

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Pengertian Merokok

1. Definisi merokok

Kegiatan merokok adalah salah satu aktivitas yang dapat membahayakan diri sendiri dan lingkungan sekitar. Masalah ini semakin mengkhawatirkan, terutama di kalangan remaja, dan memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak. Tidak hanya merugikan perokok aktif, bahaya rokok juga berdampak pada orang-orang di sekitarnya, yang dikenal sebagai perokok pasif. Paparan asap rokok bagi perokok pasif bahkan dapat menimbulkan risiko yang lebih serius dibandingkan dengan perokok aktif. Berbagai studi menunjukkan bahwa beberapa penyakit, seperti gangguan pernapasan, asma, dan penyakit jantung koroner, dapat disebabkan oleh paparan asap rokok.

Kalangan remaja, rokok sering dipersepsikan sebagai simbol kedewasaan dan kejantanan. Banyak remaja laki-laki merasa bahwa jika mereka belum pernah mencoba merokok, mereka dianggap "banci" atau lemah. Mitos ini memberikan tekanan tersendiri bagi para remaja yang sedang mencari identitas diri, karena kondisi psikologis mereka yang masih labil. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran mengenai bahaya rokok dan mengubah pandangan negatif ini demi kesehatan dan kesejahteraan generasi mendatang (r. "Salim," 2024).

2. Jenis-jenis produk tembakau

Tembakau dapat dibagi menjadi empat kelompok utama: (1) tembakau cerutu, (2) kretek, (3) rokok RYO (Roll Your Own), dan (4) tembakau kenyal. Pembagian ini juga didasarkan pada periode tanam, yang terdiri dari dua kategori: (1) Voor-Oogst dan (2) Na-Oogst.

Tembakau Voor-Oogst ditanam di akhir musim hujan dan dipanen saat musim kemarau. Sebaliknya, tembakau Besuki Na-Oogst ditanam di akhir musim kemarau dan dipanen pada saat musim hujan. Tembakau Voor-Oogst sering digunakan sebagai bahan baku untuk rokok kretek, sementara tembakau Besuki Na-Oogst lebih umum digunakan sebagai bahan baku untuk rokok cerutu (Muktianto & Diartho, 2018).

3. Faktor yang memengaruhi perilaku merokok pada remaja

Masa remaja adalah periode di mana seseorang mengalami ketidakstabilan emosional dan perubahan fisik yang signifikan, serta proses pencarian jati diri. Pada fase ini, remaja menunjukkan karakteristik yang berbeda dibandingkan dengan masa anak-anak dan juga dewasa. Setiap tahap perkembangan membawa tuntutan dan tantangan tersendiri bagi individu. Hal ini menjadi sangat jelas ketika seseorang mengalami stres. Dalam usaha untuk mengatasi stres, remaja sering kali terlibat dalam berbagai aktivitas, yang bisa meliputi penggunaan kata-kata kasar, perilaku kekerasan, atau bahkan aktivitas berbahaya bagi kesehatan, seperti merokok, serta tindakan negatif lainnya (r. "Salim," 2024).

B. Bahaya Merokok terhadap Kesehatan

1. Dampak merokok pada kesehatan fisik

Merokok memiliki sejumlah efek negatif yang berbahaya bagi kesehatan manusia. Kebiasaan ini tidak hanya merugikan perokok itu sendiri, tetapi juga mengancam kesehatan masyarakat di sekitarnya. Zat-zat yang terkandung dalam rokok dapat menyebabkan kerusakan dan beragam penyakit, termasuk infeksi pada gusi, seperti periodontitis; infeksi pada kerongkongan, seperti faringitis dan laringitis; serta infeksi pada bronkus, seperti bronkitis. Selain itu, merokok juga berisiko menyebabkan penyakit serius pada paru-paru, termasuk kanker paru-paru dan penyakit paru obstruktif (Tivany Ramadhani et al., 2023).

2. Dampak merokok pada kesehatan mental

Merokok tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga memiliki pengaruh negatif terhadap kesehatan mental. Dalam konteks pengetahuan tentang bahaya merokok dan persepsi terhadap tulisan peringatan pada kemasan rokok di kalangan siswa SMA, dampak merokok pada kesehatan mental juga perlu diperhatikan karena dapat mempengaruhi sikap dan perilaku siswa terhadap rokok, serta cara mereka merespons peringatan yang ada pada kemasan rokok (Tivany Ramadhani et al., 2023). Merokok dapat mempengaruhi kesehatan mental melalui beberapa mekanisme, di antaranya:

a. Kecemasan dan Stres

Banyak penelitian menunjukkan bahwa perokok cenderung mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan non-perokok. Nikotin dalam rokok dapat memberikan efek sementara yang menenangkan, tetapi dalam jangka panjang, dapat meningkatkan stres dan kecemasan. Kecemasan ini, pada gilirannya, dapat mempengaruhi cara seseorang menanggapi peringatan tentang bahaya merokok pada kemasan rokok.

b. Depresi:

Merokok telah dikaitkan dengan peningkatan risiko depresi. Perokok remaja, misalnya, lebih rentan mengalami gejala depresi dibandingkan mereka yang tidak merokok. Depresi ini dapat mengurangi kemampuan siswa untuk merespons pesan peringatan pada kemasan rokok dengan serius, karena mereka mungkin merasa lebih terisolasi atau tidak peduli dengan akibat jangka panjang dari merokok.

c. Gangguan Kognitif

Nikotin dapat memengaruhi fungsi kognitif, termasuk perhatian, memori, dan kemampuan belajar. Siswa yang merokok mungkin mengalami penurunan dalam kemampuan belajar mereka, yang dapat mengurangi pemahaman mereka terhadap bahaya merokok dan mengurangi efektivitas peringatan yang ada pada kemasan rokok.

3. Risiko bagi perokok aktif dan pasif

a. Perokok aktif

Risiko kesehatan yang ditimbulkan sangat luas, mencakup penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit pernapasan, gangguan mental, serta dampak negatif pada sistem reproduksi. Selain itu, perokok aktif juga berisiko mengalami gangguan kognitif, kecemasan, dan depresi, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka.

b. Perokok pasif

Meskipun tidak merokok langsung, juga menghadapi risiko kesehatan yang signifikan akibat terpapar asap rokok. Paparan ini dapat menyebabkan penyakit kardiovaskular, kanker, gangguan pernapasan, serta masalah kesehatan mental, terutama pada anak-anak dan bayi yang lebih rentan. Selain itu, anak-anak yang terpapar asap rokok dapat mengalami gangguan perkembangan dan masalah pernapasan, serta berisiko terkena sindrom kematian bayi mendadak (SIDS) (Mayaserli & Rahayu, 2018).

4. Data epidemiologi merokok di Indonesia, khususnya pada remaja

Prevalensi perokok aktif di Indonesia terus meningkat. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) menunjukkan bahwa jumlah perokok aktif diperkirakan mencapai 70 juta orang, dengan 7,4% di antaranya perokok berusia 10-18 tahun.

Kelompok anak dan remaja merupakan kelompok dengan peningkatan jumlah perokok yang paling signifikan. Berdasarkan data Global Youth Tobacco Survey (GYTS) pada 2019, prevalensi perokok pada anak sekolah usia 13-15 tahun naik dari 18,3% (2016) menjadi 19,2% (2019). Sementara itu, data SKI 2023 menunjukkan bahwa kelompok usia 15-19 tahun merupakan kelompok perokok terbanyak (56,5%), diikuti usia 10-14 tahun (18,4%) (WHO SEARO, 2019).

C. Pengetahuan tentang Bahaya Merokok

1. Definisi pengetahuan

Masa remaja adalah periode yang paling rentan terhadap pengaruh lingkungan. Lingkungan sosial dan budaya yang negatif sering kali menjadi faktor yang menjerumuskan remaja ke dalam perilaku tidak sehat, seperti merokok. Ketidakmatangan pola pikir, kurangnya keterampilan dalam pengambilan keputusan, keinginan untuk meniru perilaku orang dewasa, serta tekanan dari kelompok sebaya, semuanya dapat memengaruhi keputusan remaja.

Pengaruh teman sebaya sangat kuat dalam menentukan apakah seorang remaja akan merokok atau tidak. Mereka cenderung mengikuti kebiasaan kelompok atau teman agar dapat diterima dan diakui. Selain itu, rendahnya rasa percaya diri juga dapat membuat remaja lebih rentan untuk mengadopsi kebiasaan yang ada di sekitarnya, termasuk kebiasaan merokok (Parwati, 2018).

2. Dimensi pengetahuan (fakta, pemahaman, aplikasi)

a. Dimensi Fakta

Pengetahuan faktual mencakup informasi dasar mengenai bahaya merokok dan isi peringatan pada kemasan rokok, yaitu fakta tentang kandungan berbahaya dalam rokok, seperti nikotin, tar, dan karbon monoksida yang dapat merusak paru-paru, meningkatkan risiko kanker, serta gangguan kardiovaskular

b. Dimensi pemahaman

Pemahaman melibatkan kemampuan siswa untuk menginterpretasikan dan menghubungkan informasi tentang bahaya merokok dengan dampak terhadap Kesehatan, yaitu Memahami bagaimana zat berbahaya dalam rokok dapat menyebabkan penyakit serius seperti bronkitis kronis, emfisema, atau kanker paru-paru, Menyadari dampak psikologis dari merokok, seperti kecanduan nikotin yang memengaruhi fokus belajar dan kesehatan mental siswa.

c. Pengetahuan aplikasi

Aplikasi adalah kemampuan siswa untuk menggunakan pengetahuan mereka untuk membuat keputusan atau mengambil tindakan terkait kebiasaan merokok, yaitu siswa yang memiliki pemahaman tentang bahaya merokok dapat memperhatikan dan menghargai tulisan peringatan pada kemasan rokok, sehingga mereka menjadi lebih sadar dan mungkin lebih cenderung untuk tidak mengabaikan peringatan tersebut (Nasution, 2019).

3. Faktor yang memengaruhi tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya merokok (Aulya & Herbawan, 2022)
 - a. Faktor predisposisi yang tidak hanya diwujudkan oleh pengetahuan dan sikap, tetapi juga dipengaruhi oleh pendidikan, status sosial, budaya serta ekonomi.
 - b. Faktor pemungkin seperti banyaknya iklan rokok atau media yang dapat mempengaruhi remaja.
 - c. Faktor pendorong terdapat yaitu adanya pengaruh dari orang tua dan perilaku teman sebaya bahwa merokok merupakan suatu yang biasa
4. Peran pendidikan dalam meningkatkan pengetahuan tentang bahaya merokok

Pendidikan sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan pada remaja. Pendidikan bertujuan untuk memberikan pengetahuan agar memotivasi seseorang untuk berperilaku baik. Pengetahuan yang tinggi tentang rokok pada remaja cenderung memperkecil kemungkinan remaja tersebut berperilaku merokok karena mengetahui dampak negative yang ditimbulkan. Pendidikan kesehatan adalah alat yang digunakan untuk menyampaikan pesan kesehatan. Seseorang memperoleh pengetahuan dengan mengikuti penyuluhan yang berkaitan dengan kesehatan. Pemilihan media pendidikan kesehatan yang tepat dapat memudahkan materi Pendidikan dapat tersampaikan dengan baik. Media yang dapat digunakan antara lain berupa media cetak, media elektronik, dan media sosial (Nur Hamima Harahap et al., 2024).

D. Tulisan Peringatan pada Kemasan Rokok

1. Regulasi peringatan pada kemasan rokok di Indonesia

Peringatan pada kemasan rokok memiliki tujuan sebagai berikut:

a. Meningkatkan Kesadaran:

Memberikan informasi tentang bahaya merokok seperti kanker, penyakit jantung, dan gangguan pernapasan.

b. Mendorong Perokok Berhenti:

Memotivasi perokok untuk berhenti merokok dengan menunjukkan risiko kesehatan.

c. Menjaga Generasi Muda:

Mengurangi jumlah perokok muda dengan menampilkan peringatan yang menakutkan.

d. Memberikan Informasi tentang Kandungan Rokok:

Menginformasikan bahan berbahaya dalam rokok.

e. Efektivitas Visualisasi:

Menggunakan gambar peringatan yang lebih menarik perhatian dari pada teks.

2. Komponen peringatan: gambar dan tulisan

Pesan kesehatan pada Kemasan Rokok wajib dicantumkan dalam bentuk gambar dan tulisan untuk meningkatkan kesadaran perokok dan bukan perokok akan bahayanya merokok bagi Kesehatan. Agar efektif, peringatan kesehatan harus mudah dilihat, relevan dan mudah diingat serta menggambarkan aspek yang perlu diketahui oleh setiap orang.

- a. Gambar dan tulisan peringatan kesehatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 15 dicantumkan pada setiap Kemasan terkecil dan Kemasan lebih besar Produk Tembakau.
 - b. Setiap Kemasan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) mencantumkan 1 (satu) jenis gambar dan tulisan peringatan kesehatan.
 - c. Ketentuan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) tidak berlaku bagi Rokok klobot, Rokok klembak menyan, dan cerutu kemasan batangan.
3. Faktor yang memengaruhi penerimaan peringatan pada kemasan rokok

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan, yaitu: Pendidikan, Media massa/informasi, Sosial budaya dan ekonomi, Lingkungan Pengalaman, dan Usia. Karena banyak faktor yang mempengaruhi pengetahuan maka ini bisa menjadi penyebab rendahnya hubungan pengetahuan dengan perilaku merokok pada remaja. Gambar peringatan kesehatan hanya masuk ke salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu media massa/informasi (Heryanto et al., 2017).

E. Persepsi Siswa

Persepsi siswa adalah cara siswa dalam menerima, memahami, menilai, dan menafsirkan suatu informasi, objek, atau situasi tertentu berdasarkan pengalaman, latar belakang, pengetahuan, serta faktor-faktor pribadi lainnya. Persepsi ini sangat penting karena akan mempengaruhi sikap, motivasi, dan perilaku siswa dalam merespons suatu hal. Dalam konteks pendidikan atau kesehatan, persepsi siswa bisa sangat menentukan seberapa efektif pesan yang disampaikan kepada mereka (Somantri, 2020).

F. Persepsi terhadap Tulisan Peringatan pada Kemasan Rokok

1. Definisi persepsi

Persepsi adalah proses menerima dan mengartikan informasi dari panca indra untuk memahami lingkungan sekitar. Persepsi juga dapat diartikan sebagai tanggapan atau pandangan umum terhadap suatu objek. Persepsi adalah proses psikologis yang kompleks, dipengaruhi oleh pengalaman, motivasi, dan perhatian individu. Persepsi perokok aktif terhadap merokok mencerminkan bagaimana mereka menilai risiko dan manfaat dari kebiasaan tersebut.

2. Proses terbentuknya persepsi

- a. Stimulus diterima oleh alat indra
- b. Informasi diolah dan diinterpretasikan
- c. Informasi disimpulkan dan ditafsirkan menjadi persepsi

3. Dimensi persepsi (kognitif, afektif, konatif)

- a. Dimensi kognitif persepsi adalah cara berpikir, mengenali, dan memaknai stimulus yang diterima oleh panca indra. Persepsi adalah kemampuan untuk menangkap, memproses, dan memahami informasi yang diterima oleh indra.
- b. Dimensi afektif adalah aspek persepsi yang berkaitan dengan perasaan, sikap, dan nilai. Afektif merupakan salah satu komponen dalam pembentukan sikap, selain komponen kognitif dan konatif
- c. Dimensi persepsi konatif adalah efek persepsi yang memengaruhi perilaku, tindakan, atau aktivitas seseorang. Persepsi konatif juga dapat

diartikan sebagai kecenderungan seseorang untuk bertindak sesuai dengan sikapnya

4. Faktor yang memengaruhi persepsi terhadap tulisan pada kemasan rokok (pengetahuan, pengalaman, lingkungan)

Label peringatan kesehatan pada kemasan rokok merupakan bentuk desain komunikasi visual yang mencoba mempengaruhi kecenderungan, sikap dan menyadarkan perokok bahwa rokok dapat membahayakan bagi kesehatan tubuh. Gambar pada kemasan rokok akan terus mendorong perokok membentuk persepsi baru terhadap rokok dan mengubah kecenderungan personal perokok terhadap rokok (Nabila et al., 2023).

d. Pengetahuan

Seseorang yang memiliki pengetahuan, mengerti bahwa kemasan asap rokok memperingatkan bahwa rokok dapat membahayakan Kesehatan.

e. Pengalaman

Gambar pada kemasan rokok menunjukkan bahwa adanya seseorang yang telah mengkonsumsi rokok memiliki dampak Kesehatan yang serius hingga kematian.

f. Lingkungan

Kemasan rokok mengingatkan bahwa rokok tidak hanya membahayakan diri sendiri namun juga orang lain dan lingkungan disekitarnya.

Berikut adalah gambar dari kemasan rokok beserta komponen tulisan didalam kemasanya:



Sumber: <https://www.liputan6.com/health/read/2396971/inikah-gambar-bungkus-rokok-yang-bikin-perokok-jera>



Sumber:

https://www.bbc.com/indonesia/majalah/2015/02/150217_sains_rokok

Komponen gambar:

- a. Peringatan Kesehatan Bergambar (Pictorial Health Warning - PHW): Gambar yang menunjukkan dampak negatif merokok, seperti kanker mulut, kanker tenggorokan, dan paru-paru rusak.

Tulisan "PERINGATAN" di bagian atas gambar dan deskripsi singkat di bawah gambar, misalnya:

"MEROKOK SEBABKAN KANKER MULUT", "MEROKOK MEMBUNUHMU", "MEROKOK DEKAT ANAK BERBAHAYA BAGI MEREKA"

b. Informasi Kandungan:

Pernyataan mengenai kandungan zat berbahaya dalam rokok, seperti: "MENGANDUNG LEBIH DARI 4.000 ZAT KIMIA BERBAHAYA, 43 ZAT PENYEBAB KANKER"

c. Larangan Penjualan:

Tulisan yang melarang penjualan rokok kepada kelompok tertentu, contohnya: "DILARANG MENJUAL/MEMBERI PADA ANAK USIA DI BAWAH 18 TAHUN DAN PEREMPUAN HAMIL"
Mulai Agustus 2024, diperbarui menjadi: "DILARANG MENJUAL DAN MEMBERI KEPADA ORANG DI BAWAH 21 TAHUN DAN PEREMPUAN HAMIL"

d. Informasi Layanan Berhenti Merokok

Nomor layanan yang dapat dihubungi untuk bantuan berhenti merokok, seperti: "LAYANAN BERHENTI MEROKOK: 0800-177-6565"

e. Informasi Kadar Nikotin dan Tar:

Kadar nikotin dan tar yang terkandung dalam rokok tersebut.

G. Kerangka Teori

Konsep *Health Belief Model*

1. Pengertian

Model kepercayaan kesehatan mengembangkan konsep *value-expectancy* yang sering digunakan untuk memprediksi perilaku kesehatan preventif yaitu keinginan untuk menghindari suatu penyakit (*value*) dan keyakinan bahwa tindakan kesehatan yang spesifik dapat mengurangi gejala penyakit (*expectancy*).

Health Belief Model merupakan model kognitif, yang sangat dipengaruhi oleh proses informasi dari lingkungan, sehingga individu akan melakukan tindakan pencegahan yang sangat ditentukan oleh dua keyakinan kesehatan (*health belief*), yaitu ancaman yang dirasakan dari sakit (*perceived threat of illness*) dan pertimbangan tentang keuntungan atau kerugian (*benefits and costs*).

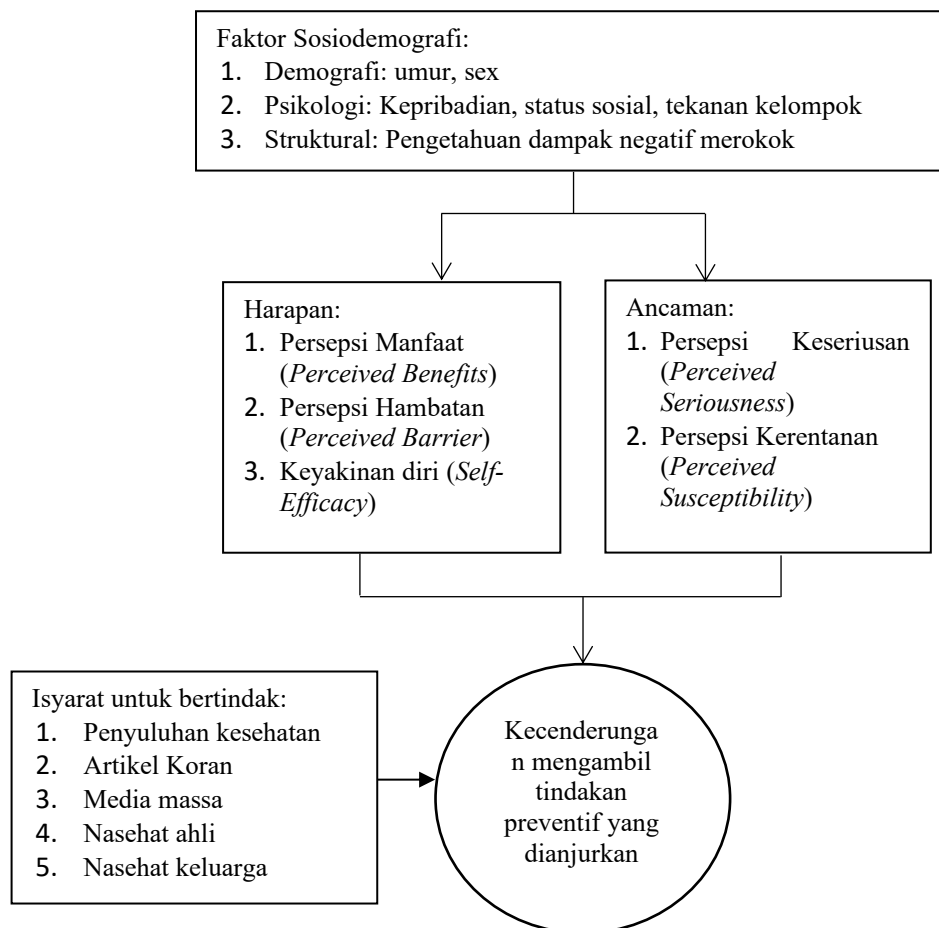
Health belief model dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor demografis, karakteristik psikologis, dan juga dipengaruhi oleh structural variable.

2. Komponen *Health belief model*

Menurut Rosenstock (1988), HBM dibangun melalui empat persepsi, yang dalam penelitian ini, meliputi: (a) Persepsi kerentanan (*Perceived susceptibility*), individu menilai kemungkinan terjadinya masalah kesehatan yang akan berkembang sebagai dampak perilaku. (b) Persepsi keseriusan (*Perceived seriousness*), individu menilai kondisi klinis

atau medis dirinya bila berperilaku. (c) Persepsi manfaat (*Perceived benefits*), penerimaan *susceptibility* terhadap suatu kondisi yang dipercaya dapat menimbulkan keseriusan (*perceived threat*) dapat mendorong individu untuk berperilaku. Hal ini tergantung pada kepercayaan individu terhadap efektivitas dari berbagai upaya dalam mengurangi masalah kesehatan, ditinjau dari keuntungan yang didapatkan (*perceived benefit*) dibandingkan dengan biaya atau tenaga yang dikeluarkan. (d) Persepsi hambatan (*Perceived barrier*), individu merasakan adanya hambatan yang berasal dari faktor internal maupun eksternal ketika menginginkan perubahan. (e) Isyarat untuk bertindak (*Cues to action*), isyarat berupa pesan kesehatan yang mampu menyadarkan atau meyakinkan individu terkait risiko kesehatan akibat perilaku dapat meningkatkan kecenderungan individu untuk segera bertindak. Isyarat tersebut dapat berupa faktor eksternal maupun internal, misalnya pesan kesehatan dari media masa, nasihat kawan atau anggota keluarga lain dan aspek sosiodemografis. (f) Keyakinan diri (*Self-Efficacy*), suatu taksiran kemampuan individu untuk berubah sehingga mampu mendorong individu untuk menampilkan suatu perilaku dengan penuh keyakinan.

3. Kerangka Pikir



Gambar 1 Modifikasi Kerangka Teori Health Belief Model, Rosenstock (1988)