



LITERATURE REVIEW: GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA MENGENAI BAHAYA MEROKOK

Atika Nurul Dwi Puteri¹, Sulastri², Violin Ananta Sonata³, Wahyudi⁴

Poltekkes Kemenkes Pontianak ^{1,2,3,4}

Email: uttylastri@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence is an important stage in physical, mental, and intellectual development, with an age range of 12–18 years according to WHO. Despite various health campaigns carried out by the government and health organizations, smoking habits among adolescents continue to show an increasing trend. Cigarette smoke has harmful effects on all age groups, from infants to the elderly, including health risks such as low birth weight, respiratory infections, heart disease, and hypertension. A study by Lentera Anak and U-Report UNICEF in 2022 found that the majority of passive smokers were reluctant to remind active smokers to stop, even though they were aware of the dangers. These findings highlight the importance of increasing awareness and interventions to reduce exposure to cigarette smoke and improve adolescent health. This study aims to assess the extent of adolescents' knowledge regarding the negative impacts of smoking. The method used is a literature review with a narrative approach, exploring research conducted in Indonesia that contains information on the "Description of Adolescent Knowledge about the Dangers of Smoking."

Keywords : Knowledge, Adolescents, Cigarettes

ABSTRAK

Masa remaja merupakan tahap penting dalam perkembangan fisik, mental, dan intelektual, dengan rentang usia 12-18 tahun sesuai WHO. Meskipun berbagai kampanye kesehatan telah dilakukan oleh pemerintah dan lembaga kesehatan, kebiasaan merokok di kalangan remaja justru menunjukkan kecenderungan meningkat. Asap rokok memberikan efek buruk bagi semua kelompok umur, mulai dari bayi hingga lansia, termasuk risiko masalah kesehatan seperti berat badan lahir rendah, infeksi saluran pernapasan, penyakit jantung, dan hipertensi. Studi oleh Lentera Anak dan U-Report UNICEF tahun 2022 menemukan bahwa mayoritas perokok pasif enggan mengingatkan perokok aktif untuk berhenti, meskipun mengetahui bahayanya. Temuan ini menggaris bawahi pentingnya peningkatan kesadaran dan intervensi guna mengurangi paparan asap rokok

serta memperbaiki kesehatan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menilai sejauh mana pengetahuan remaja mengenai dampak negatif merokok. Metode yang digunakan adalah tinjauan literature (literature review) dengan metode naratif yang mencoba menggali hasil penelitian di Indonesia yang memuat informasi mengenai "Gambaran Pengetahuan remaja tentang bahaya merokok"

Kata Kunci : Kata Kunci 1, Kata Kunci 2, Kata Kunci 3, dst

PENDAHULUAN

Masa Remaja adalah suatu rentan usia dimana individu mengalami masa transisi baik itu dari sikap, tingkah laku, perkembangan fisik dan mental menuju dewasa dan juga mengalami perkembangan pesat dari segi apek intelektual. Masa remaja atau masa peralihan dari usia anak-anak menuju usia dewasa juga disebut sebagai masa “mencari jati diri” karena remaja kebanyakan belum mampu menguasai, mengkondisikan, mengendalikan dan memfungsikan secara maksimal dari fisik dan psikisnya (Restudila *et al.*, 2021). Menurut Santrock (2003) dalam (Restudila *et al.*, 2021) usia remaja berada pada rentang 12-23 tahun. Berdasarkan batasan usia yang diberikan oleh para ahli bahwa mulainya masa remaja relatif sama yaitu pada usia 12-18 tahun. Klasifikasi umur berdasarkan World Health Organization (WHO) adalah 11-19 tahun.

Saat ini masalah yang sedang marak terjadi dan sulit untuk dihilangkan pada remaja salah satunya adalah merokok, sudah banyak program pemerintah dalam promosi kesehatan dan organisasi kesehatan yang mendukung untuk mengurangi jumlah perokok aktif. Sherly (2021) dalam (Khoirulloh & Siahaan, 2025) jumlah remaja perokok aktif terus meningkat. Rokok adalah menghisap gulungan tembakau yang berbalut daun nipah atau kertas yang dibakar lalu dimasukkan kedalam tubuh kemudian dihembuskan kembali keluar.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan jumlah perokok di Indonesia pada tahun 2025 sebanyak 75.547.204 jiwa, dan 5,3% merupakan remaja yang merokok dan 5,5% merupakan remaja yang merokok di kalimantan barat (masukkan sitasi) Simamora (2020) dalam (Ambarwati *et al.*, 2024) Bayi, anak-anak, remaja, dewasa, dan lansia dapat mengalami gangguan kesehatan akibat asap rokok. Saat ibu terpapar asap rokok, bayi yang dilahirkan memiliki risiko 1,128 kali lahir dengan berat badan lahir rendah (BBRL) dibandingkan ibu yang tidak terpapar asap rokok. Cemtauri (2023) dalam (Ambarwati *et al.*, 2024) Pada anak-anak akan menyebabkan anak menjadi rentan sakit seperti infeksi telinga, pneumonia, bronkitis, dan asma. Sudiarti (2023) dalam (Ambarwati *et al.*, 2024) Ketika remaja terpapar asap rokok, mereka memiliki risiko infeksi saluran pernapasan (ISPA). Anggraini & Hidajah dalam (Ambarwati *et al.*, 2024) Pada usia produktif atau dewasa, paparan asap rokok berat berisiko 11,78 kali mengalami Penyakit Jantung Koroner (PJK) dibandingkan orang yang terpapar

asap rokok sedang, 2018. Pada lansia yang berisiko tinggi terpapar asap rokok memiliki risiko 5,367 kali menderita hipertensi dibandingkan pada lansia yang berisiko rendah terpapar asap rokok.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lentera Anak dan U-Report United Nations Children's Fund pada tahun 2022 juga menunjukkan bahwa mayoritas perokok pasif (84,7%) tidak menegur langsung perokok untuk berhenti merokok, hal ini menunjukkan upaya perokok pasif cenderung negatif terhadap asap rokok. Meskipun mereka tahu rokok dan asap rokok berbahaya, mereka hanya bertindak dengan menutup hidung dan tetap diam (Yayasan Lentera Anak, 2023). Dengan demikian Penelitian ini bertujuan untuk menilai sejauh mana pengetahuan remaja mengenai dampak negatif merokok. Penelitian ini berharap remaja dapat menjadi penyebab perubahan dengan menolak rokok dan memotivasi teman sebaya untuk hidup sehat tanpa merokok, mengurangi risiko gangguan kesehatan seperti infeksi saluran pernapasan, penyakit jantung, dan masalah terkait asap rokok yang berbahaya. Harapan ini juga termasuk mendukung terciptanya lingkungan sekolah dan keluarga yang lebih kondusif untuk mencegah perilaku merokok di kalangan remaja

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan suatu tinjauan literature (literature review) dengan metode naratif yang mencoba menggali hasil penelitian di Indonesia yang memuat informasi mengenai "Gambaran Pengetahuan remaja tentang bahaya merokok". Metode ini menyajikan rangkuman dan analisis terhadap 4 jurnal pilihan yang relevan dengan topik. Literatur yang dikaji diperoleh dari Google Scholar. Proses pemilihan jurnal dilakukan dengan kata kunci 'Pengetahuan', 'Remaja' dan 'Merokok'. Proses pengumpulan jurnal dilakukan dengan menelusuri artikel jurnal di tahun 2020-2025 yang relevan dengan topik "Gambaran Pengetahuan Remaja tentang bahaya merokok". Seluruh jurnal tersebut yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu terbitan 5 tahun terakhir, full teks, berbahasa Indonesia dan membahas tentang pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok. Dan kemudian didapatkan 4 jurnal penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi. Hasil analisis ini kemudian digunakan untuk menarik kesimpulan mengenai gambaran pengetahuan remaja tentang bahaya merokok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Literature Review ini menjelaskan tentang gambaran pengetahuan remaja tentang bahaya merokok. Berdasarkan hasil kajian terhadap 4 jurnal penelitian, maka dapat ditampilkan dalam tabel ringkasan hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil penelusuran literatur mengenai Gambaran Pengetahuan Remaja tentang bahaya Merokok

No	Peneliti	Judul	Sampel	Frekuensi	Analisis Data	Hasil
1.	(Ambarwati, Floriberta Dewi; Vinsur, Elizabeth Yun; Yun; Syukkur, Achmad, 2024)	Hubungan Pengetahuan Perokok Pasif Tentang Dampak Asap Rokok dengan Upaya Pencegahan pada Remaja	96 responden (Purposive sampling)	Satu kali	Uji Korelasi Spearman	Terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan perokok pasif tentang dampak asap rokok dengan upaya pencegahan yang dilakukan remaja
2.	(Khoirulloh, Rahmat; Siahaan, Edita Revine)	Gambaran Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok pada Remaja di SMA Negeri 13 Bandar Lampung	68 Responden (Random Sampling)	Satu kali	Analisis deskriptif	Pengetahuan remaja tentang bahaya merokok cukup baik dan memberikan informasi penting tentang dampak negatifnya
3.	(Serly, Muzakkir, Faisal Asdar)	Gambaran Pengetahuan Siswa Tentang Bahaya Merokok di SMA Negeri 12 Makassar	36 siswa/I kelas XII IPS 1 Menggunakan total sampling	Satu kali	Analisa Univariat	Mayoritass siswa berpengetahuan Kurang
4.	(Grily F. Lokas, Maxi Moleong, Toar Jilly)	Tingkat Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Di kalangan Remaja Desa Simpel Kecamatan Kakaas Barat Kabupaten Minahasa	40 responden (Total Sampling)	Satu kali	Statistik deskriptif	Mayoritas remaja memiliki tingkat pengetahuan cukup tinggi

Pembahasan

1. Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Bahaya Merokok

Hasil telaah dari keempat jurnal menunjukkan adanya variasi tingkat pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok. Jurnal pertama oleh peneliti di Makassar menemukan bahwa lebih dari separuh siswa berada pada kategori pengetahuan kurang (55,6%), sementara sisanya berada pada kategori baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa pemahaman mengenai risiko merokok belum sepenuhnya merata di kalangan remaja, khususnya di lingkungan sekolah yang minim edukasi dan fasilitas promosi kesehatan.

Temuan ini berbeda dengan penelitian di Bandar Lampung yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki pengetahuan baik (67,6%) tentang bahaya merokok. Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh keberagaman sumber informasi yang tersedia di lingkungan sekolah, seperti program kesehatan rutin, paparan media informasi, serta dukungan guru dalam menyampaikan materi mengenai bahaya rokok.

Di sisi lain, penelitian di Desa Simbel menunjukkan bahwa 60% remaja berada pada kategori pengetahuan cukup tinggi, meskipun hanya sebagian kecil yang memiliki pengetahuan tinggi (12,5%). Faktor sosial dan budaya, termasuk peran orang tua sebagai perokok aktif, diduga menjadi salah satu kendala dalam peningkatan pengetahuan remaja di daerah tersebut.

Hasil yang berbeda muncul dalam jurnal mengenai perokok pasif di Malang, yang justru menunjukkan bahwa 69% responden memiliki pengetahuan tinggi mengenai dampak asap rokok meskipun sebagian besar bukan perokok aktif. Hal ini mengindikasikan bahwa paparan terhadap risiko kesehatan sebagai perokok pasif dapat meningkatkan kesadaran individu terhadap bahaya rokok.

Secara keseluruhan, keempat jurnal menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja dipengaruhi oleh faktor lingkungan, paparan informasi, status sosial keluarga, dan pengalaman pribadi terhadap paparan asap rokok.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja

Pola temuan dari empat jurnal menunjukkan bahwa faktor-faktor berikut berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok:

a. Akses Informasi dan Edukasi Kesehatan

Penelitian di Makassar dan Minahasa menyebutkan keterbatasan media edukasi seperti poster, penyuluhan, dan program kesehatan sekolah sebagai penyebab rendahnya pengetahuan remaja mengenai bahaya rokok. Minimnya sumber informasi menyebabkan remaja tidak memahami secara mendalam mengenai risiko merokok, termasuk efek jangka panjang terhadap sistem tubuh. Sebaliknya, remaja di Bandar Lampung memiliki pengetahuan lebih baik, diduga karena adanya paparan informasi yang lebih intens melalui kegiatan sekolah, media sosial, dan kebijakan sekolah bebas rokok.

b. Lingkungan Sosial dan Keluarga

Di Desa Simbel, banyak remaja yang tinggal bersama orang tua perokok sehingga perilaku merokok dianggap hal yang normal. Kondisi ini menyebabkan remaja kurang sensitif terhadap bahaya merokok, karena budaya sosial menganggap merokok sebagai simbol kedewasaan atau identitas tertentu.

Sebaliknya, penelitian pada perokok pasif di Malang menunjukkan bahwa paparan risiko kesehatan secara langsung (misalnya batuk kronis, iritasi mata, atau keluhan pernapasan) justru meningkatkan kesadaran dan pengetahuan individu tentang bahaya asap rokok.

c. Pengaruh Teman Sebaya dan Kebiasaan Lingkungan

Remaja cenderung meniru perilaku teman sebaya. Pada jurnal pertama, peneliti menemukan bahwa siswa tetap merokok meskipun mengetahui dampaknya, karena adanya tekanan kelompok. Hal ini sejalan dengan teori perilaku yang menjelaskan bahwa norma sosial memiliki pengaruh kuat dalam pembentukan perilaku berisiko pada remaja.

3. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Merokok atau Upaya Pencegahan

Di Bandar Lampung, meskipun pengetahuan remaja tergolong baik, sebagian siswa tetap merokok di lingkungan sekolah. Fenomena serupa juga ditemukan di Minahasa, di mana remaja dengan pengetahuan cukup tetap memiliki kecenderungan merokok karena faktor lingkungan dan budaya.

Berbeda dengan itu, penelitian pada perokok pasif di Malang menunjukkan hubungan signifikan antara pengetahuan dan tindakan pencegahan. Uji statistik menunjukkan $p\text{-value} = 0,006$, yang berarti semakin tinggi pengetahuan seseorang, semakin besar kemungkinan ia melakukan tindakan preventif, seperti menghindari area merokok atau menggunakan masker saat berada di lingkungan perokok aktif.

Perbedaan ini dapat dijelaskan melalui teori perilaku kesehatan (Health Belief Model), yang menyatakan bahwa:

- a) Pengetahuan memengaruhi persepsi ancaman,
- b) Namun tindakan seseorang dipengaruhi oleh faktor pemungkin (enabling factors) seperti dukungan lingkungan, fasilitas, dan norma sosial.

Dengan demikian, peningkatan pengetahuan remaja perlu diiringi dengan strategi intervensi perilaku.

4. Dampak Merokok yang Diketahui Remaja Berdasarkan Jurnal

Keempat jurnal menunjukkan bahwa remaja mengetahui beberapa bahaya merokok, namun terdapat variasi dalam kedalaman pemahaman:

- a) Bahaya umum yang paling banyak diketahui: penyakit jantung, kanker paru, dan gangguan pernapasan.
- b) Pengetahuan yang kurang dipahami: efek zat kimia dalam rokok seperti nikotin dan tar, kerusakan sel, dan dampak pada kesehatan psikologis.
- c) Perokok pasif memahami risiko iritasi mata, batuk kronis, penurunan fungsi paru, dan daya tahan tubuh yang melemah.

Minimnya pemahaman mengenai bahaya rokok yang spesifik pada organ tubuh menunjukkan bahwa edukasi kesehatan lebih menekankan pada bahaya umum tanpa disertai penjelasan rinci tentang mekanisme fisiologis.

KESIMPULAN

Hasil kajian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok bervariasi dari kategori rendah hingga baik, bergantung pada wilayah dan kondisi lingkungan tempat mereka tinggal. Beberapa penelitian

mengungkapkan bahwa remaja memiliki pemahaman cukup hingga baik mengenai risiko merokok, sementara penelitian lainnya menunjukkan bahwa sebagian besar remaja justru memiliki pengetahuan yang masih rendah. Variasi ini mencerminkan perbedaan dalam akses informasi, paparan edukasi kesehatan, serta kebijakan sekolah terkait perilaku merokok.

Efektivitas peningkatan pengetahuan sangat dipengaruhi oleh tersedianya sumber informasi seperti penyuluhan kesehatan, media edukasi di sekolah, serta paparan informasi dari guru maupun tenaga kesehatan. Di wilayah dengan edukasi kesehatan yang baik, remaja menunjukkan pemahaman yang lebih kuat mengenai risiko merokok, seperti gangguan pernapasan, penyakit jantung, dan kanker. Sebaliknya, keterbatasan informasi menyebabkan sebagian remaja tidak memahami secara mendalam risiko jangka panjang dari perilaku merokok maupun paparan asap rokok.

Temuan lain menunjukkan bahwa pengalaman langsung terhadap paparan asap rokok, terutama pada remaja yang menjadi perokok pasif, turut meningkatkan kewaspadaan dan pengetahuan mereka tentang bahaya rokok. Remaja yang sering terpapar asap rokok menunjukkan kesadaran lebih tinggi terhadap risiko kesehatan dan cenderung melakukan tindakan pencegahan, seperti menjauhi lingkungan merokok. Hal ini menegaskan bahwa pengalaman personal dapat menjadi faktor yang memperkuat pemahaman remaja mengenai bahaya rokok.

Secara keseluruhan, hasil kajian menegaskan bahwa pengetahuan remaja sangat dipengaruhi oleh akses informasi, lingkungan keluarga, pengaruh teman sebaya, serta paparan langsung terhadap asap rokok. Namun demikian, pengetahuan yang baik belum sepenuhnya diikuti oleh perubahan perilaku, karena sebagian remaja tetap merokok akibat tekanan sosial dan budaya lingkungan. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan perlu diimbangi dengan intervensi perilaku yang lebih komprehensif, termasuk penyuluhan kesehatan rutin, penerapan kebijakan sekolah bebas rokok, serta dukungan keluarga untuk menciptakan lingkungan yang minim paparan rokok bagi remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, F. D., Vinsur, E. Y. Y., & Syukkur, A. (2024). *HUBUNGAN PENGETAHUAN PEROKOK PASIF TENTANG DAMPAK ASAP ROKOK DENGAN UPAYA PENCEGAHANNYA DI PERUMAHAN MULYA GARDEN, KECAMATAN SUKUN, KOTA MALANG*. 8(2), 170-178.
- Asdar, F. (2023). *Gambaran Pengetahuan Siswa Tentang Bahaya Merokok*. 3, 71-77.
- Khoirulloh, R., & Siahaan, E. R. (2025). *GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG BAHAYA MEROKOK OVERVIEW OF KNOWLEDGE ABOUT THE DANGERS OF SMOKING IN ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 13 BANDAR LAMPUNG*. 7.
- Mindiono, imam arief. (2022). *HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG*

KESEHATAN REPRODUKSI DENGAN SIKAP REMAJA DALAM PACARAN SEHAT DI MADRASAH ALIYAH NEGERI (MAN) 1 KOTA SEMARANG. 4(November).

Pengetahuan, T., Bahaya, T., Di, M., Lokas, G. F., Moleong, M., & Jilly, T. (2021). *KALANGAN REMAJA DESA SIMBEL KECAMATAN KAKAS BARAT KABUPATEN MINAHASA ''*. 02(02).

Restudila, E., Pakpahan, H. R., & Ningky, Y. P. (2021). *Tingkat Pemahaman Siswa Kelas XII SMA terhadap Kesehatan Reproduksi*. 11-19