

## Keinginan Berhenti Merokok pada Pelajar Perokok di SMK Swasta Kota Semarang

Evani Ida Sumondang Napitupulu<sup>1\*</sup>, Bagoes Widjanarko<sup>1</sup>, Besar Tirto Husodo<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro, Semarang

\*Corresponding author: [napitupuluevani@gmail.com](mailto:napitupuluevani@gmail.com)

Info Artikel : Diterima 10 September 2019 ; Disetujui 4 Mei 2020 ; Publikasi 1 Juni 2020

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Merokok merupakan salah satu kebiasaan buruk yang selalu melekat di kalangan remaja. Usia remaja adalah usia inisiasi para perokok. Berhenti merokok merupakan suatu proses, yang dimulai dengan pembentukan niat dalam diri individu. Sebagai kunci dari keberhasilan program berhenti merokok yaitu adanya niat yang kuat dari perokok untuk berhenti merokok. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi intensi berhenti merokok pada remaja khususnya pada siswa SMK.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dipilih menggunakan total populasi yang didapat melalui angket dengan kriteria inklusi adalah siswa laki-laki perokok aktif di SMK X Kota Semarang yang berjumlah 72 siswa. Penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square.

**Hasil:** Sebagian besar responden memiliki niat untuk berhenti merokok sebesar 60,0%. Variabel yang berhubungan dengan intensi berhenti merokok antara lain: sikap responden ( $p$ -value 0,002), norma Subjektif ( $p$ -value 0,000), persepsi kontrol perilaku ( $p$ -value 0,000).

**Simpulan:** Pemberian edukasi atau layanan berhenti merokok bagi siswa perokok diperlukan sebagai bentuk wadah untuk membantu siswa dalam berhenti merokok wujud mengurangi jumlah perokok di kalangan remaja.

**Kata kunci:** intensi, merokok, remaja, berhenti merokok

### ABSTRACT

**Title:** *Smoking Cessation Intention among Vocational Student Smoker Teenagers in Semarang City*

**Background:** *Smoking is a bad habit that is always inherent among teenagers. Teenagers is the age of initiation of smokers. Stop smoking is a form of process, which starts with the formation of an intention in an individual. The main key to the success of the smoking cessation program is the intention of smokers to stop smoking. The purpose of this study to determine the factors that can affect the intention to stop smoking in adolescents, especially in vocational students.*

**Method:** *This research is a quantitative research with cross sectional approach. The sample was selected using the total population obtained through questionnaires with inclusion criteria were male active smokers in Vocational High School X Semarang, amounting to 72 students. The analytical data was conducted univariate and bivariate analysis using Chi Square test.*

**Result:** *Most respondents had the intention to stop smoking by 60.0%. The variables related to smoking cessation intention are : Behavioral Belief ( $p$ -value 0,002), Subjective norms ( $p$ -value 0,000), perceived of behavioral control ( $p$ -value 0,000).*

**Conclusion:** *Provision of smoking cessation education or services for students who smoke is needed to help students stop smoking.*

**Keywords:** *intention, smoking, adolescent, smoking cessation*

## PENDAHULUAN

Merokok masih menjadi salah satu kebiasaan buruk yang hingga saat ini terus mengalami peningkatan angka kematian. WHO (*World Health Organization*) mengungkapkan pada tahun 2015 lebih dari 1,1 miliar orang merokok dengan bahan utama tembakau dan sekitar 6 juta orang perokok aktif diseluruh dunia mengalami kematian setiap tahun dan sekitar 600 ribu orang perokok pasif yang juga diperkirakan meninggal akibat paparan asap rokok secara langsung. Melihat kejadian tersebut, diperkirakan pada tahun 2030 akan mencapai 10 juta kematian, diakibatkan oleh rokok.<sup>1</sup>

Berdasarkan tingkat dunia, Indonesia masih tetap menduduki negara ketiga dengan jumlah perokok aktif terbanyak di dunia (61,4 juta perokok), setelah China dan India. Pada tahun 2016 di tingkat ASEAN, Indonesia menempati urutan tertinggi prevalensi merokok bagi laki-laki yakni sebesar 67,4%. Berdasarkan riset Atlas Tobacco mengungkapkan, Indonesia menduduki peringkat tiga, yaitu negara dengan jumlah perokok tertinggi di dunia. Kenyataan tersebut diperparah dengan semakin muda usia perokok di Indonesia.<sup>2</sup>

Pada penelitian GATS (*Global Adults Tobacco Survey*) tahun 2015 perokok laki-laki di Indonesia menunjukkan angka sebesar 67% pada usia  $\geq 15$  tahun.<sup>(12)</sup> Namun hasil *Global Youth Tobacco Survey* (GYTS) tahun 2014 menyatakan 20,3% remaja usia 13-15 tahun menggunakan produk tembakau dan sebanyak 19,4% adalah perokok. Bahkan 8,8% terindikasi rentan untuk mulai merokok di masa mendatang. WHO (2018) menyebutkan bahwa tembakau membunuh 225.720 jiwa per tahun, yang pada umumnya meninggal dikarenakan penyakit kardiovaskular (65%). Merokok menyebabkan 71% kematian yang disebabkan oleh kanker paru-paru, 42% kematian pada saluran pernafasan kronik, dan 10% akibat penyakit jantung dan pembuluh darah.<sup>3</sup>

Tercatat pada hasil Riskesdas 2018 bahwa prevalensi perokok di Indonesia menurun menjadi 28,8% dibanding Riskesdas 2013. Namun rata-rata proporsi konsumsi tembakau (hisap dan kunyah) laki-laki dan perempuan kelompok usia 15 tahun ke atas meningkat menjadi 33,8% dibanding Riskesdas tahun 2016 (32,8%). Selain itu prevalensi merokok pada kelompok usia 10-18 tahun mencapai 9,1% sedangkan target Renstra Kemenkes tahun 2019 dapat menurunkan prevalensi perokok remaja usia  $\leq 18$  tahun hanya sebesar 5,4% walaupun proporsi perokok perempuan lebih rendah (4,8%) dibanding laki-laki (62,9%) namun terjadi peningkatan proporsi hampir 2 kali lipat dibanding data Riskesdas 2016 (2,5%).<sup>4</sup>

Di Kota Semarang sendiri terdapat jumlah perokok sebesar 17,8% dengan rata-rata yang dihisap 10 batang per hari. Pada umur pertama kali merokok merokok antara 10-14 tahun sebesar 18% sedangkan pada umur 15-19 tahun sebesar 53,9%. Meningkatnya jumlah perokok sebanding dengan

banyaknya batang rokok yang dihisap setiap tahunnya. Kini rokok menjadi salah satu ancaman terbesar dalam pembangunan terlebih kini rokok mengancam usia remaja. Oleh karena itu, perilaku merokok pada perokok remaja perlu dicegah lebih dini dan dihentikan.<sup>5</sup>

Hasil Survei *Factsheet Global Youth Tobacco Survey* (GYTS) tahun 2014 di Indonesia memaparkan 4 dari 5 orang perokok memiliki keinginan untuk berhenti merokok. Di antara perokok saat ini 81,8% mengaku bahwa mereka pernah mencoba berhenti merokok dalam 12 bulan terakhir. Mereka yang ingin berhenti merokok terdiri dari 88,2%, tetapi hanya 24,0% yang pernah menerima bantuan / saran dari program atau profesional untuk berhenti merokok.<sup>1</sup> Berhenti dari kebiasaan merokok bukan suatu usaha yang mudah terutama bagi seorang perokok. Berhenti merokok merupakan suatu bentuk proses, yang dimulai dengan pembentukan niat dalam diri individu, hingga mempertahankan masa bebas rokok secara jangka panjang. Kunci utama keberhasilan program berhenti merokok adalah keinginan dan motivasi yang kuat dari perokok untuk berhenti merokok. Penelitian telah banyak dilakukan namun hanya terpecah menjelaskan perilaku merokok pada remaja, namun pembahasan tentang bagaimana perokok menghentikan perilakunya belum dilakukan pengkajian secara lebih dalam.

Untuk mewujudkan perubahan perilaku terhadap berhenti merokok pada siswa perokok di SMK, perlu diketahui terlebih dahulu apakah dalam diri seseorang ada niat yang positif untuk berubah atau tidak. Semua perilaku diawali oleh niat, termasuk perilaku merokok. Berdasarkan *Theory Planned Behavior* (TPB), menyatakan bahwa niat dan perilaku dipengaruhi oleh 3 determinan yaitu sikap dimana adanya penilaian terhadap sesuatu yang menguntungkan dan tidak menguntungkan. Kedua norma subjektif yaitu tekanan sosial yang dirasakan untuk melakukan dan tidak melakukan tindakan dan ketiga adalah persepsi kontrol diri yaitu persepsi kemudahan dan kesulitan dalam melakukan sesuatu.<sup>6</sup>

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi intensi berhenti merokok pada siswa perokok di SMK X Kota Semarang. Sehingga diharapkan dengan adanya keinginan atau niat untuk berhenti merokok pada siswa perokok dapat mendorong perokok untuk berhenti merokok dengan pendekatan perilaku.

## MATERI DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan kuantitatif. Metode dalam pengumpulan data, menggunakan cross sectional study. Sampel dalam penelitian ini menggunakan total populasi yaitu siswa laki-laki perokok aktif kelas X dan kelas XI yang berjumlah 72 siswa. Hal ini dilatarbelakangi karena siswa XII sudah tidak ada lagi di lingkungan sekolah

dikarenakan sudah selesai UN dan selain itu SMK ini hanya terdiri atas siswa laki-laki sehingga menjadi alasan sasaran subjek dalam penelitian ini. Pengambilan sampel dilakukan dengan membagikan angket kepada 299 siswa laki-laki dan didapatkan 72 siswa yang masuk ke dalam kategori perokok aktif dengan kriteria inklusi:

1. Siswa laki-laki perokok aktif yang mengonsumsi rokok lebih dari 6 bulan dan sedang menempuh pendidikan di SMK X kota Semarang.
2. Dapat menjawab semua pertanyaan yang diberikan.
3. Bertempat tinggal di Kota Semarang.

Pengumpulan data menggunakan wawancara secara langsung kepada responden untuk mengukur variabel bebas yaitu sikap, norma subjektif dan persepsi kontrol perilaku dan variabel terikat yaitu intensi atau niat berhenti merokok. Analisis data terdiri dari analisis univariat untuk mengetahui sebaran data dengan menggunakan distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan Chi square dengan derajat kepercayaan 95%. Penelitian yang dilakukan telah divalidasi dengan ethical clearance dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Nomor: 284/EA/KEPK-FKM/2019.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Intensi Berhenti Merokok

Intensi menurut Ajzen merupakan suatu indikasi seberapa kuat keyakinan seseorang akan mencoba suatu perilaku, dan seberapa besar usaha yang akan digunakan untuk melakukan sebuah perilaku. Sehingga, untuk dapat mengetahui dan memprediksi bagaimana kecenderungan individu untuk melakukan suatu hal, maka salah satunya dengan melihat intensinya.<sup>6</sup> Intensi merupakan prediktor utama terjadinya perilaku. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Indrawati dkk, menyatakan bahwa keberhasilan merokok ditentukan oleh besarnya intensi untuk berhenti. Niat individu untuk dapat berhenti merokok dapat disebut dengan intensi berhenti merokok. Dengan adanya niat untuk berhenti merokok, akan membuat individu semakin yakin untuk menghentikan perilaku merokoknya.<sup>7</sup>

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan siswa perokok di SMK X Kota Semarang, menunjukkan bahwa sebagian besar responden atau sebesar 60% responden memiliki niat atau keinginan untuk berhenti merokok. Dalam penelitian ini, pengukuran intensi berhenti merokok dilihat menggunakan tahapan dalam *Transtheoretical Model* atau *The Stage of Change Model*, yaitu tahap *precontemplation*, *contemplation*, *preparation*, dan *action*. Teori ini merupakan teori yang biasanya digunakan untuk mengukur perubahan perilaku menuju ke perilaku positif seperti bagaimana seseorang berniat untuk berhenti merokok.<sup>8</sup>

Berdasarkan hasil penelitian, pada tahap *precontemplation* atau tahapan dimana responden tidak memiliki niat untuk berhenti merokok kurang dari 6 bulan, terlihat bahwa responden tidak setuju bahwa berhenti merokok baik bagi kesehatan dan sebesar 8,6% responden tidak setuju bahwa berhenti merokok dapat mencegah terjadinya penyakit akibat rokok, serta stress menghalangi responden untuk memiliki niat untuk berhenti merokok (41,4%). Berdasarkan tahap *contemplation*, yaitu tahap dimana responden mulai mempertimbangkan dan berfikir secara mendalam untuk mulai berhenti merokok. Didapatkan sebesar 87,1% responden mulai mempertimbangkan untuk berhenti merokok ketika responden sakit, oleh karena itu responden mulai terfikir untuk berhenti merokok sebanyak 75,7%. Responden pada tahap *preparation*, yaitu tahapan dimana sudah melakukan tindakan persiapan berhenti merokok seperti mulai mencari informasi mengenai penyakit akibat rokok (68,6%), menghindari tempat yang biasa di tempati untuk merokok (54,3%). Pada tahap *action*, yaitu tahapan dimana seseorang sudah mulai untuk membuat modifikasi terbuka dalam hal berhenti merokok. Hasil dilapangan menunjukkan bahwa belum ada ditemukan responden yang sudah mulai berhenti merokok. Namun sudah ada perilaku untuk persiapan berhenti merokok seperti mengurangi konsumsi jumlah rokok per hari 45,7%, dan mulai bergaul dengan teman yang tidak merokok sebesar 47,1%.

*Theory of Planned Behavior* yang menyatakan bahwa penentu terpenting perilaku seseorang adalah intensi untuk berperilaku. Intensi individu untuk menampilkan suatu perilaku adalah kombinasi dari sikap untuk menampilkan perilaku tersebut dan norma subjektif. Intensi terbentuk dari *attitude toward behavior* (sikap terhadap perilaku), *subjective norms* (norma subjektif), dan *perceived behavioral control* (persepsi kontrol perilaku). Dimana ketiga komponen tersebut berinteraksi dan menjadi determinan bagi intensi yang akan muncul sebagai suatu perilaku.<sup>9</sup>

### Sikap Responden

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa sikap merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dalam niat berhenti merokok. Ajzen mengatakan sikap merupakan suatu disposisi secara positif atau negatif suatu perilaku. Sikap terhadap perilaku di tentukan oleh *belief* tentang konsekuensi dari sebuah perilaku, yang disebut *behavioral belief*.<sup>9</sup>

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa sikap merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dalam niat berhenti merokok. Ajzen mengatakan sikap merupakan suatu disposisi secara positif atau negatif suatu perilaku. Sikap terhadap perilaku di tentukan oleh *belief* tentang konsekuensi dari sebuah perilaku, yang disebut *behavioral belief*. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap yang mendukung terhadap upaya berhenti merokok (58,6%). Berdasarkan data sebanyak 92,9% responden setuju bahwa merokok memberikan dampak buruk bagi kesehatan, dan sebanyak 85,7% responden merasa bahwa kesehatan tubuh mereka akan lebih baik jika tidak merokok. Selain itu sebanyak 78,6% responden merasa bahwa merokok membuat responden semakin boros. Sehingga hal tersebut menjadikan responden mendukung upaya berhenti merokok.

Dalam hasil analisis tabel silang dapat diketahui bahwa responden dengan sikap yang mendukung terhadap berhenti merokok akan memiliki intensi untuk berhenti merokok (75,6%) lebih besar dibandingkan responden dengan sikap yang mendukung namun tidak berniat untuk berhenti merokok (24,4%). Sedangkan responden dengan sikap yang tidak mendukung untuk berhenti merokok juga tidak memiliki niat untuk berhenti merokok (62,1%) lebih besar dibandingkan responden dengan sikap yang tidak mendukung namun berniat berhenti merokok sebesar (37,9%). Berdasarkan hasil uji *Chi Square Test*, didapatkan *p-value* sebesar 0,002 lebih kecil sama dengan 0,05 sehingga  $H_0$  ditolak yang berarti terdapat adanya hubungan antara sikap dengan intensi berhenti merokok pada siswa perokok di SMK X Kota Semarang. Berdasarkan *Theory of Planned Behavior* bahwa 3 faktor utama yang mempengaruhi intensi seseorang dalam berperilaku, yaitu sikap terhadap perilaku. Sikap seseorang tergantung terhadap hasil suatu perilaku. Jika seseorang memiliki persepsi bahwa suatu perilaku akan memiliki hasil yang positif maka orang tersebut bersikap positif. Hal ini menjelaskan bahwa dalam penelitian ini, sikap merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap intensi atau niat responden untuk berhenti merokok.<sup>8</sup>

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Akmal pada tahun 2017 bahwa didapatkan *p-value* = 0,002 antara variabel sikap dengan niat berhenti merokok sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antar sikap terhadap niat berhenti merokok pada siswa SMA di Kota Bima. Penelitian ini menjelaskan bahwa sikap berperan besar dalam kehidupan, dimana sikap tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan karena adanya interaksi manusia.<sup>10</sup>

### Norma Subjektif

Menurut *Theory of Planned Behavior*, norma subjektif merupakan salah satu fungsi yang didasarkan oleh *beliefs* mengenai kesetujuan atau ketidaksetujuan tentang suatu perilaku yang berasal dari orang atau kelompok yang berpengaruh bagi individu. Norma subjektif dapat dikatakan sebagai persepsi individu tentang tekanan sosial untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku. Pada penelitian ini pengukuran norma subjektif

dilakukan dengan melihat peran norma subjektif dari orang tua, teman sebaya, guru, dan peraturan sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian, secara umum diketahui bahwa sebesar 55,7% responden memiliki norma subjektif yang mendukung terhadap niat berhenti merokok. Hal ini terlihat dari peran guru yang memiliki persentase tertinggi dimana guru responden selalu memberikan nasihat untuk hidup sehat tanpa merokok (97,1%) dan mendukung responden jika responden berhenti merokok (90%). Berdasarkan hasil analisis bivariat dapat diketahui bahwa responden dengan peran norma subjektif yang mendukung terhadap berhenti merokok memiliki intensi untuk berhenti merokok (79,5%) lebih besar dibandingkan responden dengan peran norma subjektif yang mendukung namun tidak berintensitas untuk berhenti merokok (20,5%).

Berdasarkan hasil uji *Chi Square Test*, didapatkan *p-value* sebesar 0,000 lebih kecil sama dengan 0,05 yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat adanya hubungan antara norma subjektif dengan intensi berhenti merokok pada siswa perokok di SMK X Kota Semarang. Penelitian ini sejalan dengan Istifaizah tahun 2017 'Hubungan antara Sikap, Norma Subjektif, Persepsi Dan *Self-Efficacy* dengan Intensi Berhenti Merokok Pada Remaja Putra Di SMK PGRI Sukodadi' yang menyatakan bahwa ternyata kepercayaan siswa terhadap pendapat orang-orang disekitarnya seperti orang tua, guru, dan teman sangat berpengaruh dalam mempengaruhi norma subjektif siswa.<sup>11</sup>

Penelitian ini sesuai dengan teori yang dikembangkan Ajzen bahwa norma subjektif ditentukan oleh kombinasi antara *normative belief* individu dan *motivation to comply*. Dimana semakin individu mempersepsikan *social referent* mereka mendukung mereka untuk melakukan suatu perilaku maka individu tersebut akan memunculkan suatu perilaku akibat tekanan sosial yang mereka rasakan. Hal ini sesuai dengan fakta dilapangan bahwa mayoritas orang tua responden mendukung responden untuk berhenti merokok, teman responden juga mendukung responden jika berhenti merokok, serta adanya dukungan dari sekolah yang melarang siswa merokok di lingkungan sekolah.<sup>9</sup>

### Persepsi Kontrol Perilaku

Ajzen menjelaskan *perceived behavioral control* sebagai fungsi yang didasarkan oleh *beliefs* yang disebut *control belief*, yaitu *beliefs* individu tentang ada atau tidak adanya faktor yang mendukung atau menghalangi individu untuk memunculkan sebuah perilaku. *Theory of Planned Behavior* didasarkan pada pengaruh motivasi terhadap perilaku yang tidak dibawah kendali diri sendiri. Artinya dalam berperilaku seseorang membutuhkan kontrol atas perilaku yang akan dilakukannya, misalnya ketersediaan sumber daya

dan kesempatan khususnya dalam niat berhenti merokok.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa, sebesar 52,9% responden memiliki persepsi kontrol perilaku yang kuat terhadap kemudahan dan kesulitan responden dalam berhenti merokok. Dimana sebesar 60% rasa bosan tidak menghalangi responden untuk berhenti merokok dan walaupun dianggap banci jika berhenti merokok, juga tidak menghalangi keinginan responden untuk berhenti merokok sebesar 62,9%. Dalam hasil analisis tabel silang dapat diketahui bahwa responden dengan persepsi kontrol perilaku yang kuat memiliki intensi untuk berhenti merokok lebih besar (81,1%) dibandingkan responden dengan persepsi kontrol perilaku yang kuat namun tidak berniat untuk berhenti merokok (18,9%).

Berdasarkan hasil uji *Chi Square Test*, didapatkan *p-value* sebesar 0,000 lebih kecil sama dengan 0,05 yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat adanya hubungan antara persepsi kontrol perilaku dengan intensi berhenti merokok pada siswa perokok di SMK X Kota Semarang.

Ajzen menjelaskan *perceived behavioral control* sebagai fungsi yang didasarkan oleh beliefs yang disebut control belief, yaitu beliefs individu tentang ada atau tidak adanya faktor yang mendukung atau menghalangi individu untuk memunculkan sebuah perilaku. *Theory of Planned Behavior* didasarkan pada pengaruh motivasi internal terhadap perilaku yang tidak dibawah kendali diri sendiri. Artinya dalam berperilaku seseorang membutuhkan kontrol atas perilaku yang akan dilakukannya, misalnya ketersediaan sumber daya dan kesempatan khususnya dalam niat berhenti merokok.<sup>13</sup>

Penelitian sejalan dengan yang dilakukan Indrawani yang berjudul 'Peran Sikap terhadap Peringatan bungkus rokok dan *Perceived Behavior Control*' yang menyebutkan bahwa ada hubungan positif antara persepsi kontrol perilaku dengan intensi berhenti merokok, dengan nilai *p-value* 0,024 dalam hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Persepsi kontrol perilaku merupakan prediktor positif terhadap niat berhenti merokok, artinya semakin positif persepsi kontrol perilaku maka semakin tinggi niat untuk berhenti merokok.<sup>7</sup>

## SIMPULAN

Dari 70 responden, 42 diantaranya memiliki niat atau keinginan untuk berhenti merokok sebesar 60%. Mayoritas responden termasuk kedalam kategori remaja tengah dimana usia responden < 17 tahun (45,7%), Responden dengan sikap mendukung untuk berhenti merokok sebesar (58,6%) dan sikap responden yang tidak mendukung untuk berhenti merokok sebesar (41,4%). Norma subjektif yang mendukung (55,7%) dan norma subjektif yang mengabaikan (44,3%). Persepsi kontrol perilaku yang lemah (47,1%) dan persepsi kontrol perilaku yang kuat (52,9%).

Peneliti menyarankan kepada pihak puskesmas selaku pusat pelayanan kesehatan dasar untuk memberikan edukasi atau penyuluhan yang efektif tentang bahaya merokok, manfaat berhenti merokok bagi kesehatan, serta tips untuk berhenti merokok kepada siswa di sekolah, sehingga siswa semakin memiliki intensi yang kuat untuk berhenti merokok. selain itu bagi SMK X di harapkan dapat memberikan pelatihan dan edukasi khususnya kepada guru BK terkait informasi bahaya rokok. Sehingga guru BK mampu memberikan bimbingan dan konseling bagi siswa khususnya siswa perokok yang ingin berhenti merokok.

## DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Global Youth Tobacco Survey (GYTS) Indonesia Report, 2014. 2014.
2. Southeast Asia Tobacco Control Alliance (SEATCA). *The ASEAN Tobacco Control Report*. Vietnam: 2015.
3. Kementerian Kesehatan RI. Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2013
4. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. 2018.
5. Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar Jawa Tengah. 2013.
6. Ajzen, I, Attitude, personality and Behavior (2<sup>nd</sup> edition. Berkshire, UK: Open University Press-McGraw Hill Education, 2005)
7. Indrawani, Mailani, dan Nilawati. 2014. Intensi Berhenti Merokok: Peran Sikap Terhadap Peringatan Pada Bungkus Rokok dan Perceived Behavioral Control. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, Vol. 9, No. 2, pp.65-73
8. Odgen, Jane. *Health Psychology: A Textbook Third Edition*. 2004.
9. Ajzen. *From Intentions to Actions: A Theory of Planned Behavior*. Berlin: Springer Berlin Heidelberg. 1985
10. Akmal, Dzul. Sikap Mempengaruhi Niat Berhenti Merokok Pada Remaja SMA di Kota Bima. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia* Vol.12/ No.1/ January 2017
11. Istifaizah, Nurul. Hubungan antara Sikap, Norma Subjektif, Persepsi Dan *Self-Efficacy* dengan Intensi Berhenti Merokok Pada Remaja Putra Di SMK PGRI Sukodadi. Surabaya. 2017
12. GATS Collaborative group. *The GATS Atlas (Global Adult Tobacco Survey)*. 2015
13. Ajzen, 1985, Armitage & coner, 2001; Bledsoe, 2006