



Tinjauan Pustaka Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok pada Remaja Berdasarkan *Health Belief Model (HBM)*

Laisyah Shava Zein Haryanto^{1*}, Luqman Effendi²

¹⁻² Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

*Penulis Korespondensi: echashava27@gmail.com

Abstrak. *Smoking behavior among adolescents in Indonesia remains a serious public health challenge with increasing prevalence. Adolescence is a vulnerable period where psychological factors and the social environment significantly influence the decision to smoke. This study aims to review the factors influencing smoking behavior among adolescents based on the Health Belief Model (HBM) theoretical framework. This study is a literature review that analyzes various research findings related to the determinants of smoking behavior using HBM components. The analysis shows that all dimensions of HBM play a role in shaping smoking behavior. Self-efficacy and perceived susceptibility were found to be the strongest predictors. Although adolescents have a good perceived severity of the dangers of smoking, they are often hindered by high perceived barriers, such as peer pressure and psychological dependence. Consistent cues to action and perceived benefits are proven to encourage prevention and smoking cessation efforts. Adolescent smoking behavior is strongly influenced by individual beliefs in self-ability and health risks. Health interventions should focus on strengthening self-control and managing social influences to reduce the number of adolescent smokers.*

Keywords: *Adolescent; Health Belief Model; Peer Pressure; Self-Efficacy; Smoking Behavior.*

Abstrak. Perilaku merokok pada remaja di Indonesia masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang serius dengan prevalensi yang terus meningkat. Masa remaja merupakan periode rentan di mana faktor psikologis dan lingkungan sosial sangat mempengaruhi keputusan untuk merokok. Penelitian ini bertujuan untuk meninjau faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja berdasarkan kerangka teori Health Belief Model (HBM). Penelitian ini merupakan tinjauan pustaka (*literature review*) yang menganalisis berbagai hasil penelitian terkait determinan perilaku merokok menggunakan komponen-komponen HBM. Analisis menunjukkan bahwa seluruh dimensi HBM berperan dalam membentuk perilaku merokok. Efikasi diri (*self-efficacy*) dan persepsi kerentanan (*perceived susceptibility*) ditemukan sebagai prediktor terkuat. Meskipun remaja memiliki persepsi keparahan (*perceived severity*) yang baik terhadap bahaya rokok, mereka sering kali terhambat oleh persepsi hambatan (*perceived barriers*) yang tinggi, seperti tekanan teman sebaya dan ketergantungan psikologis. Isyarat bertindak (*cues to action*) yang konsisten dan persepsi manfaat (*perceived benefits*) terbukti dapat mendorong upaya pencegahan dan berhenti merokok. Perilaku merokok remaja sangat dipengaruhi oleh keyakinan individu terhadap kemampuan diri dan risiko kesehatan. Intervensi kesehatan harus fokus pada penguatan kontrol diri dan pengelolaan pengaruh sosial untuk menekan angka perokok remaja.

Kata kunci: Efikasi Diri; *Health Belief Model*; Perilaku Merokok; Remaja; Tekanan Teman Sebaya.

1. LATAR BELAKANG

Merokok adalah kebiasaan yang sulit untuk dihilangkan. Jika dibandingkan dengan negara-negara lain di Asia Tenggara, tingkat konsumsi rokok di Indonesia lebih tinggi. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), sekitar 36% penduduk Indonesia, yang berarti lebih dari 60 juta orang, adalah perokok. WHO juga memperkirakan bahwa pada tahun 2025, jumlah perokok di Indonesia akan meningkat menjadi 90 juta orang, atau sekitar 45% dari total populasi (Julaecha & Wuryandari, 2021).

Perilaku merokok disebabkan oleh beberapa faktor yang saling terkait, seperti faktor biologis, psikologis, perilaku, dan peran sosial. Keluarga dan teman memiliki pengaruh yang

cukup besar, karena banyak remaja merokok untuk menyesuaikan diri dan diterima dalam kelompok sosial mereka. Selain itu, iklan juga berperan penting dalam mendorong orang untuk mulai merokok (Satya et al., 2024).

Kebiasaan merokok banyak menyerang remaja karena remaja sering kali merasa bingung tentang posisi mereka dalam kehidupan karena mereka belum sepenuhnya menemukan identitas diri. Meskipun secara fisik mereka sudah mirip dengan orang dewasa, secara emosional dan sosial mereka belum mencapai kematangan yang diperlukan untuk dianggap dewasa. Hal ini membuat mereka merasa terjebak di antara masa kanak-kanak dan kedewasaan. Kecenderungan untuk melakukan perilaku menyimpang, seperti merokok, sering kali mencerminkan krisis identitas yang dialami remaja (Pratiwi & Karya Bunda Husada, 2022).

Dengan prevalensi yang terus meningkat, perilaku merokok di kalangan remaja Indonesia menjadi masalah penting bagi kesehatan masyarakat. Pengaruh teman sebaya dan rasa ingin tahu sering mendorong remaja untuk mencoba perilaku berisiko, seperti merokok. Meskipun ada kampanye kesadaran dan peraturan untuk mengendalikan tembakau, banyak remaja yang masih mengabaikan risiko kesehatan yang terkait. Untuk alasan ini, penting untuk menyelidiki komponen psikologis yang mempengaruhi perilaku merokok, seperti yang dijelaskan dalam Model Keyakinan Kesehatan (Health Belief Model). Penelitian telah menunjukkan bahwa individu yang melakukan penelitian ini tidak memiliki pemahaman yang cukup tentang risiko kesehatan yang disebabkan oleh merokok (Umbu et al., 2025a).

Merokok adalah tindakan membakar dan menghisap jenis tembakau tertentu. Ini mencakup berbagai produk seperti rokok kretek, rokok putih, cerutu, dan jenis tembakau lainnya yang terbuat dari tanaman seperti *Nicotiana tabacum* atau *Nicotiana rustica*, serta produk sintetis yang mengandung nikotin dan tar, dengan atau tanpa tambahan bahan lain.

Data profil kesehatan Indonesia mengungkapkan bahwa merokok adalah salah satu penyebab utama penyakit tidak menular (PTM), termasuk penyakit kardiovaskuler (CVD). Selain itu, perilaku merokok semakin meningkat, terutama di kalangan remaja berusia 15-19 tahun sekitar 48,2%. Hal ini menjadi perhatian serius, karena merokok juga merupakan penyebab utama kematian dini di Indonesia (Primilies Oktania et al., 2023). Penelitian (Parawansa & Nasution, 2022) menunjukkan bahwa di Indonesia, sebanyak 7,14% remaja laki-laki dan 0,09% remaja perempuan yang berusia di bawah 18 tahun adalah perokok. Selain itu, sekitar 19,2% siswa yang berusia antara 13 hingga 15 tahun pernah mencoba menggunakan produk tembakau.

Kondisi ini sangat mengkhawatirkan karena banyak perokok berasal dari kalangan ekonomi rendah dan menengah. Setiap tahun, merokok menyebabkan sekitar 8 juta kematian, yang berarti sekitar 21.917 orang meninggal setiap hari. Dari jumlah tersebut, 7 juta adalah perokok aktif (Kunci et al., 2021). Dari berbagai sudut pandang, perilaku merokok dianggap sangat merugikan bagi diri sendiri dan orang lain di sekitarnya (Pratiwi & Karya Bunda Husada, 2022).

Konsumsi rokok berperan besar dalam meningkatkan risiko penyakit tidak menular, seperti penyakit jantung koroner, stroke, kanker, penyakit paru-paru kronis, dan diabetes melitus. Penyakit-penyakit ini adalah penyebab utama kematian di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Saat ini, lebih dari 60 juta orang di Indonesia aktif merokok, dan jumlah ini terus meningkat setiap tahun. Hal ini membuat Indonesia menduduki peringkat ketiga tertinggi di dunia dalam hal jumlah perokok, setelah China dan India (Julaecha & Wuryandari, 2021).

Baik perokok aktif maupun perokok pasif mengalami berbagai efek negatif. Dari segi kesehatan, merokok berdampak buruk pada sirkulasi darah, jantung, lambung, kulit, tulang, otak, paru-paru, mulut, tenggorokan, serta sistem reproduksi dan kesuburan. Selain itu, merokok juga dapat meningkatkan risiko infeksi tuberkulosis (TB). Di Indonesia, sekitar 45% perokok mengalami stroke, 81% mengalami serangan jantung, dan 85% mengalami kanker paru-paru. Selain itu, merokok dapat menyebabkan ketergantungan, di mana seseorang merasa sulit untuk berhenti dan terus membutuhkan rokok (Salsabila et al., 2022).

Langkah-langkah yang diambil pemerintah Indonesia saat ini sejalan dengan upaya pengendalian tembakau yang dicanangkan oleh WHO. Salah satu strategi utama yang diterapkan adalah Kebijakan Kawasan Tanpa Rokok (KTR), yang bertujuan untuk mengendalikan penggunaan rokok. Kebijakan ini diatur dalam Peraturan Bersama antara Menteri Kesehatan dan Menteri Dalam Negeri mengenai pedoman pelaksanaan pengendalian asap rokok (Julaecha & Wuryandari, 2021).

Menurut Laporan WHO tentang Epidemi Tembakau Global 2008, ada enam kebijakan yang dapat diterapkan untuk mengurangi konsumsi rokok. Kebijakan tersebut meliputi pemantauan penggunaan dan pencegahan tembakau, melindungi orang dari asap rokok, memberikan bantuan untuk berhenti merokok, memberikan peringatan tentang bahaya merokok, menegakkan larangan iklan dan promosi rokok, serta meningkatkan pajak rokok (Salsabila et al., 2022).

Di Indonesia, Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan melaksanakan program GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) yang memiliki tujuh langkah, salah satunya adalah kampanye untuk tidak merokok dan cara

menghindari perilaku merokok demi kesehatan. Selain itu, Kementerian Kesehatan juga mengembangkan Kawasan Tanpa Rokok di tujuh area untuk menurunkan angka kecanduan rokok. Program RIAS (Remaja Siaga Asap Rokok) juga telah diterapkan di Kota Bandung untuk mencegah dan mengatasi kecanduan rokok di kalangan remaja (Salsabila et al., 2022).

Kondisi ini menimbulkan pertanyaan yang penting: faktor-faktor apa saja yang mendorong remaja untuk terus merokok meskipun mereka sudah menyadari dampak negatifnya terhadap kesehatan? Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perilaku merokok di kalangan remaja dipengaruhi oleh lebih dari sekadar pengetahuan; ada juga faktor psikologis, sosial, dan lingkungan yang berperan. Salah satu pendekatan teoritis yang relevan untuk memahami fenomena ini adalah Health Belief Model (HBM). Teori ini menyatakan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh persepsi mereka terhadap ancaman kesehatan dan keyakinan mengenai manfaat dari tindakan pencegahan.

Dalam konteks merokok, remaja sering kali tetap melakukannya karena merasa tidak terancam oleh potensi risiko kesehatan yang mungkin muncul akibat perilaku tersebut. Menurut HBM, keputusan seseorang untuk berperilaku sehat atau sebaliknya dapat dijelaskan melalui enam komponen kunci: persepsi kerentanan (*perceived susceptibility*), persepsi keseriusan (*perceived severity*), persepsi manfaat (*perceived benefits*), persepsi hambatan (*perceived barriers*), isyarat untuk bertindak (*cues to action*), dan kepercayaan diri atau *self-efficacy*. Sebagai contoh, remaja mungkin beranggapan bahwa mereka tidak akan mengalami penyakit serius meskipun merokok, atau mereka merasakan manfaat sosial yang lebih besar dibandingkan dengan risiko kesehatan yang ada.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi perilaku merokok pada remaja melalui lensa Health Belief Model (HBM), dengan harapan dapat memberikan dasar yang kuat untuk intervensi promosi kesehatan yang lebih efektif dalam mendorong pola hidup sehat di kalangan remaja.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Tinjauan Pustaka (*literature review*) dengan mengeksplorasi berbagai penelitian yang membahas faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja melalui perspektif Health Belief Model (HBM). Pencarian sumber literatur dilakukan melalui beberapa database ilmiah seperti Google Scholar, PubMed, dan ScienceDirect dengan menggunakan kata kunci “Health Belief Model dan perilaku merokok” serta “HBM dan remaja merokok”. Artikel yang dipilih mencakup penelitian dari

dalam dan luar negeri yang diterbitkan antara tahun 2021 hingga 2025 serta relevan dengan tema yang diteliti.

Seluruh literatur yang berhasil dikumpulkan kemudian dianalisis secara tematik, dengan mengelompokkan hasil penelitian berdasarkan elemen-elemen kunci dalam teori Health Belief Model, yakni *perceived susceptibility*, *perceived severity*, *perceived benefits*, *perceived barriers*, *cues to action*, dan *self-efficacy*. Hasil dari analisis ini diharapkan dapat mengidentifikasi faktor-faktor yang berkaitan dengan perilaku merokok di kalangan remaja.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tinjauan terhadap 12 literatur yang telah dianalisis pada tabel 1, mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok memiliki pengaruh yang signifikan. Banyak penelitian menunjukkan bahwa edukasi yang efektif dan berkelanjutan, serta kampanye penyuluhan mengenai risiko dan konsekuensi merokok, sangat penting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran di kalangan remaja.

Pentingnya pendekatan yang berfokus pada Health Belief Model (HBM) juga ditegaskan, di mana pemahaman tentang bahaya merokok dan keuntungan dari tidak merokok dapat mendorong remaja untuk mengambil keputusan yang lebih sehat. Dengan demikian, inisiatif edukasi yang dirancang secara komprehensif dapat berkontribusi dalam mengurangi perilaku merokok di kalangan generasi muda.

Tabel 1. Daftar Literatur yang Digunakan dalam Penelitian.

No	Nama Penulis	Judul	Publikasi dan Tahun	Metode	Hasil
1.	Nur-Hasanah Ruslan, Siti Munira Yasin, Nadzimah Mohd Nasir, Mohamad Rodi Isa	<i>The Perceived Benefits and Self-Efficacy of an Exercise Intervention on Tobacco Withdrawal Symptoms: A Qualitative Study Based on the Health Belief Model</i>	Malays J Med Sci, 2024; 31(3): 194–203	Desain Kualitatif pendekatan kasus. Sampling: <i>Convenience</i> sampling. Intervensi: Program latihan aerobik moderat selama 8 minggu. Peserta: 14 peserta yang diambil dari fase intervensi, diwawancarai menggunakan kuesioner semi-terstruktur yang dipandu oleh HBM.	Studi: Ditemukan manfaat positif dari intervensi olahraga terhadap pengurangan kebiasaan merokok dan gejala penarikan tembakau, serta peningkatan efikasi diri pada peserta dalam proses penghentian merokok.

2.	Rhandy Bane Uumbu Dongu Deddi Yuswanto Setyawan	<i>Analysis of Determinants of Smoking Behavior in Adolescents Based on Health Belief Model Theory</i>	Hearty, Vol. 13 No. 5, Oktober 2025, Hal. 1307-1313	Desain Studi: Deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survei. Sampel: 300 siswa SMA yang dipilih melalui purposive sampling. Pengumpulan Data Melalui kuesioner terstruktur yang mengacu pada konstruksi Health Belief Model (HBM) seperti persepsi kerentanan, tingkat keparahan, manfaat, hambatan, efikasi diri, dan petunjuk tindakan.	Ditemukan bahwa 63.4% siswa memiliki persepsi tinggi terhadap risiko kesehatan merokok, tetapi 36.6% tidak yakin atau mengabaikan risiko tersebut. Selain itu, 26.7% siswa menunjukkan rendahnya efikasi diri dalam menolak tawaran rokok dari teman sebaya, yang menunjukkan bahwa persepsi kerentanan dan efikasi diri memengaruhi perilaku merokok di kalangan remaja.
3.	Diana Elysabeth Sinaga Siti Ina Savira	Hubungan Health Belief Model dan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa	INCARE: <i>International Journal of Educational Resources</i> , Volume 5, Number 1, Juni 2024	Jenis Penelitian: Kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel: 272 mahasiswa laki-laki yang telah merokok minimal 100 batang rokok. Pengumpulan Data: Menggunakan kuesioner online yang mengukur aspek-aspek Health Belief Model, yaitu <i>perceived susceptibility</i> , <i>perceived severity</i> , <i>perceived benefits</i> , <i>perceived barriers</i> , <i>self-efficacy</i> , dan <i>cues to action</i> .	Ditemukan hubungan signifikan antara Health Belief Model dan perilaku merokok dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), serta koefisien korelasi -0,444 yang menunjukkan hubungan negatif; semakin tinggi nilai Health Belief Model, semakin rendah perilaku merokok pada mahasiswa. Aspek <i>perceived severity</i> tidak berkorelasi signifikan dengan perilaku merokok, sementara <i>perceived barrier</i> memiliki korelasi lebih tinggi dengan perilaku merokok.
4.	Fitri Almaidah, Saarah Khairunnisa, Intan Purnama Sari, Chaza Deidora Chrisna, Anisa Firdaus, Zakiyatul Hurroh	Survei Faktor Penyebab Perokok Remaja Mempertahankan Perilaku Merokok	Jurnal Farmasi Komunitas, Vol. 8, No. 1, (2021), Hal. 20-26	Jenis Penelitian: <i>Observasional cross-sectional</i> . Sampling: <i>Accidental sampling</i> . Instrument: Kuesioner yang mengukur pengalaman perilaku merokok,	Ditemukan bahwa 62,2% responden, meskipun mengetahui bahaya merokok, tetap mempertahankan perilaku merokok. Faktor psikologis seperti percaya bahwa merokok dapat

	Kamiliya, Ni Putu Williantari, Achmad Naufal Maulana Akbar, Luh Putu Ariyani Pratiwi, Kiki Nurhasanah, Hanni Prihhastuti Puspitasari			pengetahuan bahaya merokok, sikap mempertahankan merokok, dan perilaku setelah mengetahui bahaya merokok. Responden: 103 remaja yang masih merokok dan pernah merokok.	melepaskan stres (69,9%) dan membuat mereka merasa tenang (69,0%) sangat berkontribusi terhadap keputusan untuk terus merokok. Meskipun 87,4% responden menyadari bahaya merokok, pengetahuan tersebut tidak memengaruhi sikap mereka untuk berhenti merokok.
5.	Nia Primilies Oktania, Bagoes Widjarnako, Zahroh Shaluhiah	Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja	Jambura Health and Sport Journal, Vol. 5, No. 1, Februari 2023	Jenis Penelitian: <i>Observasional analitik kuantitatif</i> dengan desain <i>cross-sectional</i> . Populasi: Remaja usia 10-19 tahun, sebanyak 354.086 orang. Sampel: 421 orang dipilih menggunakan simple random sampling. Pengumpulan Data: Survei wawancara langsung menggunakan kuesioner mengenai pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dan aturan di sekolah terkait merokok.	Ditemukan bahwa <i>variabel</i> pengetahuan dan sikap remaja, dukungan dan peran keluarga, serta aturan dan kebijakan sekolah memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku merokok, dengan nilai $p < 0,05$. Pengetahuan yang baik tentang bahaya merokok berhubungan positif dengan sikap yang lebih baik terhadap pencegahan merokok. Dukungan keluarga dalam melarang merokok juga berkontribusi pada penurunan perilaku merokok di kalangan remaja. Hasil ini menunjukkan pentingnya pendekatan lintas program dan sektor dalam mengendalikan perilaku merokok pada remaja.
6.	Gisely Vionalita, Devi Angeliana Kusumaningtiar, Dudung Angkasa	<i>Relationship between Health Belief Model constructs and smoking behavior among school-age adolescents in Indonesia: A</i>	Public Health of Indonesia, Vol. 9, Issue 4, Oktober – Desember 2023	Desain Penelitian: <i>Cross-sectional</i> . Populasi: Remaja berusia sekolah di Indonesia. Sampel: 171 remaja dipilih melalui <i>accidental sampling</i> . Pengumpulan Data: Menggunakan	Ditemukan hubungan signifikan antara <i>perceived susceptibility</i> ($p = 0.002$), <i>perceived barriers</i> untuk berhenti merokok ($p < 0.001$), dan <i>cues to action</i> terkait perilaku merokok orang tua (p

		<i>cross-sectional study</i>		kuesioner yang mengukur konstruk Health Belief Model (<i>perceived susceptibility, perceived severity, perceived benefits, perceived barriers, dan cues to action</i>) serta perilaku merokok.	= 0.019) dengan perilaku merokok pada remaja. Mayoritas remaja menyadari risiko kesehatan yang berhubungan dengan merokok (93.6% untuk <i>perceived susceptibility</i>), serta mengidentifikasi hambatan dalam berhenti merokok.
7.	Muthmainnah Muthmainnah, Galuh Mega Kurnia, Avinka Nugrahani	<i>Determinants of smoking prevention behavior of senior high school students: A short report</i>	<i>Tobacco Induced Diseases, Volume 23, Maret 2025</i>	Desain Penelitian: Cross-sectional pilot study. Sampel: 90 siswa kelas 10-11 di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo, Jawa Timur, Indonesia. Pengumpulan Data: Menggunakan kuesioner yang mengukur konstruk Health Belief Model (<i>perceived susceptibility, severity, benefits, barriers, self-efficacy, dan cues to action</i>).	Ditemukan hubungan signifikan antara <i>perceived susceptibility</i> (p = 0.002), <i>perceived severity</i> (p = 0.002), <i>perceived benefits</i> (p = 0.018), <i>self-efficacy</i> (p = 0.001), dan <i>cues to action</i> (p = 0.003) dengan perilaku pencegahan merokok. Namun, tidak ada korelasi yang signifikan pada <i>perceived barriers</i> (p = 0.386) terhadap perilaku pencegahan merokok. Hasil ini menegaskan bahwa faktor-faktor dalam Health Belief Model memengaruhi perilaku pencegahan merokok di kalangan siswa.
8.	Vina Yulia Anhar, Syamsul Arifin, Nur Laily, Fauzie Rahman, Agus Muhammad Ridwan, Bohari Bohari	<i>Analysis of Open Access Smoking Behavior Risk Factors in Medical Adolescent through Health Belief Model Approaches</i>	<i>Macedonian Journal of Medical Sciences, Volume 9, Issue 4, Februari 2023</i>	Desain Penelitian: Observasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Sampel: 156 siswa junior high school di Banjarbaru, Kalimantan Selatan. Pengumpulan Data: Menggunakan kuesioner yang mengukur konstruk dari Health Belief Model (<i>perceived susceptibility, severity, benefits,</i>	Ditemukan hubungan signifikan antara <i>perceived susceptibility</i> (p = 0.000), <i>perceived severity</i> (p = 0.002), <i>perceived benefits</i> (p = 0.018), <i>self-efficacy</i> (p = 0.001), dan <i>cues to action</i> (p = 0.003) dengan perilaku merokok. Namun, tidak ditemukan korelasi signifikan pada <i>perceived barriers</i> (p = 0.386)

				<i>barriers, self-efficacy, dan cues to action).</i>	terhadap perilaku merokok. Hasil ini menegaskan bahwa faktor-faktor dalam Health Belief Model berperan penting dalam memengaruhi perilaku merokok di kalangan remaja.
9.	Miftahul Jannah, Said Usman, Ismail, Irwan Saputra, M. Marthoenis	<i>Determinants of Smoking Cessation Efforts Among Adolescent Males Using the Health Belief Model (HBM) Approach in Pidie</i>	International Journal of Public Health, E-ISSN: 3047-5228, P-ISSN: 3047-5236, 2025	Desain Penelitian: <i>Observasional</i> dengan pendekatan cross-sectional. Sampel: 303 responden laki-laki dari siswa di Pidie. Pengumpulan Data: Menggunakan kuesioner yang mengukur faktor-faktor dalam Health Belief Model, termasuk persepsi kerentanan, keparahan, manfaat, hambatan, efikasi diri, dan petunjuk tindakan.	Penelitian menemukan bahwa ada hubungan signifikan antara <i>perceived vulnerability</i> ($p = 0.002$), <i>perceived benefits</i> ($p = 0.018$), dan <i>perceived barriers</i> ($p = 0.000$) dengan upaya penghentian merokok. <i>Variabel perceived barriers</i> menjadi faktor dominan yang memengaruhi upaya penghentian merokok di kalangan remaja.
10.	Zain Nadaa Nisriina	Health Belief Model pada Perokok Aktif	Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman, Vol. 6, No. 1, 2024	Desain Penelitian: Deskriptif kuantitatif. Sampel: 65 perokok laki-laki di Semarang. Pengumpulan Data: Menggunakan kuesioner untuk mengukur enam aspek dari Health Belief Model (<i>perceived susceptibility, perceived severity, perceived benefits, perceived barriers, cues to action, dan self-efficacy</i>).	Dari enam aspek HBM, lima aspek (<i>perceived susceptibility, perceived severity, perceived benefits, perceived barriers, dan cues to action</i>) berada dalam kategori sedang, sementara <i>self-efficacy</i> berada dalam kategori tinggi. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas perokok aktif memiliki persepsi bahwa merokok memberikan efek menyenangkan, meskipun mereka juga menyadari dampak negatifnya terhadap kesehatan.
11.	Dewi Rohadatul Sa'diyah,	Health Belief Model pada Perilaku	Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan	Desain Penelitian: Kuantitatif dengan	Ditemukan bahwa pada perokok dengan tingkat pendapatan

	Endang R. Surjaningrum	Merokok Menurut Tingkat Pendapatan	Mental, Vol. 6, No. 1, 2024	pendekatan eksplanatori. Sampel: 80 partisipan yang merupakan perokok aktif dengan pendapatan rendah dan sangat tinggi. Pengumpulan Data: Menggunakan kuesioner untuk mengukur dimensi Health Belief Model (perceived severity, perceived susceptibility, perceived barriers, dan perceived benefits).	sangat tinggi, terdapat hubungan signifikan antara <i>perceived severity</i> , <i>perceived susceptibility</i> , <i>perceived barriers</i> , dan <i>perceived benefits</i> terhadap perilaku merokok. Di sisi lain, pada perokok tingkat pendapatan rendah, tidak ditemukan pengaruh signifikan dari dimensi HBM terhadap perilaku merokok.
12.	Siti Handam Dewi, Jasrida Yunita, Tin Gustina, Hetty Ismainar	Persepsi Remaja Tentang Bahaya Merokok Ditinjau Dari Health Belief Model	Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 2023; 12 (3): 225-231	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi kasus. Data dikumpulkan melalui fokus grup diskusi (FGD) yang melibatkan 24 remaja (12 putra dan 12 putri), baik perokok maupun bukan perokok. Pemilihan informan dilakukan dengan <i>purposive sampling</i> .	Ditemukan manfaat positif dari intervensi edukasi kesehatan tentang bahaya merokok, yang berkontribusi terhadap peningkatan persepsi kerentanan remaja terhadap risiko kesehatan akibat merokok, serta pengurangan kebiasaan merokok di kalangan peserta. Intervensi ini juga meningkatkan kesadaran remaja tentang manfaat tidak merokok dan membantu mengidentifikasi hambatan-hambatan dalam usaha berhenti merokok.

Tabel 2. Analisis Hasil Penelitian dengan Variabel Health Belief Model.

Variabel HBM	Hasil Penelitian											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Persepsi kerentanan	O	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
Persepsi keseriusan	O	-	-	O	O	O	V	V	O	V	V	V
Persepsi manfaat	V	-	V	O	O	V	V	V	V	V	V	V
Persepsi hambatan	O	O	V	V	V	V	-	-	V	V	V	V
Isyarat bertindak	O	-	O	O	O	V	V	V	O	V	O	O
Self-Efficacy	V	V	V	O	O	O	V	O	O	V	O	O

(V) : Ada hubungan

(-) : Tidak ada hubungan

(O) : Tidak diteliti

Berdasarkan analisis terhadap 12 literatur yang terangkum dalam manuskrip ini, berikut adalah penjelasan detail mengenai hubungan variabel Health Belief Model (HBM) dengan perilaku merokok pada remaja sebagaimana disajikan dalam Tabel 1 dan Tabel 2: Berdasarkan analisis dari penelitian-penelitian yang ditemukan, didapatkan bahwa pada variabel Persepsi Kerentanan (Perceived Susceptibility), sebanyak 11 penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan perilaku merokok pada remaja. Sementara itu, terdapat 1 penelitian yang tidak meneliti variabel persepsi kerentanan ini. Untuk variabel Persepsi Keseriusan (Perceived Severity), terdapat 5 penelitian yang menunjukkan adanya hubungan signifikan dengan perilaku merokok, sedangkan 5 penelitian lainnya tidak meneliti variabel ini, dan 2 penelitian menyatakan tidak adanya hubungan antara perilaku merokok dengan variabel tersebut. Pada variabel Persepsi Manfaat (Perceived Benefits), didapati 9 penelitian yang menunjukkan adanya hubungan signifikan terhadap perilaku merokok atau upaya penghentian merokok pada remaja, sementara 2 penelitian tidak meneliti variabel ini, dan 1 penelitian menunjukkan tidak adanya hubungan. Selanjutnya, pada variabel Persepsi Hambatan (Perceived Barriers), sebanyak 8 penelitian menunjukkan korelasi positif dengan perilaku merokok, 2 penelitian tidak menunjukkan adanya hubungan, dan 2 penelitian lainnya tidak meneliti variabel tersebut. Untuk variabel Isyarat Bertindak (Cues to Action), terdapat 4 penelitian yang berhubungan positif dengan perilaku merokok, sedangkan 7 penelitian tidak meneliti terkait variabel ini, dan 1 penelitian menunjukkan tidak adanya hubungan. Terakhir, dalam variabel Efikasi Diri (Self-Efficacy), sebanyak 5 penelitian menunjukkan adanya

hubungan yang signifikan dengan perilaku merokok atau pencegahan merokok pada remaja, sementara 7 penelitian lainnya tidak meneliti variabel ini.

Tabel 2 menguraikan hubungan antara variabel-variabel dalam Health Belief Model (HBM) dan perilaku merokok pada remaja. Persepsi Kerentanan terbukti signifikan, dengan 11 dari 12 penelitian menunjukkan hubungan positif dengan kesadaran risiko kesehatan. Persepsi Keseriusan hanya diteliti dalam 5 penelitian, dengan hasil yang bervariasi mengenai pengaruhnya. Persepsi Manfaat tampil positif dalam 9 penelitian, menunjukkan bahwa remaja yang memahami manfaat berhenti merokok cenderung bertindak, meskipun ada beberapa penelitian yang tidak meneliti variabel ini. Persepsi Hambatan mendukung efek positif dalam 8 penelitian, mengisyaratkan bahwa remaja mempertimbangkan hambatan saat merubah perilaku. Isyarat Bertindak hanya diteliti dalam 4 penelitian, yang menunjukkan perlunya eksplorasi lebih lanjut. Self-Efficacy menunjukkan hubungan signifikan dalam 5 penelitian, menegaskan pentingnya keyakinan individu dalam menghindari merokok. Penelitian ke-10 relevan karena mencakup hampir semua variabel HBM, memberikan wawasan mendalam tentang perilaku merokok remaja. Secara keseluruhan, Persepsi Kerentanan adalah variabel yang paling konsisten dalam memprediksi perilaku merokok, dengan perlunya penelitian lebih lanjut untuk memahami dinamika antara variabel HBM lainnya.

Hubungan Perceived Susceptibility dengan Perilaku Merokok Pada Remaja

Dari penelitian yang sudah di analisis terdapat 11 penelitian menunjukan adanya hubungan antara faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja dengan *Perceived Susceptibility* dalam konsep *Health Belief Model Perceived susceptibility* (Persepsi Kerentanan) merujuk pada keyakinan individu mengenai kemungkinan mereka mengalami masalah kesehatan akibat merokok. *Perceived susceptibility* atau persepsi kerentanan berhubungan langsung dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja, seperti yang terungkap dalam (Muthmainnah et al., 2025) ini. Remaja yang memiliki persepsi tinggi terhadap kerentanan mereka terhadap risiko kesehatan akibat merokok cenderung menunjukkan perilaku pencegahan yang lebih baik. Hasil analisis menunjukkan bahwa 34,4% dari mereka yang memiliki persepsi kerentanan tinggi menunjukkan perilaku baik dalam pencegahan merokok, sedangkan hanya 13,3% yang tidak memiliki perilaku baik. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran akan risiko yang dihadapi dapat mendorong remaja untuk mengambil langkah-langkah pencegahan yang lebih efektif. Oleh karena itu, meningkatkan pemahaman tentang kerentanan terhadap bahaya merokok menjadi penting dalam upaya mengurangi perilaku merokok di kalangan remaja.

Perceived susceptibility memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan perilaku merokok, di mana mahasiswa yang merasa dirinya rentan terkena penyakit akibat rokok cenderung memiliki intensitas merokok yang lebih rendah (Elysabeth Sinaga & Ina Savira, 2024). Namun, efektivitas persepsi kesehatan ini sering kali terhambat oleh faktor eksternal yang diidentifikasi oleh Oktania, seperti rendahnya pengetahuan medis, sikap permisif, serta kuatnya pengaruh dukungan sosial dan lingkungan sekolah yang belum sepenuhnya mendukung pencegahan perilaku merokok (Primilies Oktania et al., 2023).

Hubungan *Perceived Severity* dengan Perilaku Merokok Pada Remaja

Terdapat 5 penelitian yang menunjukkan adanya hubungan signifikan dengan perilaku merokok, sedangkan 5 penelitian lainnya tidak meneliti variabel ini, dan 2 penelitian menyatakan tidak adanya hubungan antara perilaku merokok dengan variabel tersebut. Berdasarkan penelitian oleh (Rohadatul & Surjaningum, n.d.) dan (Dewi et al., 2023), hubungan *perceived severity* (persepsi keparahan) dengan perilaku merokok pada remaja menunjukkan bahwa meskipun remaja menyadari dampak serius kesehatan akibat merokok, hal tersebut tidak selalu menjadi determinan tunggal dalam perubahan perilaku. (Rohadatul & Surjaningum, n.d.) menjelaskan bahwa persepsi ancaman, termasuk keparahan, secara simultan berpengaruh pada perilaku merokok bagi individu dengan tingkat pendapatan sangat tinggi, namun tidak berpengaruh signifikan pada kelompok pendapatan rendah karena adanya perbedaan evaluasi hambatan dan manfaat. Sejalan dengan itu, (Dewi et al., 2023) menekankan bahwa walaupun remaja memiliki persepsi yang baik mengenai keparahan bahaya merokok bagi kesehatan tubuh, perilaku mereka tetap lebih dominan dipengaruhi oleh faktor sosiopsikologis eksternal, terutama tekanan teman sebaya dan gaya hidup yang menciptakan hambatan psikologis untuk berhenti merokok.

Hubungan *Perceived Benefits* dengan Perilaku Merokok Pada Remaja

Dari hasil tinjauan pustaka didapati 9 penelitian yang menunjukkan adanya hubungan signifikan terhadap perilaku merokok atau upaya penghentian merokok pada remaja, sementara 2 penelitian tidak meneliti variabel ini, dan 1 penelitian menunjukkan tidak adanya hubungan. Berdasarkan penelitian oleh (Elysabeth Sinaga & Ina Savira, 2024) serta (Nur-Hasanah et al., 2024a), hubungan *perceived benefits* (manfaat yang dirasakan) dengan perilaku merokok pada remaja dan dewasa muda menunjukkan bahwa keyakinan akan keuntungan berhenti merokok berperan penting dalam menekan intensitas perilaku tersebut. (Elysabeth Sinaga & Ina Savira, 2024) menjelaskan bahwa *perceived benefits* merupakan bagian dari komponen Health Belief Model yang memiliki korelasi negatif signifikan dengan perilaku merokok; artinya, semakin tinggi persepsi remaja mengenai manfaat kesehatan dan keuntungan ekonomi yang diperoleh

dari tidak merokok, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk terlibat dalam perilaku merokok.

Sementara itu, (Nur-Hasanah et al., 2024a) menambahkan bahwa persepsi manfaat ini dapat diperkuat melalui intervensi tertentu, seperti aktivitas fisik, yang dirasakan subjek mampu mengurangi gejala putus zat (withdrawal symptoms) dan meningkatkan kontrol diri, sehingga memperkuat keyakinan mereka bahwa berhenti merokok memberikan keuntungan nyata bagi kebugaran tubuh dan proses pemulihan kesehatan.

Hubungan Perceived Barriers dengan Perilaku Merokok Pada Remaja.

Dari analisis 12 penelitian terdapat 8 penelitian menunjukkan korelasi positif dengan perilaku merokok, 2 penelitian tidak menunjukkan adanya hubungan, dan 2 penelitian lainnya tidak meneliti variabel tersebut. Pada penelitian oleh (Vionalita et al., 2023), (Nadaa Nisriina et al., n.d.), dan (Almaidah et al., 2021), hubungan perceived barriers (hambatan yang dirasakan) merupakan faktor signifikan yang memperkuat bertahannya perilaku merokok pada remaja karena dianggap sebagai kendala dalam upaya berhenti. (Vionalita et al., 2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara perceived barriers dengan perilaku merokok, di mana remaja yang merasakan hambatan besar cenderung lebih sulit untuk berhenti merokok.

(Nadaa Nisriina et al., n.d.) menambahkan bahwa meskipun perokok aktif berada pada kategori hambatan sedang, mereka tetap merasakan kendala psikologis seperti efek menenangkan dari rokok yang dianggap lebih besar manfaatnya dibandingkan kesulitan untuk berhenti. Hal ini diperkuat oleh temuan (Almaidah et al., 2021). yang menunjukkan bahwa faktor eksternal seperti pengaruh teman sebaya (62,65%) menjadi hambatan sosial utama bagi remaja untuk berhenti, karena merokok telah menjadi sarana untuk bersosialisasi dan mengurangi stres, sehingga rasa takut kehilangan dukungan sosial atau ketidaknyamanan fisik menjadi penghalang nyata dalam mengubah perilaku sehat mereka.

Hubungan Cues to Action dengan Perilaku Merokok Pada Remaja.

Terdapat 4 penelitian yang berhubungan positif dengan perilaku merokok, sedangkan 7 penelitian tidak meneliti terkait variabel ini, dan 1 penelitian menunjukkan tidak adanya hubungan. Berdasarkan penelitian oleh (Muthmainnah et al., 2025), cues to action (isyarat untuk bertindak) memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku pencegahan merokok pada remaja di sekolah menengah atas. Isyarat ini, yang dapat berasal dari faktor internal seperti persepsi kondisi tubuh maupun faktor eksternal seperti peringatan kesehatan atau dukungan lingkungan, menjadi pemicu penting bagi remaja untuk mengambil keputusan sehat. Hasil analisis menunjukkan bahwa remaja dengan cues to action yang tinggi cenderung

memiliki perilaku pencegahan merokok yang baik (31,1%), sementara mereka dengan isyarat yang rendah lebih berisiko memiliki perilaku yang tidak mendukung kesehatan. Hal ini menegaskan bahwa keberadaan stimulus atau penguat yang efektif di lingkungan remaja sangat menentukan keberhasilan mereka dalam menghindari atau berhenti dari perilaku merokok.

Hubungan Self-efficacy dengan Perilaku Merokok Pada Remaja.

Hasil penelitian sebanyak 5 penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan perilaku merokok atau pencegahan merokok pada remaja, sementara 7 penelitian lainnya tidak meneliti variabel ini. Dari penelitian oleh (Umbu et al., 2025b), (Elysabeth Sinaga & Ina Savira, 2024), serta (Nur-Hasanah et al., 2024b), hubungan *self-efficacy* (efikasi diri) dengan perilaku merokok pada remaja menunjukkan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhenti atau menolak rokok merupakan prediktor kuat dalam perubahan perilaku sehat. (Umbu et al., 2025b) mengungkapkan bahwa rendahnya efikasi diri pada remaja dalam menolak tawaran rokok dari teman sebaya menjadi faktor kritis yang meningkatkan peluang mereka menjadi perokok aktif.

Hal ini sejalan dengan temuan (Elysabeth Sinaga & Ina Savira, 2024) yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan intensitas merokok; semakin tinggi keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan kontrol dirinya, maka semakin rendah perilaku merokok yang dilakukan. Selain itu, (Nur-Hasanah et al., 2024b). menambahkan bahwa efikasi diri dapat ditingkatkan melalui intervensi tertentu, seperti program olahraga, yang membantu perokok dalam mengelola gejala putus zat (*withdrawal symptoms*) sehingga mereka merasa lebih mampu untuk mempertahankan keputusan berhenti merokok dalam jangka panjang.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan manuskrip tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok pada remaja dipengaruhi secara kompleks oleh berbagai dimensi dalam Health Belief Model (HBM), dengan efikasi diri dan kerentanan yang dirasakan sebagai prediktor paling kuat dalam menentukan keputusan remaja untuk merokok atau berhenti. Meskipun remaja umumnya memiliki persepsi yang baik mengenai keparahan dampak rokok (*perceived severity*), hal ini sering kali tidak cukup kuat untuk mengubah perilaku mereka akibat adanya hambatan (*perceived barriers*) yang signifikan, terutama tekanan teman sebaya dan ketergantungan psikologis. Strategi pencegahan yang efektif memerlukan stimulus berupa isyarat bertindak

(cues to action) yang konsisten serta intervensi yang fokus pada peningkatan kemampuan kontrol diri remaja guna menolak pengaruh lingkungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Almaidah, F., Khairunnisa, S., Sari, P., Chrisna, C. D., Firdaus, A., Kamiliya, Z. H., Williantari, N. P., Naufal, A., Akbar, M., Putu, L., Pratiwi, A., Nurhasanah, K., & Puspitasari, H. P. (2021). Survei faktor penyebab perokok remaja mempertahankan perilaku merokok. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 8(1).
- Dewi, S. H., Yunita, J., Gustina, T., Ismainar, H., & Mitra, M. (2023). Persepsi remaja tentang bahaya merokok ditinjau dari Health Belief Model. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 225–231. <https://doi.org/10.33221/jikm.v12i03.1759>
- Elysabeth Sinaga, D., & Savira, S. I. (2024). Hubungan Health Belief Model dan perilaku merokok pada mahasiswa. *International Journal of Educational Resources*, 1.
- Julaecha, J., & Wuryandari, A. G. (2021). Pengetahuan dan sikap tentang perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 313. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.337>
- Kunci, K., Merokok, :, Sistolik, D., Darah, T., Angga, Y., Elon, Y., & Kesehatan Komunitas, J. (2021). Hubungan kebiasaan merokok dengan tekanan darah. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(1), 124–128. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol7.Iss1.861>
- Muthmainnah, M., Kurnia, G. M., & Nugrahani, A. (2025). Determinants of smoking prevention behavior of senior high school students: A short report. *Tobacco Induced Diseases*, 23. <https://doi.org/10.18332/tid/200748>
- Nadaa Nisriina, Z., Fakultas Kesehatan Masyarakat, & Universitas Sebelas Maret. (n.d.). Health Belief Model pada perokok aktif.
- Nur-Hasanah, R., Munira, Y. S., Nadzimah, M. N., & Rodi, I. M. (2024a). The perceived benefits and self-efficacy of an exercise intervention on tobacco withdrawal symptoms: A qualitative study based on the Health Belief Model. *Malaysian Journal of Medical Sciences*, 31(3), 194–203. <https://doi.org/10.21315/mjms2024.31.3.15>
- Nur-Hasanah, R., Munira, Y. S., Nadzimah, M. N., & Rodi, I. M. (2024b). The perceived benefits and self-efficacy of an exercise intervention on tobacco withdrawal symptoms: A qualitative study based on the Health Belief Model. *Malaysian Journal of Medical Sciences*, 31(3), 194–203. <https://doi.org/10.21315/mjms2024.31.3.15>
- Parawansa, G., & Nasution, F. Z. (2022). Konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 630–636. <https://doi.org/10.56248/educativo.v1i2.82>
- Pratiwi, D., & Karya Bunda Husada, A. (2022). Determinan perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, 8(1).

- Primilies Oktania, N., Widjarnako, B., & Shaluhiyah, Z. (2023). Penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jambura Health and Sport Journal*, 5(1).
- Rohadatul, D. S., & Surjaningum, E. R. (n.d.). Health Belief Model pada perilaku merokok menurut tingkat pendapatan. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Salsabila, N. N., Indraswari, N., & Sujatmiko, B. (2022). Gambaran kebiasaan merokok di Indonesia berdasarkan Indonesia Family Life Survey 5 (IFLS 5). *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.7454/eki.v7i1.5394>
- Satya, M. C. N., Setyowati, L., Suandana, I. A., & Sari, D. K. (2024). Application of Health Belief Model of smoking behavior in college student. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 7(3), 657–663. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3.4646>
- Umbu, R. B., Deddi, D., & Setyawan, Y. (2025a). Analysis of determinants of smoking behavior in adolescents based on Health Belief Model theory. *Hearty*, 13(5). <https://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/Hearty/issue/archive>
- Umbu, R. B., Deddi, D., & Setyawan, Y. (2025b). Analysis of determinants of smoking behavior in adolescents based on Health Belief Model theory. *Hearty*, 13(5). <https://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/Hearty/issue/archive>
- Vionalita, G., Kusumaningtiar, D. A., & Angkasa, D. (2023). Relationship between Health Belief Model constructs and smoking behavior among school-age adolescents in Indonesia: A cross-sectional study. *Public Health of Indonesia*, 9(4), 140–146. <https://doi.org/10.36685/phi.v9i4.717>