

*Psychoeducation of the Dangers of Smoking in Junior High School
Students at the Darul Aman Gombara Islamic Boarding School*

**Psikoedukasi Bahaya Merokok pada Siswa SMP Pondok
Pesantren Darul Aman Gombara**

**Syarvia, Tarmizi Thalib, Dedi Nasruddin[✉], Ashivatul Asdiqoh,
Fadila Limatahu, Fatimatuz Zahra, Rizka Nurmaharany Rukka**
Universitas Bosowa, Makassar, Indonesia
[✉] dedinasruddin6@universitasbosowa.ac.id

Received: 26-08-2024

Revised: 01-09-2024

Accepted: 02-09-2024

ABSTRACT

Smoking is the biggest cause of death that is difficult to prevent in society. Society has come to believe that tobacco is not detrimental to health and smokers who have experienced addiction even view it as something that can provide peace. The smoking habit has been proven to be the cause of approximately 25 types of diseases that attack various organs of the human body. This psychoeducation aims to educate junior high school teenagers, especially at the Darul Aman Gombara Islamic boarding school in Makassar, about the dangers of smoking. Our solution to this is to carry out community service in the form of psychoeducation. Our target in implementing this psychoeducation is to help increase individual awareness and skills to avoid smoking behavior and choose a healthy lifestyle. The assessment method uses quasi-experiment in testing the results of the psychoeducation carried out. The results of this psychoeducation show that there is an influence between students' insight before being given material about smoking and after being given the material as evidenced by the results of paired t-test data analysis with sig: 0.000 which means H_0 is accepted and H_a rejected. Many teenagers do not know much about smoking, so psychoeducation plays an important role in helping teenagers increase their knowledge about smoking behavior.

Keywords: *smoking, teenager, psychoeducation*

ABSTRAK

Merokok merupakan penyebab utama terbesar kematian yang sulit dicegah dalam masyarakat. Masyarakat telah percaya bahwa tembakau tidak merugikan kesehatan dan perokok yang telah



mengalami kecanduan bahkan memandangnya sebagai sesuatu yang dapat memberi ketenangan. Kebiasaan merokok telah terbukti merupakan penyebab terhadap kurang lebih 25 jenis penyakit yang menyerang berbagai organ tubuh manusia. Psikoedukasi ini bertujuan untuk mengedukasi para remaja sekolah menengah pertama khususnya di pesantren Darul Aman Gombara Makassar tentang bahaya merokok. Solusi yang penulis lakukan untuk hal tersebut adalah dengan melakukan pengabdian masyarakat dalam bentuk psikoedukasi. Adapun target penulis dalam pelaksanaan psikoedukasi ini adalah, dapat membantu meningkatkan kesadaran dan keterampilan individu untuk menghindari perilaku merokok dan memilih gaya hidup yang sehat. Metode penelitian menggunakan kuasi eksperimen dalam menguji hasil psikoedukasi yang dilakukan. Hasil psikoedukasi ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara wawasan siswa sebelum diberi materi tentang merokok dan sesudah diberi materi yang dibuktikan melalui hasil analisis data paired t-test dengan sig: 0.000 yang berarti h_a diterima dan h_o ditolak. Banyak remaja yang kurang tahu wawasan tentang merokok sehingga psikoedukasi ini berperan penting dalam membantu remaja menambah wawasan tentang perilaku merokok.

Kata kunci: merokok, remaja, psikoedukasi

PENDAHULUAN

Manusia menggunakan tembakau dari jaman dulu, akan tetapi pengaruh negatif mengkonsumsi rokok baru dirasakan belakangan ini. Banyak masyarakat yang menyakini bahwa tembakau tidak merugikan kesehatan dan tidak memberikan dampak kecanduan akan tetapi mereka memandang rokok sebagai sesuatu yang dapat memberi ketenangan.¹ Seiring dengan makin maraknya pengguna rokok, isu asap rokok dan perokok telah menjadi permasalahan nasional bahkan internasional. Apalagi saat ini dukungan industri rokok yang semakin giat dalam peningkatan kegiatan ekonomi secara langsung maupun tidak langsung, mulai dari hulu (agrobisnis tembakau, cengkeh, dan sebagainya), ke arah samping (industri kertas, cetakan, kemasan, dan sebagainya), ke arah hilir (aktifitas promosi dan pemasaran).

World Health Organization menyatakan sebanyak 6 juta individu mengalami kematian per tahun dengan faktor penggunaan tembakau termasuk dalam bentuk rokok. Angka kematian diperkirakan akan semakin meningkat

¹ N. Hammado, "Pengaruh rokok terhadap kesehatan dan pembentukan karakter manusia," dalam *Prosiding Seminar Nasional*, vol. 1, 2014, 77–84.

sekitar kurang lebih 8 juta kasus di tahun 2030.² Indonesia saat ini menduduki peringkat ke 4 dunia sebagai pengonsumsi rokok tertinggi dengan total perokok aktif sebanyak 65,2 juta jiwa, terdiri dari 52,9% laki-laki dan 12,3% perempuan.³

Merokok merupakan penyebab utama terbesar kematian yang sulit dicegah dalam masyarakat. Kondisi ini sangat miris terutama penggunaan rokok sudah mulai menjamur pada kalangan remaja, sehingga akan memberikan dampak pada masa depan mereka¹. Perokok dengan usia 10-14 tahun mengalami peningkatan lebih dari 100% dalam kurun waktu kurang dari 20 tahun.⁴ Dilaporkan juga bahwa 95,1% remaja Indonesia yang dilaporkan tidak pernah merokok telah menyatakan niat mereka untuk mulai merokok dalam 12 bulan ke depan.⁵

Perilaku merokok terjadi pada seseorang tentunya dilatarbelakangi oleh beberapa faktor seperti faktor psikologis, biologis dan faktor lingkungan.⁶ Bagi pelajar lebih banyak dipengaruhi oleh faktor lingkungan khususnya pengaruh teman sebaya.⁷ Selain hal ini faktor dominan juga karena adanya dorongan internal seperti keinginan atau rasa penasaran terhadap rokok sehingga mereka mencoba untuk merokok dan akhirnya kecanduan.

Merokok merupakan kegiatan yang berdampak buruk tidak hanya bagi diri sendiri, tetapi juga orang lain atau keluarga yang ada di sekitarnya baik dalam waktu singkat maupun jangka panjang. Perlu diketahui, bahwa di dalam rokok terkandung lebih dari 4.000 jenis bahan kimia yang berbahaya bagi tubuh.⁸ Perilaku merokok telah terbukti menjadi salah satu penyebab timbulnya sekitar 25 jenis penyakit yang dapat menyerang organ tubuh manusia.⁹ Penyakit tersebut seperti kanker paru-paru, bronkitis kronis, emfisema, jantung, stroke, kanker mulut, kanker tenggorokan, asma, gangguan kehamilan dan lainnya.

² Hari Fitriani dkk., “Gambaran Implementasi Regulasi Kawasan Tanpa Rokok Dalam Upaya Menurunkan Prevalensi Perokok Di Kabupaten Blitar,” *Ministrate: Jurnal Birokrasi dan Pemerintahan Daerah* 5, no. 4 (2023): 19–31.

³ Puspa Sari, Lolita Sary, dan Christin Angelina Febriani, “Kesadaran Berhenti Merokok Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Penawar Jaya Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2020,” *Jurnal Dunia Kesmas* 10, no. 1 (2021): 96–108.

⁴ Indonesia KR, “Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Riset Kesehatan Dasar,” *Jakarta: Bhakti Husada*, 2015.

⁵ Tim Riskesdas, “Laporan nasional RISKESDAS 2018,” *Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 2019.

⁶ Samrotul Fikriyah dan Yoyok Febrijanto, “Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada mahasiswa laki-laki di asrama putra,” *Jurnal stikes* 5, no. 1 (2012): 99–109.

⁷ Mirta Laylea Shofa, “Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja di Desa Kebonsari Kecamatan Rowosari,” 2023.

⁸ “Dampak Buruk Rokok Bagi Perokok Aktif dan Pasif,” diakses 2 September 2024, <https://ayosehat.kemkes.go.id/dampak-buruk-rokok-bagi-perokok-aktif-dan-pasif>.

⁹ Dwi Kencana Wulan, “Faktor psikologis yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja,” *Humaniora* 3, no. 2 (2012): 504–11.

Berbagai temuan ilmiah menunjukkan bahwa menghentikan kebiasaan merokok amat baik pengaruhnya terhadap pencegahan terjadinya penyakit-penyakit.¹⁰ Salah satu pencegahan yang bisa diberikan dalam mencegah perilaku merokok atau menghentikan perilaku merokok yaitu dengan memberikan psikoedukasi.¹¹ Dengan hal pemberian psikodukasi maka perilaku merokok diharapkan memberikan dampak dalam penurunan perilaku merokok pada subjek atau siswa yang mengikuti proses psikoedukasi.

Dengan hal tersebut, baiknya generasi muda diberikan edukasi atau penyuluhan terkait dengan dampak atau bahaya merokok. Sehingga penulis akan melakukan edukasi untuk memberikan pemahaman yang lebih positif terhadap bahaya merokok. Adapun target penulis dalam pelaksanaan psikoedukasi ini adalah, dapat membantu meningkatkan kesadaran dan keterampilan individu untuk menghindari perilaku merokok dan memilih gaya hidup yang sehat. Hal ini dapat membantu mencegah risiko penyakit yang berhubungan dengan merokok dan membantu meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat secara keseluruhan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode riset yakni metode quasi eksperimen. Hastjarjo menyatakan bahwa eksperimen kuasi merupakan metode riset dengan pembentukkan kelompok sampel eksperimen tidak secara random.¹² Peserta pelatihan terdiri dari satu kelompok yang akan diukur keadaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (*one group pretest-posttest design*). Teknik pemilihan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *sampling* tersebut merupakan cara pemilihan partisipan dengan melakukan

¹⁰ Wulan; Diah Prihatiningsih dkk., “Penyuluhan bahaya rokok untuk meningkatkan kesadaran remaja mengenai dampak buruk rokok bagi kesehatan di smp tawwakal denpasar,” *Jurnal Pengabdian Kesehatan* 3, no. 1 (2020): 50–58; Ingka Tisya Garnisa, “Review: Terapi untuk Menghentikan Kebiasaan Merokok (Smoking Cessation),” *Farmaka* 19, no. 2 (30 Juli 2021): 1–8, <https://doi.org/10.24198/farmaka.v19i2.22374>.

¹¹ Shela Andrayani dkk., “Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok; Kenali Resiko dan Dampaknya bagi Kesehatan Fisik dan Psikologis pada Remaja Akhir di SMAN 2 Dewantara,” *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS* 2, no. 3 (2024): 939–44; Raras Sutatminingsih dan Iskandar Zulkarnain, “Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok,” *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi Communique* 5, no. 1 (2022): 114–20; Rayinda Faizah dan Akhmad Liana Amrul Haq, “Peran psikoedukasi tentang perilaku merokok pada remaja,” *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)* 10, no. 1 (2019): 102–7.

¹² Dedi Nasruddin dan V Heru Hariyanto, “Mama Training: Pelatihan Emotional Intelligence Untuk Meningkatkan Self-Regulation Guru Sekolah Dasar,” *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)* 14, no. 1 (2022): 55–68.

pertimbangan tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti.¹³ Melalui teknik tersebut, peneliti menentukan partisipan penelitian dengan mempertimbangkan beberapa kriteria.

Pada penelitian ini menggunakan metode perlakuan dalam bentuk psikoedukasi. Materi psikoedukasi terkait dengan bahaya merokok. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah remaja atau siswa SMP. Tempat penelitian yang penulis lakukan pada sekolah SMP Pondok Pesantren Darul Aman Gombara. Untuk hasil psikoedukasi, penulis menggunakan Paired T-test untuk mengetahui apakah ada perubahaman pemahaman kepada siswa sebelum dan setelah penulis melakukan pengabdian ini.

Untuk target dalam penelitian adalah dapat membantu meningkatkan kesadaran dan keterampilan individu untuk menghindari perilaku merokok dan memilih gaya hidup yang sehat. Hal ini dapat membantu mencegah risiko penyakit yang berhubungan dengan merokok dan membantu meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat secara keseluruhan. Adapun susunan acara pada saat pengabdian penulis, sebagai berikut:

Tabel 1. Prosedur Pelaksanaan Penelitian

No	Kegiatan
1	Pembukaan: Pengenalan diri serta penjelasan terkait dengan tujuan kegiatan yang dilakukan.
2	Pembagian soal tulis (<i>pretest</i>) wawasan mengenai rokok kepada siswa sebelum pemberian materi.
3	Sesi pengukuran pemahaman dengan cara menanyakan langsung terkait pemahaman dan wawasan peserta terkait dengan rokok.
4	Pemutaran terkait video pengantar tentang bahaya rokok.
5	Memaparkan materi psikoedukasi terkait bahaya rokok dengan menggunakan media <i>power point</i> .
6	Pemutaran video dengan materi terkait paru-paru.
7	Games.
8	Pembagian soal tulisan (<i>posttest</i>) wawasan mengenai rokok kepada siswa setelah pemberian materi.
9	Penutup dan dokumentasi.

¹³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 2016.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Paired Samples Test								
	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Wawasan rokok sebelum - wawasan rokok sesudah	-4.000	1.388	.262	-4.538	-3.462	-15.252	27	.000

Berdasarkan dari hasil psikoedukasi yang penulis lakukan diperoleh hasil analisis menggunakan paired t-test yang menunjukkan sig: 0.000 yang berarti **H_a** diterima dan **H_o** ditolak. Yang berarti psikoedukasi yang penulis lakukan ini berhasil mengubah wawasan dan pandangan peserta didik mengenai bahaya dan dampak dari merokok.

Psikoedukasi dikatakan mendapatkan hasil yang berpengaruh karena sebelum melakukan psikoedukasi kepada siswa SMP, penulis memberikan sejumlah pertanyaan seputar wawasan merokok kepada mereka lalu mereka menjawabnya sesuai dengan pengetahuan yang mereka miliki. Setelah melakukan psikoedukasi tentang bahaya merokok dan dampaknya terhadap diri individu dan orang lain, penulis Kembali memberikan pertanyaan yang sama kepada siswa dan siswa menjawabnya dengan baik sesuai pengetahuan yang telah mereka dapatkan dari presentasi yang penulis berikan. Hal itu memberikan hubungan perbedaan pemahaman mereka terhadap bahaya merokok sebelum dan sesudah penyuluhan yang penulis lakukan.

Manusia telah lama menggunakan tembakau, tetapi pengaruh negatif mengkonsumsi rokok baru dirasakan belakangan ini. Masyarakat telah percaya bahwa tembakau tidak merugikan kesehatan dan perokok yang telah mengalami kecanduan bahkan memandangnya sebagai sesuatu yang dapat memberi ketenangan. Berbagai temuan ilmiah menunjukkan bahwa menghentikan kebiasaan merokok amat baik pengaruhnya terhadap pencegahan terjadinya penyakit-penyakit yang telah diuraikan terdahulu, maka dari itu penulis selaku mahasiswa/i psikologi yang telah mengerti tentang hal tersebut sudah seharusnya melakukan psikoedukasi atau penyuluhan terhadap masyarakat mengenai dampak dari bahaya merokok. Khususnya pada remaja yang paling rentan diusianya untuk memulai kegiatan merokok.

Dimulai dengan tugas yang diberikan, penulis memilih untuk melakukan psikoedukasi di pondok pesantren darul aman gombara- makassar dan memilih kelas 8 sebagai subjeknya dengan alasan remaja pada usia mereka, belum memiliki pengetahuan yang meluas tentang bahaya dan dampak dari merokok. Penulis melakukan beberapa rangkaian kegiatan untuk mengetahui pengetahuan peserta didik sebelum penulis melakukan pemberian materi seperti membagikan soal, melakukan game bahaya merokok yang penulis namai dengan “game seleksi alam”. Penulis memberikan soal wawasan tersebut sebelum dan sesudah materi agar dapat diketahui apakah psikoedukasi yang penulis lakukan berhasil mengubah pandangan dan wawasan peserta didik mengenai bahaya dan dampak dari merokok atau tidak.

Keberhasilan dalam memberikan pemahaman dalam bahaya rokok disebabkan oleh beberapa faktor seperti materi yang disajikan dengan ringan serta melibatkan beberapa metode seperti melibatkan visual, audio dan bahkan kinestetik dalam proses games. Dengan melibatkan beberapa metode sehingga peserta akan lebih rileks dalam menerima informasi sehingga tentunya juga akan mempengaruhi pandangan anak tentang materi yang disampaikan. Selain itu salah satu faktor yang memberikan keberhasilan adalah pemateri yang digunakan dalam penelitian ini adalah individu dengan umur tidak jauh beda dengan subjek sehingga akan merasa lebih terbuka dalam proses penerimaan informasi.

Selain metode yang digunakan tentunya materi yang disampaikan harus relevan dengan kondisi yang terjadi pada subjek penelitian. Pada penelitian ini materi disusun dengan baik berdasarkan kebutuhan subjek yang akan mengikuti proses psikoedukasi. Hal ini juga sangat selaras dengan beberapa riset sebelumnya bahwa psikoedukasi sangat memperuhi peningkatan kesadaran peserta akan bahaya rokok.¹⁴ Dengan memberikan psikoedukasi terhadap peserta atau siswa sekolah menunjukkan perubahan wawasan atau pandangan tentang bahaya rokok yang lebih positif.

Proses penurunan jumlah perokok pada lingkungan sekolah tentunya juga sangat didukung oleh teman sebaya. Lingkungan teman sebaya yang positif akan memberikan dampak positif pada teman yang lainnya. Dalam proses psikoedukasi melibatkan beberapa orang sehingga akan memberikan perubahan lebih cepat

¹⁴ Andrayani dkk., “Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok; Kenali Resiko dan Dampaknya bagi Kesehatan Fisik dan Psikologis pada Remaja Akhir di SMAN 2 Dewantara”; Sutatminingsih dan Zulkarnain, “Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok,” 2022; Faizah dan Haq, “Peran psikoedukasi tentang perilaku merokok pada remaja”; M Vicky Ferdiansyah dkk., “Penerapan Metode Psikoedukasi, Extintcion, dan Shapping dalam Mengurangi Perilaku Merokok,” *SEMANGGI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* 3, no. 1 (2024): 35–45.

karena akan terbentuk komunitas atau kelompok kecil yang positif dalam memberikan perubahan pandangan tentang bahaya rokok.

Harapan kedepannya dengan melakukan kegiatan psikoedukasi dalam penelitian ini adalah membentuk generasi penerus bangsa yang lebih sehat dan terhidar dari berbagai penyakit. Penyakit yang dimaksud seperti penyakit yang telah dipaparkan oleh riset terdahulu seperti kanker paru-paru, bronkitis kronis, emfisema, jantung, stroke, kanker mulut, kanker tenggorokan, asma, gangguan kehamilan dan lainnya. Selain itu dengan menghindari merokok siswa juga diharapkan akan menciptakan lingkungan sekolah yang lebih positif dan lebih bersih khususnya dalam pencemaran lingkungan baik dari segi udara yang diakibatkan oleh asap rokok serta dari segi sampah puntung rokok yang dihasilkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil psikoedukasi yang dilakukan bahwa terdapat pengaruh psikoedukasi yang penulis lakukan memberikan dampak perubahan dalam wawasan dan pandangan peserta didik mengenai bahaya dan dampak dari merokok. Hal ini menunjukkan bahwa ketika seseorang diberikan pemahaman yang terstruktur tentang bahaya dan dampak rokok maka mereka akan mendapatkan perubahan yang lebih positif dalam pandangannya. Dengan hal demikian diharapkan akan memberikan perubahan signifikan dalam penurunan perilaku merokok.

Adapun saran yang dapat penulis berikan kepada rekan-rekan yang akan melakukan psikoedukasi selanjutnya adalah sebaiknya menyediakan materi yang mudah dipahami oleh remaja karena kebetulan objek yang penulis gunakan disini adalah remaja agar mereka dapat lebih mudah memahami bahaya merokok dan dampak negatifnya pada kesehatan dan lingkungan dengan mudah. Kemudian agar lebih baik jika menggunakan metode psikoedukasi yang aktif seperti diskusi, simulasi, dan role-play yang sepertinya akan dapat membantu meningkatkan keaktifan partisipasi dan pemahaman remaja tentang bahaya merokok.

REFERENSI

Andrayani, Shela, SaseAnnaina Sarah, Nurul Nilam Cahya, Maghfirah Rahmatillah, M Fikri Jaka Pratama, Yara Andita Anastasya, dan Ika Amalia. "Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok; Kenali Resiko dan Dampaknya bagi Kesehatan Fisik dan Psikologis pada Remaja Akhir di SMAN 2 Dewantara." *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS* 2, no. 3 (2024): 939–44.

- Andrayani, Shela, SaseAnnaina Sarah, Hartini, Khairunnisa, Nurul Nilam Cahya, Maghfirah Rahmatillah, M. Fikri Jaka Pratama, Yara Andita Anastasya, dan Ika Amalia. "Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok; Kenali Resiko dan Dampaknya bagi Kesehatan Fisik dan Psikologis pada Remaja Akhir di Sma N 2 Dewantara." *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS* 2, no. 3 (25 Juni 2024): 939–44. <https://doi.org/10.59407/jpki2.v2i3.862>.
- "Dampak Buruk Rokok Bagi Perokok Aktif dan Pasif." Diakses 2 September 2024. <https://ayosehat.kemkes.go.id/dampak-buruk-rokok-bagi-perokok-aktif-dan-pasif>.
- Faizah, Rayinda, dan Akhmad Liana Amrul Haq. "Peran psikoedukasi tentang perilaku merokok pada remaja." *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)* 10, no. 1 (2019): 102–7.
- . "Peran Psikoedukasi Tentang Perilaku Merokok Pada Remaja." *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)* 10, no. 1 (15 Juli 2019): 102–7. <https://doi.org/10.24036/rapun.v10i1.105018>.
- Ferdiansyah, M Vicky, Ratna Roghibatun Nisa, Choirun Nisak, Anik Zunairoh, dan Ahmad Faruq Ridhoha. "Penerapan Metode Psikoedukasi, Extintcion, dan Shapping dalam Mengurangi Perilaku Merokok." *SEMANGGI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* 3, no. 1 (2024): 35–45.
- . "Penerapan Metode Psikoedukasi, Extintcion, dan Shapping dalam Mengurangi Perilaku Merokok." *SEMANGGI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat* 3, no. 1 (25 April 2024): 35–45. <https://doi.org/10.38156/sjpm.v3i1.249>.
- Fikriyah, Samrotul, dan Yoyok Febrijanto. "Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada mahasiswa laki-laki di asrama putra." *Jurnal stikes* 5, no. 1 (2012): 99–109.
- Fitriani, Hari, Nicholas Fransida Swadana, Kurnia Dwi Artanti, Santi Martini, dan Daniel Christanto. "Gambaran Implementasi Regulasi Kawasan Tanpa Rokok Dalam Upaya Menurunkan Prevalensi Perokok Di Kabupaten Blitar." *Ministrate: Jurnal Birokrasi dan Pemerintahan Daerah* 5, no. 4 (2023): 19–31.
- Garnisa, Ingka Tisya. "Review: Terapi untuk Menghentikan Kebiasaan Merokok (Smoking Cessation)." *Farmaka* 19, no. 2 (30 Juli 2021): 1–8. <https://doi.org/10.24198/farmaka.v19i2.22374>.
- Hammado, N. "Pengaruh rokok terhadap kesehatan dan pembentukan karakter manusia." Dalam *Prosiding Seminar Nasional*, 1:77–84, 2014.
- KR, Indonesia. "Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Riset Kesehatan Dasar." *Jakarta: Bhakti Husada*, 2015.

- Nasruddin, Dedi, dan V Heru Hariyanto. "Mama Training: Pelatihan Emotional Intelligence Untuk Meningkatkan Self-Regulation Guru Sekolah Dasar." *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)* 14, no. 1 (2022): 55–68.
- Prihatiningsih, Diah, Ni Luh Putu Devhy, Ika Setya Purwanti, Ni Wayan Desi Bintari, dan AA Gde Oka Widana. "Penyuluhan bahaya rokok untuk meningkatkan kesadaran remaja mengenai dampak buruk rokok bagi kesehatan di smp tawwakal denpasar." *Jurnal Pengabdian Kesehatan* 3, no. 1 (2020): 50–58.
- Riskesdas, Tim. "Laporan nasional RISKESDAS 2018." *Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 2019.
- Sari, Puspa, Lolita Sary, dan Christin Angelina Febriani. "Kesadaran Berhenti Merokok Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Penawar Jaya Kabupaten Tulang Bawang Tahun 2020." *Jurnal Dunia Kesmas* 10, no. 1 (2021): 96–108.
- Shofa, Mirta Laylea. "Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja di Desa Kebonsari Kecamatan Rowosari," 2023.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 2016.
- Sutatminingsih, Raras, dan Iskandar Zulkarnain. "Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok." *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi Communique* 5, no. 1 (2022): 114–20.
- . "Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok." *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi Communique* 5, no. 1 (2022): 114–20.
- Wulan, Dwi Kencana. "Faktor psikologis yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja." *Humaniora* 3, no. 2 (2012): 504–11.