

Gambaran Perilaku Merokok Pada Remaja SMA Negeri 1 Ende Tahun 2026

Aprilia Chindrania Sombo¹, Yustina P.M Paschalia², Aris Wawomeo³

¹²³Prodi Keperawatan Ende, Poltekkes Kemenkes Kupang, Indonesia

E-mail: chindraniasombo@gmail.com¹⁾

Received: 24/06/2026; Revised: 30/06/2026; Accepted: 30/06/2026

Abstrak

Latar Belakang Perilaku merokok pada remaja masih menjadi masalah kesehatan yang penting karena dapat menyebabkan ketergantungan nikotin serta meningkatkan risiko berbagai penyakit. Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap pengaruh lingkungan, terutama teman sebaya, sehingga lebih mudah terlibat dalam perilaku merokok. **Tujuan** Mengetahui gambaran perilaku merokok pada siswa SMA Negeri 1 Ende. Berdasarkan frekuensi merokok, intensitas merokok, jumlah rokok yang dikonsumsi, situasi merokok, dan klasifikasi perilaku merokok. **Metode** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Ende pada bulan Mei 2026. Populasi penelitian berjumlah 151 siswa laki-laki kelas X dan XI yang memiliki perilaku merokok. Sampel sebanyak 110 responden dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner perilaku merokok yang terdiri dari 23 pertanyaan dan dianalisis secara univariat. **Hasil** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki frekuensi merokok kategori ringan sebanyak 83 responden (75,5%), intensitas merokok kategori ringan sebanyak 65 responden (59,1%), jumlah rokok kategori ringan sebanyak 82 responden (74,5%), dan situasi merokok kategori ringan sebanyak 63 responden (57,3%). Secara keseluruhan, mayoritas responden termasuk kategori perokok ringan sebanyak 65 responden (59,1%). **Kesimpulan** Perilaku merokok pada siswa SMA Negeri 1 Ende didominasi oleh kategori perokok ringan. Upaya promosi kesehatan dan pencegahan merokok perlu terus ditingkatkan untuk mengurangi perilaku merokok pada remaja.

Kata kunci: perilaku merokok: remaja SMA

Abstract

Background Smoking behavior among adolescents remains an important public health issue because it can lead to nicotine dependence and increase the risk of various diseases. Adolescents are a vulnerable group to environmental influences, especially peers, making them more likely to engage in smoking behavior. **Objective** To describe smoking behavior among students of SMA Negeri 1 Ende based on smoking frequency, smoking intensity, number of cigarettes consumed, smoking situations, and classification of smoking behavior. **Methods** This study used a quantitative descriptive design with a cross-sectional approach. The study was conducted at SMA Negeri 1 Ende in May 2026. The population consisted of 151 male students in grades X and XI who had smoking behavior. A sample of 110 respondents was selected using accidental sampling technique. Data were collected using a smoking behavior questionnaire consisting of 23 questions and analyzed using univariate analysis. **Results** The results showed that most respondents had light-category smoking frequency (83 respondents; 75.5%), light-category smoking intensity (65 respondents; 59.1%), light-category number of cigarettes consumed (82 respondents; 74.5%), and light-category smoking situation (63 respondents; 57.3%). Overall, the majority of respondents were classified as light smokers (65 respondents; 59.1%). **Conclusion** Smoking behavior among students of SMA Negeri 1 Ende is predominantly classified as light smoking. Health promotion and smoking prevention efforts need to be continuously strengthened to reduce smoking behavior among adolescents.

Keywords: smoking behavior, adolescent high school students.



This is an open access article under the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

PENDAHULUAN

Merokok merupakan aktivitas menghisap asap hasil pembakaran tembakau yang mengandung berbagai zat berbahaya seperti nikotin, tar, dan karbon monoksida yang dapat menimbulkan ketergantungan serta berbagai gangguan kesehatan. Perilaku merokok tidak hanya berdampak pada perokok aktif, tetapi juga pada perokok pasif yang terpapar asap rokok.

Perilaku merokok masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di dunia. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa tembakau menyebabkan lebih dari 8 juta kematian setiap tahun, termasuk sekitar 1,2 juta kematian pada perokok pasif. Di Indonesia, prevalensi perokok masih tergolong tinggi dengan persentase mencapai 38,7% dari total populasi. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa 7,4% perokok aktif berada pada kelompok usia 10–18 tahun.

Di Provinsi Nusa Tenggara Timur, persentase penduduk usia 15–24 tahun yang merokok pada tahun 2024 sebesar 16,73%, sedangkan di Kabupaten Ende mencapai 17,38%. Kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku merokok pada remaja masih menjadi masalah yang perlu mendapat perhatian khusus karena remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap pengaruh lingkungan dan teman sebaya.

Berdasarkan penelitian Reong et al. (2024), perilaku merokok lebih banyak ditemukan pada remaja laki-laki dengan kategori perokok ringan sebagai kelompok yang dominan. Selain itu, Munir (2019) menemukan bahwa pengaruh teman sebaya merupakan faktor utama yang mendorong perilaku merokok pada remaja. Berdasarkan studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Ende, masih ditemukan siswa yang merokok di lingkungan sekolah maupun di sekitar

sekolah saat jam istirahat. Namun, hingga saat ini belum terdapat data ilmiah yang menggambarkan perilaku merokok siswa di SMA Negeri 1 Ende. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku merokok pada siswa SMA Negeri 1 Ende.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Ende, Kabupaten Ende, Provinsi Nusa Tenggara Timur pada bulan Mei 2026. Populasi penelitian adalah seluruh siswa laki-laki kelas X dan XI yang memiliki perilaku merokok sebanyak 151 siswa. Jumlah sampel sebanyak 110 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% dan dipilih menggunakan teknik accidental sampling.

Variabel yang diteliti adalah perilaku merokok yang meliputi frekuensi merokok, intensitas merokok, jumlah rokok yang dikonsumsi per hari, dan situasi atau kondisi merokok. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner perilaku merokok yang diadaptasi dari Noviyeni (2017), terdiri dari 23 item pertanyaan, meliputi frekuensi merokok (5 item), intensitas merokok (5 item), jumlah rokok per hari (5 item), dan situasi atau kondisi merokok (8 item). Setiap item menggunakan skala Likert dengan pilihan jawaban tidak pernah (1), kadang-kadang (2), sering (3), dan selalu (4).

Pengumpulan data dilakukan menggunakan Google Form setelah responden menyatakan kesediaan mengikuti penelitian melalui lembar informed consent. Data yang diperoleh kemudian dilakukan proses editing, coding, entry data, cleaning, dan

tabulating. Analisis data menggunakan analisis univariat untuk memperoleh distribusi frekuensi dan persentase karakteristik responden serta gambaran perilaku merokok siswa. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data primer yang dikumpulkan pada bulan Mei 2026 berhasil menghimpun data dari 110 responden siswa laki-laki kelas X dan XI SMA Negeri 1 Ende. Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia dan kelas. Distribusi karakteristik responden disajikan pada Tabel 1. Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden usia dan kelas di SMA Negeri 1 Ende

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berusia 17 tahun yaitu sebanyak 50 responden (45,5%), sedangkan responden paling sedikit berusia 18 tahun yaitu sebanyak 9 responden (8,2%). Berdasarkan tingkat kelas, jumlah responden kelas X dan XI sama banyak yaitu masing-masing 55 responden (50,0)

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
15 tahun	14	12.7
16 tahun	37	33.6
17 tahun	50	45.5
18 tahun	9	8.2
Kelas		
X	55	50
XI	55	50

Tabel 2. Distribusi Frekuensi, Intensitas, Jumlah Batang Rokok, dan Situasi Merokok Siswa SMA Negeri 1 Ende

No	Variable perilaku merokok	Ringan n (%)	Sedang n(%)	Berat n(%)

1	Frekuensi merokok	83 (75.5)	26 (23.6)	1 (0.9)
2	Intensitas merokok	65 (59.1)	43 (39.1)	2 (1.8)
3	Jumlah batang rokok	82 (74.5)	24 (21.8)	4 (3.6)
4	Situasi merokok	63 (57.3)	35 (31.8)	12 (10.9)
5	Kategori merokok	65 (59.1)	41 (37.3)	4 (3,6)

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar responden berada pada kategori ringan pada seluruh indikator perilaku merokok. Frekuensi merokok kategori ringan ditemukan pada 83 responden (75,5%), intensitas merokok kategori ringan sebanyak 65 responden (59,1%), jumlah batang rokok kategori ringan sebanyak 82 responden (74,5%), dan situasi merokok kategori ringan sebanyak 63 responden (57,3%).

Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 17 tahun yaitu sebanyak 50 responden (45,5%), sedangkan berdasarkan tingkat kelas jumlah responden kelas X dan XI sama banyak yaitu masing-masing 55 responden (50,0%). Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku merokok lebih banyak ditemukan pada kelompok usia remaja pertengahan hingga akhir. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Reong et al. (2024) yang menemukan bahwa mayoritas perokok berada pada kelompok usia remaja sekolah. Penelitian Hariani et al. (2024) juga menunjukkan bahwa perilaku merokok pada remaja dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan teman sebaya.

Menurut teori perkembangan remaja, usia 17 tahun merupakan fase pencarian identitas diri yang ditandai

dengan meningkatnya rasa ingin tahu, keinginan untuk memperoleh pengakuan sosial, dan kecenderungan mengikuti perilaku kelompok sebaya. Pada tahap ini, remaja lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial sehingga berisiko mencoba dan mempertahankan perilaku merokok. Oleh karena itu, usia remaja merupakan kelompok yang memerlukan perhatian khusus dalam upaya pencegahan perilaku merokok.

2. Gambaran Perilaku Merokok Siswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori ringan untuk seluruh indikator perilaku merokok. Frekuensi merokok kategori ringan ditemukan pada 83 responden (75,5%), intensitas merokok kategori ringan sebanyak 65 responden (59,1%), jumlah batang rokok kategori ringan sebanyak 82 responden (74,5%), dan situasi merokok kategori ringan sebanyak 63 responden (57,3%). Selain itu, mayoritas responden termasuk dalam kategori perokok ringan yaitu sebanyak 65 responden (59,1%), sedangkan kategori perokok berat hanya sebanyak 4 responden (3,6%).

Temuan ini sejalan dengan penelitian Reong et al. (2024) yang melaporkan bahwa sebagian besar remaja perokok termasuk dalam kategori perokok ringan. Penelitian Munir (2019) juga menunjukkan bahwa perilaku merokok pada remaja umumnya diawali dengan frekuensi dan jumlah konsumsi

rokok yang rendah sebelum berkembang menjadi kebiasaan yang lebih menetap. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih berada pada tahap awal perilaku merokok.

Menurut teori perilaku merokok, kebiasaan merokok pada remaja umumnya dipengaruhi oleh rasa ingin tahu, pengaruh teman sebaya, lingkungan keluarga, serta paparan media. Meskipun sebagian besar responden masih berada pada kategori ringan, perilaku tersebut tetap berpotensi berkembang menjadi kategori sedang atau berat apabila tidak dilakukan intervensi sejak dini. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui pendidikan kesehatan, pengawasan orang tua, serta penerapan kawasan tanpa rokok di lingkungan sekolah untuk menekan peningkatan perilaku merokok pada remaja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden di SMA Negeri 1 Ende berusia 17 tahun dan memiliki proporsi yang sama antara siswa kelas X dan XI. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berada pada kategori ringan untuk frekuensi merokok, intensitas merokok, jumlah batang rokok yang dikonsumsi, situasi merokok, maupun klasifikasi perokok. Temuan ini menunjukkan bahwa kebiasaan merokok telah terbentuk pada sebagian siswa, namun masih berada pada tingkat yang relatif rendah. Meskipun demikian, perilaku merokok pada remaja tetap memerlukan perhatian karena berpotensi berkembang menjadi kebiasaan yang lebih berat apabila tidak dilakukan upaya pencegahan sejak dini.

Berdasarkan temuan tersebut, siswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mengenai bahaya merokok serta menghindari pengaruh negatif teman sebaya yang mendorong perilaku

merokok. Orang tua diharapkan dapat meningkatkan pengawasan dan komunikasi dengan anak terkait bahaya merokok serta menjadi teladan dalam menerapkan perilaku hidup sehat. Pihak sekolah disarankan untuk memperkuat penerapan kawasan tanpa rokok, meningkatkan pengawasan, dan menyelenggarakan pendidikan kesehatan secara berkala mengenai dampak merokok pada remaja. Tenaga kesehatan, khususnya perawat komunitas dan petugas puskesmas, diharapkan dapat mengoptimalkan promosi kesehatan melalui penyuluhan dan konseling tentang bahaya merokok. Selain itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor yang memengaruhi perilaku merokok pada remaja, seperti pengaruh teman sebaya, pola asuh orang tua, lingkungan sekolah, dan media sosial dengan menggunakan desain penelitian analitik sehingga diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai perilaku merokok pada

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Provinsi Nusa Tenggara Timur. (2025). Statistik Daerah Provinsi Nusa Tenggara Timur Tahun 2025.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Nusa Tenggara Timur. (2025). Persentase Penduduk Usia 15–24 Tahun yang Merokok Tembakau Tahun 2024.
- Hariani, dkk. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada remaja SMA.
- Jasmine, M. M., Yunariyah, B., & Jannah, R. (2024). Faktor dominan yang menyebabkan perilaku merokok pada remaja.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2024.
- Littlecott, H. J., et al. (2023). Perceptions of friendship, peers and influence on adolescent smoking. *BMC Public Health*.
- Masniati. (2021). Perilaku Petugas dalam Pelaksanaan Kawasan Tanpa Rokok.
- Megatsari, H., et al. (2023). Tobacco advertising, promotion and sponsorship and youth smoking behavior in Indonesia. *BMC Public Health*.
- Munir, M. (2019). Gambaran perilaku merokok pada remaja laki-laki.
- Notoatmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan.
- Puspa Kusumaningsih, dkk. (2025). Perkembangan remaja dan pembentukan identitas diri pada usia sekolah.
- Reong, Y., dkk. (2024). Gambaran perilaku merokok pada remaja sekolah menengah.
- Sugiyono. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif.
- World Health Organization. (2022). Adolescent Health