal selama enam bulan, serta bersedia terlibat sebagai partisipan. Jumlah informan utama terdiri atas lima remaja laki-laki, ditambah satu informan kunci dan satu informan pendukung dari kalangan teman sebaya.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan pedoman semi-terstruktur, observasi di lapangan, serta pengumpulan dokumen pendukung untuk memperkuat temuan. Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi tahap reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Untuk menjamin validitas data, penelitian menerapkan triangulasi sumber, memperpanjang keterlibatan peneliti di lapangan, serta melakukan diskusi dengan sejawat. Karena penelitian ini melibatkan partisipan manusia, proses penelitian telah mendapatkan persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Kaltim dengan nomor Ethical Clearance: DP.04.03/F.XLII.25/0062/2025.

HASIL

Berikut deskripsi informan penelitian dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 1. Deskripsi Informan Penelitian

No.	Informan	Jenis Kelamin	Umur	Keterangan
1.	IK.U	Perempuan	47Thn	Pemilik Warung
2.	IU.1	Laki-Laki	17Thn	Remaja Merokok
3.	IU.2	Laki-Laki	17Thn	Remaja Merokok
4.	IU.3	Laki-Laki	17Thn	Remaja Merokok
5.	IU.4	Laki-Laki	18Thn	Remaja Merokok
6.	IU.5	Laki-Laki	18Thn	Remaja Merokok
7.	IP	Laki-Laki	18Thn	Teman Sebaya

Sumber: Data Primer, 2025

Penelitian ini melibatkan tujuh informan, yang terdiri atas satu informan kunci yaitu pemilik warung, lima informan utama yakni remaja perokok, serta satu informan pendukung yang berasal dari teman sebaya remaja perokok. Rentang usia informan berkisar antara 17 hingga 47 tahun. Dari keseluruhan informan, tiga orang berusia 17 tahun, tiga orang lainnya berusia 18 tahun, dan satu orang berusia 47 tahun. Lokasi penelitian berada di Perumahan Daksa, Kelurahan Lok Bahu, Samarinda, yang juga menjadi tempat berkumpulnya para informan. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari hingga Maret 2025, dengan tujuan menggali lebih dalam fenomena perilaku merokok pada remaja melalui pendekatan studi kasus fenomenologi.

1. Sikap

Sikap individu terhadap suatu tindakan dapat terbentuk melalui berbagai faktor. Dalam *Theory of Planned Behavior* (TPB), terdapat sejumlah determinan sikap yang dapat dimanfaatkan untuk merumuskan strategi tertentu. TPB menegaskan bahwa sikap seseorang terhadap suatu perilaku muncul dari perpaduan antara keyakinan individu mengenai konsekuensi perilaku tersebut dengan tingkat kekuatan keyakinan yang dimilikinya.

Hasil wawancara mendalam menunjukkan bahwa para informan memiliki sikap yang beragam terhadap perilaku merokok. Berikut disajikan beberapa kutipan wawancara yang menggambarkan sikap mereka terkait perilaku merokok:

- 1) Bagaimana pendapat kamu tentang bahaya merokok dan zat-zat yang ada di dalam rokok?

"Menurut saya sangat berbahaya karena mengandung zat berbahaya seperti tar, nikotin" (IU.1, 17 Tahun, Remaja Merokok)

"sangat berbahaya bisa kecanduan karena nikotinnya" (IU.3, 17 Tahun, Remaja Merokok)

- 2) Menurut kamu manfaat merokok bagi diri kamu itu seperti apa?

"buat saya sendiri itu bisa menenangkan pikiran" (IU.4, 17 Tahun, Remaja Merokok)

"bagi saya tidak ada manfaatnya, cuman kaya merokok itu kemauan sendiri, kalau manfaat tidak tau juga apa manfaatnya" (IU.2, 17 Tahun, Remaja Merokok)

- 3) Bagaimana pendapat kamu tentang remaja yang merokok?

"sebenarnya tidak baik kalau kita bilang, remaja sekarang sudah merokok, apalagi masih muda" (IU.1, 17 Tahun, Remaja Merokok)

"menurut saya wajar saja karena mereka banyak pikiran atau bisa saja mereka tidak ada tempat cerita jadi mereka merokok" (IU.3, 17 Tahun, Remaja Merokok)

- 4) Apakah merokok menambah kepercayaan diri kamu?

"kadang bisa karena seperti yang saya bilang rokok itu kadang menenangkan dan juga bisa membuat lebih percaya diri" (IU.1, 17 Tahun, Remaja Merokok)

"bisa menambah kepercayaan diri saya" (IU.3, 17 Tahun, Remaja Merokok)

- 5) Bagaimana misalkan kamu mulai berhenti merokok?

"punya keinginan tapi susah" (IU.5, 18 Tahun, Reemaja Merokok)

"berhenti jika ada pertandingan" (IU.4, 18 Tahun, Remaja Merokok)

2. Norma Subjektif

Norma subjektif yang dimiliki seseorang terhadap suatu perilaku dapat terbentuk melalui berbagai faktor. Dalam *Theory of Planned Behavior* (TPB), norma subjektif dipengaruhi oleh sejumlah komponen yang dapat dijadikan dasar dalam merancang strategi tertentu. Menurut TPB, norma subjektif muncul dari

gabungan keyakinan normatif, yakni anggapan individu mengenai harapan dari orang-orang yang dianggap penting, dengan motivasi individu untuk menyesuaikan diri terhadap pandangan tersebut. Pengukuran keyakinan normatif ini biasanya dilakukan melalui instrumen kuesioner.

Dari hasil wawancara mendalam diperoleh gambaran bahwa norma subjektif para informan menunjukkan variasi yang cukup beragam. Berikut disajikan kutipan wawancara yang berkaitan dengan norma subjektif terhadap perilaku merokok:

- 1) Apakah diantara keluarga/pasangan/teman?

"keluarga dan teman" (IU.5, 18 Tahun, Remaja Merokok)

"keluarga dari pihak ayah" (IU.2, 17 Tahun, Remaja Merokok)

- 2) Bagaimana pendapat keluarga/pasangan/teman?

"awal ditegur, karena orang tua sudah lelah memberi tau jadi di biarkan saja" (IU.1, 17 Tahun, Remaja Merokok)

"mereka hanya bilang jangan berlebihan" (IU.3, 17 Tahun, Remaja Merokok)

- 3) Apa yang membuat kamu tertarik untuk merokok?

"karena melihat keluarga dan penasaran sama rasanya" (IU.4, 18 Tahun, Remaja Merokok)

"awalnya penasaran ingin tau rasanya dan melihat teman merokok" (IU.2, 17 Tahun, Remaja Merokok)

3. Persepsi Kontrol Perilaku

Kontrol perilaku yang dirasakan individu terhadap suatu tindakan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Dalam *Theory of Planned Behavior* (TPB), kontrol perilaku dipandang sebagai salah satu determinan penting yang berfungsi dalam merancang strategi tertentu. TPB menjelaskan bahwa persepsi kontrol perilaku terbentuk melalui kombinasi antara keyakinan individu mengenai kemungkinan atau frekuensi munculnya faktor-faktor kontrol, serta sejauh mana faktor tersebut dianggap dapat menghambat atau mempermudah pelaksanaan suatu perilaku.

Hasil wawancara mendalam menunjukkan bahwa persepsi kontrol perilaku pada informan beragam. Berikut ditampilkan beberapa kutipan wawancara yang berkaitan dengan kontrol perilaku merokok:

- 1) Bagaimana keadaan sosial keluarga dan dari mana kamu mendapatkan uang untuk membeli rokok?
"dari uang jajan, kadang patungan sama teman"(IU.5, 18 Tahun, Remaja Merokok)
"dari hasil kerja"(IU.4, 18 Tahun, Remaja Merokok)
- 2) Apakah ada saat-saat tertentu yang menyebabkan konsumsi rokok kamu meningkat dari biasanya?
"ketika rumah kosong dan ketika nongkrong sama teman"(IU.1, 17 Tahun, Remaja Merokok)
"ketika lagi stres dan banyak pikiran"(IU.4, 18 Tahun, Remaja Merokok)
- 3) Bagaimana cara kamu menahan diri untuk tidak merokok?
"bermain bola atau berolahraga"(IU.3, 17 Tahun, Remaja Merokok)
"ketika ada pertandingan bola"(IU.5, 18 Tahun, Remaja Merokok)
- 4) Apakah pernah kamu menolak tawaran merokok dari teman?
"biasanya ketika bermain game atau makan permen"(IU.2, 17 Tahun, Remaja Merokok)
"tidak ada uang jajan, tidak merokok"(IU.1, 17 Tahun, Remaja Merokok)

PEMBAHASAN

1. Sikap Remaja terhadap Perilaku Merokok

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki sikap positif terhadap kebiasaan merokok. Aktivitas merokok tidak hanya dianggap menyenangkan, tetapi juga dipersepsikan sebagai sarana untuk meredakan pikiran, meningkatkan rasa percaya diri, serta menegaskan identitas kedewasaan dalam lingkungan pergaulan. Kondisi ini menggambarkan bahwa aspek sosial dan emosional dari merokok lebih dominan dibandingkan kesadaran mereka terhadap risiko kesehatan maupun beban ekonomi yang ditimbulkan.

Menurut *Theory of Planned Behavior*, sikap terbentuk dari keyakinan individu mengenai konsekuensi suatu perilaku dan evaluasi terhadap konsekuensi tersebut. Ketika remaja menilai bahwa merokok memberikan keuntungan sosial maupun emosional, maka akan terbentuk sikap yang mendukung perilaku tersebut (10). Hal ini menjelaskan mengapa

pengetahuan mengenai bahaya merokok belum cukup kuat untuk mendorong perubahan sikap ataupun menumbuhkan niat berhenti merokok.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Fithria et al. (2021) yang menemukan bahwa remaja di Indonesia memandang merokok sebagai bagian dari kebiasaan sosial, meskipun diiringi perasaan ambivalen. Kebiasaan tersebut tetap dipertahankan karena adanya pengaruh teman sebaya, keinginan meniru orang tua yang merokok, serta dorongan untuk menampilkan maskulinitas maupun rasa ingin tahu (11). Dengan demikian, sikap positif terhadap merokok tidak hanya dipicu oleh kurangnya informasi kesehatan, tetapi juga diperkuat oleh faktor psikososial.

Selain itu, penelitian Pinem & Maulia (2023) melaporkan bahwa siswa merokok karena menganggap rokok sebagai simbol kepercayaan diri dan representasi gaya hidup modern, terutama pada remaja laki-laki (12). Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian saat ini, di mana rokok diposisikan sebagai penanda identitas sosial sekaligus sarana untuk mendapatkan penerimaan dalam kelompok sebaya.

Implikasi dari hasil ini adalah bahwa strategi promosi kesehatan tidak dapat hanya mengandalkan pemberian informasi terkait bahaya merokok. Upaya pencegahan perlu dirancang dengan memperhatikan faktor psikologis dan sosial yang memengaruhi sikap remaja. Program intervensi dapat diarahkan pada pembentukan identitas positif tanpa rokok, menghadirkan figur teladan yang sehat, serta menyediakan alternatif kegiatan yang mampu memenuhi kebutuhan emosional dan sosial remaja sehingga lebih efektif dalam membangun sikap negatif terhadap merokok.

2. Norma Subjektif terhadap Perilaku Merokok

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa norma subjektif yang mendorong perilaku merokok pada remaja sebagian besar bersumber dari lingkungan sosial terdekat, khususnya teman sebaya dan keluarga. Mayoritas informan mengaku mulai merokok karena ajakan teman, dan kebiasaan tersebut terus berlanjut lantaran hampir seluruh anggota kelompok pertemanan mereka juga memiliki perilaku serupa. Kondisi ini menegaskan bahwa kelompok sebaya menjadi agen sosialisasi

utama yang membentuk persepsi remaja bahwa merokok adalah sesuatu yang wajar dan dapat diterima secara sosial.

Selain itu, sikap permisif dari keluarga juga memperkuat norma yang mendukung perilaku merokok. Beberapa informan menyebutkan bahwa orang tua mereka merupakan perokok aktif, bahkan ada yang mengetahui anaknya merokok namun tidak memberikan larangan tegas, asalkan tidak dilakukan di dalam rumah. Situasi ini menggambarkan lemahnya kontrol sosial dari keluarga, sehingga norma yang terbentuk tidak mendorong perilaku sehat, melainkan justru menormalisasi kebiasaan merokok.

Menurut *Theory of Planned Behavior*, norma subjektif adalah persepsi individu mengenai tekanan sosial untuk melakukan atau menghindari suatu perilaku (10). Jika lingkungan sosial cenderung permisif, maka perilaku merokok dipandang sebagai sesuatu yang normal, bahkan dianggap sebagai bagian dari interaksi sosial yang diharapkan. Hal ini menjelaskan mengapa pengetahuan remaja tentang bahaya rokok tidak cukup kuat untuk mengurangi perilaku tersebut, karena pengaruh sosial lebih dominan dalam membentuk niat merokok.

Temuan ini selaras dengan penelitian Tristanto et al. (2022) yang mengungkapkan bahwa norma sosial yang terbentuk dalam kelompok sebaya sangat berperan dalam memengaruhi keputusan remaja untuk merokok, bahkan dalam beberapa kasus lebih kuat daripada pengaruh keluarga maupun sekolah (8). Norma kelompok teman sebaya berfungsi sebagai pendorong yang mempertahankan keterikatan remaja pada rokok, terutama karena adanya kebutuhan untuk diterima dan tidak tersisih dari lingkungannya.

Penelitian di tingkat internasional juga memperkuat hasil ini. McClure-Thomas et al. (2022) menemukan bahwa dukungan teman sebaya dan pola hubungan dengan orang tua sangat berkaitan dengan kebiasaan merokok remaja di Asia Tenggara (13). Remaja yang memiliki teman sebaya perokok lebih cenderung ikut merokok, sementara kurangnya larangan dari orang tua membuat perilaku tersebut semakin sulit dicegah. Dengan demikian, norma subjektif yang permisif dapat dipandang sebagai salah satu faktor utama yang mempertahankan tingginya angka merokok di kalangan usia muda.

Implikasi dari temuan ini adalah bahwa intervensi pencegahan merokok tidak cukup difokuskan pada individu, tetapi juga harus mencakup lingkungan sosialnya. Program kesehatan perlu mendorong terbentuknya norma kolektif anti-rokok melalui keterlibatan keluarga, sekolah, dan komunitas. Pemberdayaan teman sebaya sebagai agen perubahan positif, serta peningkatan peran orang tua dalam memberikan teladan dan batasan yang tegas, menjadi strategi penting untuk melemahkan norma permisif dan menggantinya dengan norma sosial yang lebih mendukung gaya hidup sehat.

3. Persepsi Kontrol Perilaku terhadap Merokok

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa remaja memiliki persepsi yang rendah terhadap kemampuan mereka dalam mengendalikan kebiasaan merokok. Sebagian besar informan menyatakan memiliki niat untuk berhenti atau setidaknya mengurangi intensitas merokok, namun merasa kesulitan merealisasikannya. Kebiasaan tersebut sudah dianggap melekat pada diri mereka, terutama karena aktivitas merokok hampir selalu dikaitkan dengan momen kebersamaan bersama teman sebaya. Situasi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara niat dan perilaku nyata yang ditimbulkan oleh lemahnya persepsi kontrol diri.

Selain itu, informan tidak memiliki strategi khusus untuk menghentikan kebiasaan merokok maupun akses terhadap dukungan yang dapat membantu mereka berhenti. Kemudahan memperoleh rokok serta tidak adanya larangan dari lingkungan sekitar semakin memperburuk kondisi tersebut. Akibatnya, kemampuan pengendalian diri melemah, baik dari sisi internal (keyakinan akan kemampuan pribadi) maupun eksternal (dukungan sosial dan regulasi yang ada di lingkungan).

Berdasarkan *Theory of Planned Behavior* (10), *perceived behavioral control* adalah keyakinan individu mengenai kemudahan atau kesulitan dalam melaksanakan suatu perilaku. Apabila kontrol yang dirasakan rendah, maka niat untuk berubah sulit diwujudkan. Hal ini sejalan dengan kerangka TPB, bahwa meskipun remaja memiliki kesadaran akan dampak negatif rokok serta keinginan untuk berhenti, mereka tetap melanjutkan perilaku merokok karena merasa tidak cukup mampu atau tidak mendapatkan dukungan yang diperlukan.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian Humaira et al. (2024) yang menemukan bahwa remaja dengan keterbatasan dukungan sosial maupun kemampuan coping lebih cenderung gagal menghentikan kebiasaan merokok meskipun memiliki niat (14). Dukungan serupa datang dari penelitian McClure-Thomas et al. (2022) yang melaporkan bahwa rasa kesepian serta kurangnya peran orang tua dan teman dekat meningkatkan kecenderungan remaja Asia Tenggara untuk merokok (13). Sementara itu, studi Martins et al. (2023) pada siswa SMA di Timor-Leste menunjukkan bahwa lemahnya regulasi lingkungan dan minimnya kampanye berhenti merokok menjadi faktor penghambat utama dalam pengendalian perilaku (15). Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya perceived behavioral control bukan hanya fenomena lokal, melainkan juga masalah yang dihadapi secara global, khususnya di negara berkembang.

Implikasi dari hasil ini adalah bahwa strategi pencegahan dan penghentian merokok pada remaja tidak dapat hanya mengandalkan penyampaian informasi mengenai bahaya rokok. Upaya intervensi harus diarahkan pada peningkatan kemampuan pengendalian diri melalui pelatihan keterampilan coping, konseling berbasis sebaya, serta penguatan kepercayaan diri untuk menolak ajakan merokok. Di samping itu, dukungan eksternal juga penting, baik melalui keterlibatan keluarga, pengawasan orang tua, pembatasan akses rokok di lingkungan remaja, maupun penerapan kebijakan publik yang lebih ketat. Dengan cara ini, persepsi kontrol terhadap perilaku dapat ditingkatkan sehingga peluang remaja untuk mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok menjadi lebih besar.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai perilaku merokok pada remaja di Perumahan Daksa Lok Bahu Samarinda, dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok dipengaruhi oleh tiga aspek utama dalam *Theory of Planned Behavior* (TPB). Sikap remaja terhadap rokok masih dominan positif karena dianggap memberi ketenangan, meningkatkan rasa percaya diri, serta menjadi simbol kedewasaan, meskipun mereka menyadari risiko kesehatan yang ditimbulkan. Norma subjektif yang terbentuk dari pengaruh teman sebaya dan keluarga cenderung permisif sehingga memperkuat

kebiasaan merokok sebagai perilaku yang dianggap wajar dalam lingkungan sosial. Sementara itu, persepsi pengendalian perilaku relatif rendah, di mana remaja merasa sulit untuk berhenti akibat kebiasaan yang sudah melekat, tekanan lingkungan, serta minimnya dukungan maupun strategi untuk mengurangi konsumsi rokok. Dengan demikian, perilaku merokok pada remaja merupakan hasil interaksi faktor psikologis, sosial, dan lingkungan yang saling menguatkan, sehingga upaya pencegahan tidak cukup hanya dengan penyampaian informasi kesehatan, melainkan membutuhkan pendekatan yang lebih menyeluruh.

Sejalan dengan temuan tersebut, diperlukan langkah strategis untuk menekan perilaku merokok pada remaja. Remaja diharapkan mampu menyadari bahwa merokok bukanlah bentuk ekspresi positif dan mulai berupaya mengurangi konsumsi rokok dengan mencari dukungan dari keluarga maupun teman sebaya yang tidak merokok, serta menggantinya dengan aktivitas yang sehat dan produktif. Institusi pendidikan memiliki peran penting dalam memperkuat edukasi kesehatan melalui metode partisipatif dan penyediaan layanan konseling yang membantu siswa mengatasi tekanan psikososial tanpa harus bergantung pada rokok, dengan melibatkan peran guru dan orang tua secara sinergis. Selain itu, puskesmas dan tenaga kesehatan perlu meningkatkan program penyuluhan serta pendampingan remaja baik di sekolah maupun masyarakat, sehingga dapat membentuk norma sosial baru yang lebih sehat dan mendukung pengendalian perilaku merokok di kalangan remaja.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada para informan dan Puskesmas yang telah memberikan dukungan dalam proses penelitian ini. Penghargaan juga disampaikan kepada dosen pembimbing atas arahan yang berharga, serta keluarga dan rekan-rekan yang senantiasa memberikan dukungan moral hingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

KONTRIBUSI PENULIS

AS: bertanggung jawab dalam penulisan naskah, pelaksanaan penelitian, analisis data, penyusunan hasil, serta pembuatan pembahasan. NAC: berperan dalam meninjau

dan mereview hasil penelitian. B: turut serta dalam proses peninjauan dan review hasil penelitian.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa tidak terdapat konflik kepentingan dalam penyusunan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Hartono R. Perilaku Siswa yang Merokok dalam Lingkungan Sekolah di Kecamatan Tanete Riaja Kabupaten Barru. *Hum J Soc Humanit Sci*. 2023;1:49–56.
- Kurniawan B, Ayu MS. Analisis Pengetahuan dengan Perilaku Merokok pada Remaja. *JUMANTIK*. 2023;8(2).
- Kemkes RI. kemenkes.go.id. 2024. Perokok Aktif di Indonesia Tembus Juta Orang, Mayoritas Anak Muda. Available from: <https://www.kemkes.go.id/id/rilis-kesehatan/perokok-aktif-di-indonesia-tembus-70-juta-orang-mayoritas-anak-muda>
- BPS Kaltim. kaltim.bps.go.id. 2023. Persentase Penduduk Usia 15 Tahun ke Atas yang Merokok dalam Sebulan Terakhir Menurut Kabupaten/Kota dan Kelompok Umur di Provinsi Kalimantan Timur 2023. Available from: <https://kaltim.bps.go.id/id/statistics-table/3/ZGxsdU15dEtNWEpNYmpCSUsyVkd aRnBpVkv0dVFUMDkjMw==/persentase-penduduk-usia-15-tahun-ke-atas-yang-merokok-dalam-sebulan-terakhir-menurut-kabupaten-kota-dan-kelompok-umur-di-provinsi-kalimantan-timur--2022.html?>
- Dinas Kesehatan Kota Samarinda. Deteksi Dini Merokok Periode 2023. Samarinda; 2023.
- Humaira NAS, Utami R, Prabowo YD, Alrefi. Studi Kasus Remaja Laki-Laki yang Merokok di Sekolah Menengah Pertama. *J Edu Res Indones Inst Corp Learn Stud* [Internet]. 2024;5(3):126–35. Available from: <http://search.jamas.or.jp/link/ui/2014143423>
- Rosidah AJ, Hazanah S, Chifdillah NA. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa SMA Negeri 4 Samarinda. *J Kesehat Tambusai*. 2024;5.
- Tristanto TY, Surbakti SH, Damayanti D. Hubungan antara pengaruh teman sebaya dan perilaku merokok remaja di Kota Samarinda. *J Kesehat Lingkung Indones*. 2022;21(3):112–20.
- Qanitha AD, Winata SC, Emy H, Zahra A, Alrefi, Akbari. Konsep Diri Perokok Studi Kasus Pada Mahasiswa X Di Sumatra Selatan. *J Ilm Penelit Mhs*. 2024;2(6):49–56.
- Ajzen I. The Theory of Planned Behavior. *Organ Behav Hum Decis Process*. 1991;50(2):179–211.
- Fithria F, Adlim M, Jannah SR, Tahlil T. Indonesian Adolescents Perspectives on Smoking Habits: a Qualitative Study. *BMC Public Health*. 2021;21(1):1–8.
- Pinem E, Maulia S. Studi Kasus Merokok di Lingkungan Sekolah Yang Bertentangan Dengan Misi di SMP Negeri 16 Kota Jambi. *J Lentera Kaji Multidisiplin Ilmu*. 2023;2(1):71–7.
- McClure-Thomas C, Lim C, Sebayang S, Fausiah F, Gouda H, Leung J. Perceived Loneliness, Peer, and Parental Relationship With Smoking: A Cross-Sectional Analysis of Adolescents Across South-East Asia. *Asia Pacific J Public Heal* [Internet]. 2022 Nov 25;34(8):770–7. Available from: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/10105395221115220>
- Humaira R, Wulandari F, Ramadhani D. Persepsi Remaja terhadap Kontrol Perilaku Merokok dan Strategi Berhenti Merokok di Kalangan Pelajar SMA. *J Kesehat Masy Andalas*. 2024;19(1):23–31.
- Martins JS, McAllister S, da Conceição Matos L, Pereira N, dos Santos FBA, Edwards R. Smoking Among High School Students in Dili, Timor-Leste: Prevalence, Potential Determinants and Opportunities for Prevention and Control. *Asia Pacific J Public Heal* [Internet]. 2023 Jul 6;35(5):342–50. Available from: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/10105395231173743>