

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Konsep pengetahuan

a. Definisi pengetahuan

Pengetahuan adalah informasi yang diterima oleh pancaindra seseorang tentang objek tertentu (Safirah, 2021). Pengetahuan (knowledge) merujuk pada informasi yang dimiliki oleh seseorang mengenai berbagai aspek, seperti kesehatan, kebersihan, bencana, penyakit, dan banyak lagi.

b. Faktor yang mempengaruhi pemahaman

Beragam faktor dapat memengaruhi tingkat pemahaman seseorang. Secara umum, faktor-faktor yang berperan dalam pengetahuan dibagi menjadi dua jenis, yaitu faktor internal (yang datang dari individu itu sendiri) dan faktor eksternal (yang berasal dari lingkungan) (Darsini et al., 2019).

c. Faktor Internal

1) Usia

Usia pada seseorang dihitung dari saat lahir sampai ulang tahunnya. Ketika seseorang bertambah tua, mereka cenderung menjadi lebih dewasa, berpikir lebih baik, dan dapat bekerja dengan lebih efisien. Umur berperan dalam cara seseorang memahami dan berpikir juga

semakin berkembang, yang membuat mereka lebih mudah menerima informasi. Menurut informasi yang diberikan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019, terdapat sembilan kategori usia, yaitu:

- a) Usia anak-anak 5 hingga 11 tahun
- b) Usia remaja awal 12 hingga 16 tahun
- c) Usia remaja akhir 17 hingga 25 tahun
- d) Usia dewasa awal 26 hingga 35 tahun
- e) Usia dewasa akhir 36 hingga 45 tahun
- f) Usia lansia awal 46 hingga 55 tahun
- g) Usia lansia akhir 55 hingga 65 tahun
- h) Usia manula lebih dari 65 tahun:

d. Jenis kelamin

Wanita cenderung lebih aktif menggunakan otak bagian kanan mereka dan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengaitkan ingatan dengan konteks sosial. Ini membuat mereka lebih mampu memahami berbagai perspektif, dan sering kali lebih baik dari pada wanita. Kemampuan ini bermanfaat dalam Aktivitas yang membutuhkan kerjasama antara mata dan tangan, sehingga laki-laki umumnya lebih terampil dalam olahraga yang memerlukan kemampuan ini, seperti saat melempar bola.

e. Faktor eksternal

1) Pendidikan

Pendidikan membawa efek positif bagi kualitas hidup masyarakat, sehingga dianggap sangat penting sebagai cara untuk mendapatkan informasi memperoleh informasi, contohnya dalam bidang kesehatan. Tingkat pendidikan seseorang berdampak pada partisipasi dalam proses pembangunan, umumnya, akses terhadap informasi menjadi lebih baik seiring dengan meningkatnya Pendidikan. Individu yang memiliki latar belakang. Pendidikan formal cenderung berpikir logis saat menghadapi masalah.

2) Pekerjaan

Pekerjaan berarti aktivitas yang dilakukan oleh seseorang untuk mendapatkan uang atau memenuhi kebutuhan, termasuk tugas rumah dan lainnya. Lingkungan kerja memberikan peluang bagi individu untuk memperoleh pengalaman dan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung.

3) Pengalaman

Pengalaman merujuk pada cara memperoleh pengetahuan yang membantu dalam menemukan kebenaran dengan mengulangi informasi yang telah diperoleh sebelumnya untuk mengatasi masalah. Umumnya, semakin banyak pengalaman yang dimiliki seseorang, semakin banyak pengetahuan yang dapat diperoleh.

4) Sumber Pengetahuan

Seseorang dapat memperluas pemahaman mereka dengan mencari berbagai jenis informasi melalui berbagai media. Dengan kemajuan teknologi saat ini, mendapatkan hampir semua informasi yang diperlukan menjadi lebih mudah. Individu yang memiliki lebih banyak sumber pengetahuan biasanya memiliki pemahaman yang lebih dalam. Secara umum, semakin mudah akses seseorang terhadap informasi, semakin cepat mereka dapat mempelajari hal-hal baru.

5) Minat

Orang yang memiliki rasa ingin tahu akan mencoba pengalaman baru, sehingga mereka bisa belajar lebih banyak lebih banyak dari sebelumnya. Ketertarikan dan minat berfungsi sebagai motivasi yang membantu seseorang mencapai tujuan atau aspirasi yang mereka miliki.

6) Lingkungan

Lingkungan memiliki dampak besar pada cara pengetahuan diberikan kepada komunitas setempat. Misalnya, jika suatu area menekankan pentingnya menjaga kebersihan, kemungkinan besar warga di sekitarnya juga akan mengadopsi pandangan yang serupa tentang kebersihan.

7) Budaya dan sosial

Sistem budaya dan sosial di dalam suatu komunitas dapat memengaruhi cara orang mendapatkan informasi. Masyarakat yang

tinggal di lingkungan tertutup sering kali kesulitan dalam menerima informasi baru yang dibagikan. Hal ini sering terjadi di beberapa komunitas tertentu.

f. Cara memperoleh pengetahuan

Menurut penelitian oleh Syapitri dan rekan-rekannya (2021), ada acara tujuh yang manusia gunakan untuk mendapatkan pengetahuan, yaitu:

- 1) Tradisi, yang berarti menggunakan cara-cara yang sudah ada sejak lama dan dipercaya kebenarannya.
- 2) Wewenang, ini adalah informasi yang berasal dari individu yang memiliki otoritas, seperti para profesional, praktisi, dan pemimpin yang dapat mempengaruhi pandangan dan perilaku masyarakat.
- 3) Argumentasi logis, yaitu berpikir secara rasional atau menggunakan akal sehat.
- 4) Pengalaman, yang merupakan pengetahuan yang didapat dari peristiwa yang dialami seseorang.
- 5) Uji coba dan kesalahan, yaitu mendapatkan pengetahuan melalui eksperimen informasi.
- 6) Insting, yaitu melalui perasaan atau firasat
- 7) Peminjaman, yang artinya mengadaptasikan cara dari bidang ilmu lain.

g. Tingkat pengetahuan

Menurut Bloom yang dikutip dalam Swarjana (2022), tiga kategori dapat digunakan untuk mengklasifikasikan tingkat pengetahuan:

- 1) Pengetahuan tinggi dengan nilai antara 80-100%
- 2) Pengetahuan sedang dengan nilai 60-79%
- 3) Pengetahuan rendah dengan nilai kurang dari 60%

2. Merokok

a. Definisi Merokok

Aktivitas merokok melibatkan pembakaran tembakau dan menghirup asapnya, baik dengan rokok maupun pipa. Kebiasaan ini dapat berdampak negatif pada kesehatan (Sodik, M. A. 2018).

Cukup dengan menyalakan dan menghisap sebuah rokok, lebih dari 4000 jenis bahan kimia dapat terbentuk. Dari total tersebut, terdapat 400 zat yang berbahaya, dan 40 di antaranya bisa menumpuk di dalam tubuh dan berisiko menyebabkan kanker. Rokok juga dianggap sebagai zat yang dapat membuat ketagihan, karena mampu menimbulkan ketergantungan bagi penggunanya. Oleh karena itu, rokok termasuk dalam kategori NAPZA (Narkotika, Psikotropika, Alkohol, dan Zat Adiktif) Sodik, M. A. (2018). Banyaknya zat kimia berbahaya dalam rokok dapat menimbulkan berbagai penyakit dan masalah kesehatan pada manusia, seperti yang akan dijelaskan di bawah ini:

- 1) Zat-zat kimia yang terdapat dalam rokok dapat memicu pertumbuhan sel abnormal yang berpotensi menyebabkan lebih dari 20 jenis kanker (WHO, 2020). Beberapa contoh kanker tersebut adalah kanker paru-paru, kanker usus, kanker mulut, kanker kandung kemih, kanker

payudara, dan kanker pita suara (Anam, Faisol; Sakhatmo, 2019). Asap rokok yang dihirup menjadi penyebab utama dari kanker paru-paru (Anam, Faisol; Sakhatmo, 2019). Dalam asap tembakau, teridentifikasi lebih dari 4.000 jenis bahan kimia, di mana lebih dari 50 di antaranya diakui sebagai karsinogen (WHO, 2020). Zat-zat ini dapat mengaktifkan sel dalam tubuh yang pada akhirnya bisa berkembang menjadi kanker (Anam, Faisol; Sakhatmo, 2019) dengan cara mengubah sel epitel bronkial menjadi sel kanker (Herawati et al., 2019).

2) Penyakit paru

Sekitar delapan puluh persen masalah penyakit paru obstruktif kronis berasal dari kebiasaan merokok, baik yang merokok langsung maupun yang terpapar asap rokok (Anam, Faisol; Sakhatmo).

3) Jantung

Nikotin yang ada di dalam rokok berperan dalam timbulnya sejumlah gangguan pada jantung dan pembuluh darah (WHO, 2020). Banyak individu yang menderita penyakit jantung koroner atau yang telah mengalami serangan jantung koroner adalah perokok (Anam, Faisol; Sakhatmo, 2019). Anam (2019) mengungkapkan bahwa kandungan karbon monoksida dalam rokok menyebabkan sel darah merah lebih mudah berikatan dengan karbon monoksida daripada dengan oksigen, yang mengakibatkan berkurangnya pasokan oksigen.

4) Stroke

Saat sirkulasi darah ke otak terhambat dan jumlah pembekuan darah bertambah karena terus-menerus terpapar zat berbahaya dalam rokok, banyak perokok yang mengalami serangan stroke (Anam, Faisol; Sakhatmo, 2019).

5) Hipertensi

Rokok yang memiliki nikotin bisa membuat kadar adrenalin meningkat, yang akan mempercepat detak jantung serta meningkatkan kerja jantung. Ini menyebabkan frekuensi denyut jantung dan kontraksi meningkat, sehingga juga meningkatkan tekanan darah (Aula, 2010). Merokok secara langsung menyebabkan tekanan darah naik karena aliran darah menjadi lambat akibat penumpukan plak (Anam, Faisol; Sakhatmo, 2019).

6) Disfusi ereksi

Zat berbahaya yang terdapat dalam asap rokok dapat mengganggu aliran darah, tidak hanya menuju otak dan jantung, tetapi juga menuju penis. Hal ini bisa mengakibatkan masalah disfungsi ereksi (Anam, Faisol; Sakhatmo, 2019).

7) Iritasi kulit

Zat berbahaya dalam asap rokok tidak hanya mengurangi aliran darah ke jantung dan otak, tetapi juga mempengaruhi aliran darah ke

organ penting penis, yang dapat menyebabkan masalah dalam ereksi (Anam, Faisol; Sakhatmo, 2019).

b. Tipe-tipe rokok

Berdasarkan informasi dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2017, terdapat beberapa kategori rokok. Kategori ini dibedakan berdasarkan berbagai faktor. Kandungan nikotin yang terdapat dalam rokok dapat mempercepat detak jantung dan membuat jantung bekerja lebih berat, serta menyebabkan berbagai masalah pernapasan (WHO, 2020). Nikotin ini meningkatkan kadar adrenalin, yang pada gilirannya membuat jantung berdetak lebih cepat dan berkontraksi lebih keras, yang mengarah pada peningkatan tekanan darah (Aula, 2010). Merokok dapat secara langsung meningkatkan tekanan darah karena terjadinya penyumbatan aliran darah akibat penumpukan plak (Anam, Faisol; Sakhatmo, 2019). Setiap jenis rokok memiliki desain dan cara penggunaannya yang berbeda-beda. Berikut adalah jenis-jenis rokok:

1) Rokok filter/kretek

Tembakau yang digulung dengan menggunakan kertas, bisa dilakukan secara manual atau dengan mesin, ditambah bahan lainnya.

2) Cerutu

Daun tembakau asli yang tersedia dalam bentuk lembaran utuh yang menyerupai rokok.

3) Shisa (rokok Arab)

Tembakau yang bercampur dengan aroma atau rasa buah dan rempah-rempah, yang dihisap dengan menggunakan alat tertentu.

4) Pipa/cangklong

Tembakau yang dimasukkan ke dalam pipa untuk dihisap.

5) Rokok elektrik

Sebuah alat yang bekerja seperti rokok tetapi tidak membakar daun tembakau, melainkan mengubah cairan menjadi uap yang dihirup oleh pengguna ke dalam paru-parunya.

c. Klasifikasi Merokok

1) Perokok aktif

Seorang erokok aktif adalah individu yang secara rutin mengonsumsi rokok setidaknya sekali dalam sehari, bahkan jika hanya satu batang atau sebagian kecil. Selain itu, seseorang bisa dikatakan sebagai perokok aktif jika ia merokok di berbagai tempat. Ada tiga tipe perokok aktif yang diklasifikasikan berdasarkan jumlah rokok yang dihisap setiap hari, yaitu (Subagya, 2023):

2) Perokok sedang, yaitu mereka yang menghisap rokok antara 10 hingga 20 batang setiap hari, dengan rata-rata waktu merokok sekitar 60 menit setiap batang, mulai dari pagi setelah bangun tidur hingga malam hari.

- 3) Perokok aktif berat, yaitu perokok yang mengonsumsi rokok sebanyak 21 hingga 30 batang dalam sehari, dengan jarak rata-rata antara merokok sekitar 6 sampai hingga 30 menit yang dimulai dari setelah bangun tidur di pagi hari hingga larut malam.
- 4) Perokok aktif sangat berat (perokok aktif akut), yaitu mereka yang setiap harinya menghisap rokok setiap hari, dengan jarak waktu merokok rata-rata 5 menit, dari pagi setelah bangun tidur hingga malam hari.

d. Perokok pasif

Orang yang terpapar asap rokok, atau disebut juga perokok pasif, adalah mereka yang menghirup asap ketika berada dekat dengan perokok. Hal ini sering terjadi di tempat-tempat tertutup seperti rumah, restoran, dan kantor (WHO, 2023).

R. K. Sari dan rekan-rekannya (2019) menjelaskan bahwa perokok pasif memiliki beberapa karakteristik sebagai berikut:

- 1) Frekuensi menghirup asap rokok dalam sehari sekali, dua hingga tiga kali, atau lebih dari tiga kali.
- 2) Lokasi umum di mana mereka menghirup asap rokok, seperti rumah, tempat kerja dan ruang publik (seperti bus, halte, warung, dll).
- 3) Durasi paparan paparan rokok: kurang dari satu tahun terakhir, satu hingga lima tahun lalu, atau lebih lima tahun yang lalu.

e. Dampak Asap Rokok Bagi Perokok Pasif

1) Terhadap sistem pernafasan

Paparan terhadap asap rokok memiliki efek negatif bagi kesehatan. Asap dapat mengurangi fungsi paru-paru, memperburuk kondisi pernapasan seperti batuk, sesak nafas dan mengi, serta memicu serangan asma. Jika terpapar secara terus menerus, risiko terkena kanker paru- paru bisa meningkat bagi perokok pasif. Selain itu, asap rokok dapat meningkatkan peradangan di saluran pernafasan, yang menyebabkan lebih banyak batuk, gangguan pernafasan, dan mengi. Dalam jangka Panjang, terpapar asap rokok dapat melemahkan sistem imun, sehingga tubuh lebih sulit untuk melawan infeksi seperti ISPA (Dirahayu, 2023).

2) Pada Sistem Peredaran Darah dan Jantung

Salah satu penyakit yang mematikan dalam penyakit jantung koroner. Penyakit ini muncul akibat kerusakan pada dinding pembuluh darah. Salah satu pemicu utama penyakit jantung koroner adalah paparan asap dari rokok. Paparan asap rokok dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah, yang menghentikan penyempitan aliran darah dan mengganggu fungsi jantung karena jantung harus lebih keras dalam memompa darah. aldosteron dan noradrenalin. Kedua senyawa ini dapat menyebabkan penyumbatan aliran darah, dan jika ini berlangsung dalam jangka waktu lama, bisa mengganggu kontraksi jantung (Ridwan, 2017).

3) Dampak Pada Janin

pada perkembangan janin, termasuk meningkatkan kemungkinan sindrom kematian bayi mendadak (*Sudden Infant Death Syndrome*/SIDS) serta berat badan bayi yang rendah saat lahir. CDC (2022) juga mengungkapkan bahwa kesehatan reproduksi wanita terpengaruh negatif oleh asap rokok. Untuk bayi, asap rokok dapat menambah risiko terjadinya sindrom kematian bayi mendadak (SIDS). Bayi yang meninggal akibat SIDS memiliki kadar nikotin yang lebih tinggi di paru-paru dibanding bayi meninggal karena penyebab lain (CDC, 2022). Terpapar asap rokok selama kehamilan dapat berdampak buruk pada janin. Nikotin adalah yang menyempitkan pembuluh darah, yang dapat mempengaruhi metabolisme protein dalam tubuh janin yang sedang tumbuh, sehingga denyut jantung janin menjadi lebih lambat, yang bisa mengganggu sistem sarafnya. Sistem ini juga bisa menyebabkan mutasi gen pada ibu hamil, yang berpotensi menghasilkan kelainan kongenital pada bayi (Kemenkes RI, 2022).

3. Sikap

a. Definisi Sikap

Suharyat dalam syamsuri (2021, hlm. 69) menyatakan bahwa Sikap merupakan kecenderungan seseorang untuk mendekati atau menjauh, yang bisa bersifat positif atau negatif terhadap berbagai situasi sosial, termasuk institusi, individu, keadaan, gagasan, konsep dan lain-lain. Shell (2019, hlm. 125) mendefinisikan sikap sebagai cara pandang atau kecenderungan terhadap suatu gagasan, masalah, atau tindakan. Selain itu, syamsuri (2021, hlm 68) menjelaskan bahwa sikap adalah istilah dalam psikologi yang terkait dengan perilaku dan persepsi, dari bahasa Inggris, istilah ini dikenal sebagai attitude. Dari penjelasan para ahli tersebut, bisa disimpulkan bahwa sikap mencerminkan perilaku individu yang menunjukkan minat, ketidaksukaan, atau sikap netral terhadap objek tertentu.

b. Karakteristik Sikap

Sikap berperan dalam mempengaruhi interaksi seseorang dengan rekan kerja. Oleh karena itu, sikap yang dimiliki karyawan dapat menentukan apakah mereka bekerja dengan baik atau tidak. Menurut S Azwar dalam Hasan (2022, hlm. 80) ciri atau karakteristik sikap meliputi :

- 1) Sikap bukanlah sesuatu yang dibawa sejak lahir, ini artinya, berarti sikap seseorang dapat dipelajari seiring mereka tumbuh dan berkembang dalam lingkungan tertentu.

- 2) Sikap selalu terkait dengan suatu objek tertentu, artinya, sikap terbentuk, dipelajari, atau berubah berdasarkan hubungan mereka dengan objek tertentu yang mereka anggap menyenangkan atau tidak.
- 3) Sikap dapat difokuskan pada satu objek atau pada kelompok objek. Misalnya, jika seseorang sangat menyukai merek mobil tertentu, mereka mungkin akan terus membeli merek itu. Sebaliknya, jika seseorang memiliki sikap terhadap komunitas pemilik mobil vintage, mereka akan berpartisipasi dalam kegiatan yang diadakan oleh komunitas tersebut.
- 4) Sikap bisa bertahan lama atau sebentar, hal ini bergantung pada apakah tersebut dipicu oleh perasaan suka atau tidak suka terhadap suatu peristiwa, objek, atau orang tertentu, yang dapat berlangsung lama atau singkat tergantung pandangan individu.
- 5) Sikap mencakup elemen faktor perasaan dan motivasi. Semua individu memiliki perasaan dan motivasi setiap orang memiliki perasaan dan motivasi yang beragam dalam menanggapi pengalaman hidup yang mereka alami.

c. Elemen sikap

Menurut karya Schiffman dan Kanuk yang dikutip oleh Hasan (2022, hlm. 81), ada tiga elemen kognitif dalam sikap, yakni kognitif, afektif dan konatif:

1) Elemen kognitif

Ini meliputi pemahaman dan opini pribadi yang didapat dari pengalaman langsung dengan objek serta informasi terkait dari berbagai sumber.

2) Elemen afektif

Ini adalah aspek emosional yang berakaitan dengan perasaan individu terhadap objek atau orang yang dilihat. Dalam elemen ini, seseorang dapat merasakan ketertarikan atau ketidaksukaan terhadap apa yang mereka lihat atau alami dari suatu kejadian.

3) Komponen konatif

Elemen ini berhubungan dengan kecenderungan individu untuk berperilaku dengan cara tertentu Ketika berhadapan dengan objek atau situasi yang mereka alami.

d. Faktor – faktor yang mempengaruhi sikap

Sesuai dengan pendapat S Azwar yang dikutip dalam Hasan (2022, hlm. 82), ada beberapa hal yang memengaruhi sikap seseorang, yaitu:

1) Pengalaman sendiri

Setiap orang memiliki pengalaman yang dapat mempengaruhi cara mereka berpikir dan bersikap. Ketika seseorang melihat sesuatu atau mengalami suatu kejadian, baik yang baik maupun yang buruk, hal tersebut dapat meninggalkan dampak yang mendalam.

2) Pengaruh orang lain

Umumnya, orang cenderung untuk mengikuti pandangan atau sikap orang lain yang mereka anggap penting. Hal ini sering kali membuat sikap seseorang menjadi selaras atau mirip dengan orang di sekitarnya.

3) Pengaruh kebudayaan

Kebudayaan juga memainkan peran dalam pembentukan sikap. Jika seseorang berada di lingkungan budaya yang menghargai nilai-nilai agama, menghormati perbedaan suku dan ras, maka mereka lebih mungkin mengembangkan sikap positif terhadap hal-hal tersebut.

4) Media masa

Sekarang ini, teknologi terus berkembang pesat, menjadikan media berubah dengan cepat. Oleh karena itu, sangat penting bagi setiap orang untuk mendapatkan informasi yang tepat, faktual, dan terbaru, serta disampaikan dengan cara yang objektif agar mereka bisa membentuk pandangan berdasarkan informasi tersebut.

5) Lembaga pendidikan/ agama

Emosi juga dapat mempengaruhi perkembangan sikap. Emosi adalah cara individu merespon atau melihat suatu sesuatu. Jika seseorang mengalami situasi yang tidak menyenangkan di tempat kerja, mereka mungkin akan merasa marah.

4. Sikap Terhadap Merokok

a. Pengertian sikap merokok

Sikap bisa dipahami sebagai respons atau reaksi dalam diri seseorang terhadap sesuatu yang memicu perhatian atau suatu benda. Newcomb mengungkapkan bahwa sikap menunjukkan kemauan untuk bertindak, dan bukan hanya pelaksanaan dari tujuan tertentu. Sikap bukanlah tindakan atau kegiatan, melainkan lebih kepada kemungkinan untuk bertindak. Ini menunjukkan hasrat individu untuk merespons objek di sekitarnya sebagai cara memahami objek itu (Maulana, 2014).

b. Komponen -komponen sikap merokok

Fishbein dan Ajzen dalam karya Azwar (2012) menjelaskan bahwa terdapat komponen utama dalam hubungan antara sikap berhenti merokok, yaitu:

1) Komponen keyakinan

Komponen ini berhubungan dengan pengetahuan individu mengenai objek sikap berdasarkan kenyataan. Ketika keyakinan individu tentang dampak objek semakin positif, maka akan sikap individu terhadap objek tersebut juga akan semakin positif, begitu juga sebaliknya.

2) Komponen evaluasi

Evaluasi terhadap konsekuensi perilaku merupakan penilaian yang dilakukan individu terhadap setiap dampak atau hasil yang mungkin muncul ketika melaksanakan perilaku tertentu.

Menurut Man, sikap tersusun dari tiga komponen, yaitu komponen kognitif, komponen afektif, dan komponen perilaku.

- a) Komponen kognitif mencakup dari persepsi, kepercayaan, dan stereotip yang ada dalam diri individu.
- b) Komponen afektif berhubungan perasaan individu mengenai objek sikap
- c) Komponen perilaku menggambarkan kecenderungan seseorang untuk bertindak atau merespon objek sikap.

5. Perilaku

a. Definisi perilaku

Irwan, 2018 menjelaskan bahwa perilaku muncul dari pengalaman dan hubungan antara manusia dan lingkungan di sekitarnya. Bentuk interaksi ini dapat dilihat dari pengetahuan, sikap, dan tindakan. Perilaku merupakan cara individu menanggapi atau bereaksi terhadap rangsangan yang berasal dari luar atau dari dirinya sendiri.

Berdasarkan Irwan, 2018 perilaku dapat dibagi menjadi dua jenis berdasarkan respons yang diberikan terhadap stimuli yaitu :

1) Perilaku yang tertutup (*convert behavior*)

Perilaku yang tertutup menunjukkan cara seseorang merespons rangsangan yang tidak jelas atau tidak langsung. Respon ini hanya berfokus pada perhatian, cara orang tersebut melihat, pengetahuan, kesadaran, dan sikap mereka terhadap rangsangan itu, dan sulit untuk dilihat oleh orang lain.

2) Perilaku terbuka (*overt behavior*)

Perilaku terbuka berarti bagaimana cara orang bereaksi terhadap rangsangan dengan tindakan yang dapat terlihat dengan jelas. Tindakan ini adalah respons yang orang lain bisa lihat atau amati.

Nurmala 2018 menyatakan bahwa perilaku seseorang bisa dibagi menjadi tiga kategori yang berkaitan dengan tujuan pendidikan, yaitu kognitif dan psikomotor. Teori Bloom selanjutnya diubah dan diterapkan untuk mendukung pendidikan kesehatan sebagai alat untuk mengevaluasi.

b. Pengetahuan (*knowledge*)

Pemahaman berasal dari pengalaman individu yang mengamati objek melalui indra yang dimiliki. Sejauh mana seseorang mengetahui suatu objek dapat memengaruhi tindakan mereka. Ada enam tingkat pengetahuan yang dapat dibedakan:

- (1) Mengetahui, berarti saat individu dapat mengingat kembali informasi yang telah dipelajari sebelumnya.

- (2) Memahami, di mana seseorang harus mampu mengerti dan memberikan arti yang sesuai untuk objek yang sudah mereka ketahui.
- (3) Aplikasi, Ayaitu saat pengetahuan yang telah dimengerti dan dijelaskan dengan benar bisa digunakan dalam situasi nyata dalam kehidupan sehari-hari.
- (4) Analisis memungkinkan seseorang untuk menguraikan hubungan materi menjadi komponen-komponen yang lebih kompleks dalam satu kesatuan tertentu
- (5) Sintesis, di mana individu telaah mampu menciptakan formulasi baru dari formulasi yang baru dari yang sudah ada atau yang telah dipelajari sebelumnya.
- (6) Evaluasi memungkinkan seseorang untuk menilai atau memberikan alasan mengenai objek atau materi yang ada.

c. Sikap (*attitude*)

Sikap adalah sebuah reaksi yang terbatas dari seseorang terhadap objek atau rangsangan tertentu. Sikap digunakan untuk memprediksi bagaimana seseorang akan bertindak sebagai respons terhadap rangsangan di sekitarnya, yang melibatkan perasaan emosional. Terdapat empat tingkat sikap:

- 1) Menerima, yaitu saat individu (subjek) bersedia menerima rangsangan yang datang dari objek.

- 2) Menjawab, yang berarti memberikan respon atau tanggapan terhadap pertanyaan atau benda yang diterima.
- 3) Mengapresiasi, yaitu ketika seseorang memberikan nilai baik atau pujian pada benda atau rangsangan dan memberitahukannya kepada orang lain.
- 4) Bertanggung jawab, yang diartikan sebagai tindakan seseorang yang memberikan pengakuan positif atau nilai pada objek rangsangan dan menyampaikan hal itu kepada orang lain.

d. Praktik atau tindakan

Sikap merupakan kecenderungan seseorang untuk melakukan tindakan yang nyata. Tindakan sendiri merupakan gerakan fisik atau perilaku yang muncul setelah individu menerima rangsangan dari lingkungan sekitar atau dari dalam dirinya. Tindakan atau praktik ini dapat dibagi menjadi tiga level (Irwan, 2018), yaitu:

- 1) Respon terpimpin, di mana individu mengikuti instruksi yang tersedia dengan tepat dan teratur.
- 2) Mekanisme, yaitu saat individu telah terbiasa melakukan aksi tanpa memerlukan bimbingan.
- 3) Adopsi, ketika individu telah melaksanakan suatu aktivitas dengan efektif sehingga perilakunya dapat menyesuaikan dengan berbagai kondisi atau situasi yang berbeda.

e. Faktor – faktor yang memengaruhi perilaku

Perilaku seseorang dapat mengalami perubahan akibat berbagai aspek yang mendukung terjadinya perubahan selama hidup. Terdapat sejumlah faktor internal dan eksternal yang memengaruhi perilaku manusia, yang dapat menyebabkan perubahan, antara lain (Irwan, 2018).

1) Faktor internal

Banyak faktor dalam diri meliputi ras atau keturunan, gender, ciri fisik, sifat, bakat, dan level kecerdasan.

a) Ras/keturunan

Dunia memiliki berbagai ras yang menunjukkan perilaku yang berbeda. Setiap ras memiliki tingkah laku yang khas. Ciri-ciri khusus dari setiap ras ini menjadi alasan munculnya perilaku yang unik.

b) Jenis kelamin

Perilaku yang berbeda karena jenis kelamin termasuk cara berpakaian, aktivitas sehari-hari, dan pembagian tanggung jawab. Perbedaan ini dapat diakibatkan oleh hormon, struktur tubuh, dan norma-norma sosial. Umumnya, pria lebih rasional, sementara wanita cenderung lebih emosional.

c) Karakteristik fisik

Sikap seseorang sering kali berhubungan dengan bentuk tubuhnya. Contohnya, individu yang pendek, tubuhnya bulat atau gemuk biasanya memiliki sifat yang ramah, humoris, sosial, dan cenderung memiliki banyak teman.

d) Kepribadian

Sifat pribadi menunjukkan berbagai kebiasaan yang dimiliki seseorang, dan hal ini berpengaruh pada bagaimana mereka berinteraksi serta bereaksi terhadap rangsangan dari lingkungan dan dari batin mereka sendiri. Oleh karena itu, sifat pribadi sangat berpengaruh pada tindakan seseorang dalam kehidupan sehari-hari.

e) Bakat

Bakat adalah kondisi yang membuat seseorang mampu mencapai keterampilan dan pengetahuan tertentu lewat latihan khusus seperti kemampuan bermain music, melukis, atau berolahraga.

f) Kecerdasan

Kecerdasan mengacu pada kemampuan individu dalam berpikir dan bertindak dengan tujuan yang jelas serta efisien. Tindakan yang dipengaruhi oleh kecerdasan mencakup perilaku yang cerdas, di

mana seseorang mampu membuat keputusan dengan tepat, cepat, dan dalam cara yang efektif.

2) Faktor eksternal

a) Proses belajar mengajar adalah pusat dari kegiatan pendidikan.

Perubahan perilaku adalah hasil dari proses ini, Karena pendidikan sangat berpengaruh pada cara individu berperilaku. Orang yang berpendidikan lebih tinggi cenderung menunjukkan perilaku yang berbeda dibandingkan dengan mereka yang memiliki tingkat pendidikan lebih rendah.

b) Agama

Orang akan berperilaku sesuai dengan aturan dan nilai yang diajarkan oleh agama yang mereka anut.

6. Perilaku merokok

a. Definisi perilaku merokok

Merokok adalah aktivitas menghisap substansi yang berbahaya untuk kesehatan (Gobel et al., 2020). Leventhal & Clearly menjelaskan bahwa individu akan melalui empat fase dalam perilaku merokok sebelum menjadi perokok. Keempat fase tersebut adalah: tersebut yakni:

- 1) Fase persiapan, pada fase ini, seseorang mendapatkan gambaran positif mengenai merokok melalui melihat, mendengar, atau membaca, yang dapat menumbuhkan minat untuk mencoba merokok.

- 2) Fase awal, fase ketika individu memutuskan apakah akan melanjutkan atau memulai merokok.
 - 3) Fase menjadi perokok, fase di mana seseorang telah merokok selama empat hari. Ini cenderung membuat individu tersebut menjadi perokok tetap.
 - 4) Dalam tahap ini, kebiasaan merokok sudah menjadi suatu cara untuk mengatur diri sendiri, di mana orang merokok untuk merasakan efek fisik yang menyenangkan.
- b. Jenis- jenis rokok
- 1) Rokok berdasarkan jenis pembungkus
 - a) Klobot: terbuat dari daun jagung yang dipakai sebagai pembungkus.
 - b) Kawung: menggunakan daun aren sebagai bahan pembungkus.
 - c) Sigaret: dibungkus dengan kertas.
 - d) Cerutu: menggunakan daun tembakau sebagai pembungkus.
- c. Jenis Rokok Berdasarkan Bahan yang Dipakai
- 1) Rokok Putih: dibuat dari tembakau yang dilapisi dengan saus untuk menciptakan rasa dan aroma yang spesifik.
 - 2) Rokok Kretek: dibuat dengan tembakau yang dibalut saus untuk menghasilkan rasa dan aroma yang unik.

- 3) Rokok Klembak: terdiri dari daun tembakau, cengkeh, dan kemenyan, serta dilengkapi dengan saus untuk memperoleh aroma dan rasa yang khas.

d. Rokok berdasarkan proses pembuatannya

- 1) Sigaret Kretek Tangan (SKT): pembuatan jenis rokok ini dilakukan secara manual, yakni dengan cara menggulung atau menggiling menggunakan tangan atau alat yang sederhana.
- 2) Sigaret Kretek Mesin (SKM): pada tahap ini, proses pembuatan rokok dilakukan dengan menggunakan mesin. Bahan-bahan rokok dimasukkan ke dalam mesin untuk diolah. Hasilnya adalah rokok berbentuk batang. Saat ini, mesin untuk produksi rokok dapat menghasilkan antara 6. 000 hingga 8. 000 batang dalam satu menit. Biasanya, mesin yang digunakan tidak hanya menciptakan batang rokok, tetapi juga kemasan paket. Ada juga mesin pembungkus yang mengemas rokok, di mana setiap kemasan berisi 10 paket. Sampai sekarang, belum ada mesin untuk SKT karena ukuran ujung dan pangkal SKT yang berbeda. Sedangkan untuk SKM, ukuran lingkaran di ujung dan pangkal rokok adalah sama.
- 3) Sigaret Kretek Mesin Rasa Penuh (SKM RP): dalam proses pembuatan jenis rokok ini, aroma khas ditambahkan. Contohnya termasuk Gudang Garam International, Djarum Super, dan beberapa merek lainnya.

4) Sigaret Mesin Light Mild (SKM LM): jenis rokok ini memiliki kadar nikotin dan tar yang rendah, dan diproduksi dengan menggunakan mesin. Umumnya, rokok ini tidak memiliki rasa yang sangat kuat. Contohnya termasuk A Mild, U Mild, L. A. Lights, Surya Slims, Clas Mild, Star Mild, dan lain-lain.

e. Faktor-faktor yang berkaitan dengan kebiasaan merokok

Menurut Wijayanti (2017), terdapat beberapa aspek yang berhubungan dengan kebiasaan merokok, termasuk umur, pengalaman, pengetahuan, jenis kelamin, dan sikap.

1) Usia

Saat seorang remaja mencapai usia 15 tahun, interaksi dengan teman-teman mulai dianggap lebih penting daripada hubungan dengan orang tua. Liem melakukan penelitian pada tahun 2014 yang memperlihatkan bahwa teman-teman berkontribusi signifikan terhadap kebiasaan merokok di kalangan remaja.

2) Pengalaman

Sebuah pengalaman berhubungan erat dengan kebiasaan merokok. Perilaku dan sikap seseorang sangat dipengaruhi oleh pengalaman yang mereka alami. Gejala seperti mual, rasa pahit di mulut, dan pusing dapat membuat remaja ragu untuk merokok. Namun, pengalaman yang menyenangkan seperti rasa hangat, kepuasan, ketenangan, kebahagiaan, dan rasa percaya diri akan memudahkan

remaja untuk mencoba merokok. Pengalaman juga bisa berasal dari kelompok teman. Remaja yang merasa terpaksa untuk merokok atau dijaui oleh teman-temannya jika tidak merokok mungkin mengalami dampak negatif yang dapat mengarah ke kebiasaan merokok. Keinginan untuk diterima dalam kelompok teman sangat penting bagi remaja, sehingga mereka mungkin mengikuti ajakan merokok.

3) Pengetahuan

Temuan dari penelitian ini menunjukkan adanya kaitan antara jumlah pengetahuan yang dimiliki dan kebiasaan merokok. Salah satu elemen yang berperan dalam seberapa sering seseorang merokok adalah pengetahuan itu sendiri. Remaja yang mengerti tentang risiko merokok biasanya lebih percaya diri untuk tidak melakukannya. Penelitian dari Alamsyah juga menegaskan bahwa pengetahuan mengenai bahaya merokok berkaitan erat dengan kebiasaan merokok. Penelitian lain menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang risiko merokok dan tindakan merokok itu sendiri.

4) Jenis Kelamin

Remaja laki-laki yang merokok jumlahnya lebih tinggi dibandingkan remaja perempuan. Biasanya, laki-laki lebih cenderung untuk berani mencoba risiko, termasuk merokok.

5) Sikap

Sikap yang kurang baik memiliki kaitan yang kuat dengan kebiasaan merokok. Orang yang melihat risiko merokok secara positif cenderung memiliki kemungkinan yang lebih rendah untuk terlibat dalam aktivitas berbahaya ini.

f. Jenis Perilaku Merokok

Menurut WHO (2013), terdapat tiga kategori perokok:

- 1) Perokok ringan: mengonsumsi 1-10 batang setiap hari.
- 2) Perokok sedang: mengonsumsi 11-20 batang setiap hari.
- 3) Perokok berat: mengonsumsi lebih dari 20 batang setiap hari.

Dalam buku Smet (2013) yang berjudul *Management of Affect Theory*, terdapat beberapa kategori perilaku merokok:

(a) Perilaku merokok yang muncul dari emosi positif

Merokok untuk relaksasi terjadi ketika seseorang menggunakan rokok untuk menambah kesenangan yang sudah ada, contohnya merokok setelah menikmati kopi atau makanan. Stimulus yang membuat seseorang merasa lebih baik terjadi saat seseorang merokok hanya untuk merasakan kegembiraan. Kesenangan yang dirasakan saat memegang rokok berhubungan dengan pengalaman fisik dari memegang rokok tersebut.

(b) Perilaku merokok karena emosi negatif

Banyak orang merokok untuk mengurangi ketidaknyamanan yang mereka rasakan. Contohnya, ketika merasa marah, cemas, atau gelisah, mereka percaya bahwa merokok dapat membantu. Mereka melihat merokok sebagai cara untuk menghadapi perasaan buruk, sehingga bisa terhindar dari situasi yang lebih menyakitkan.

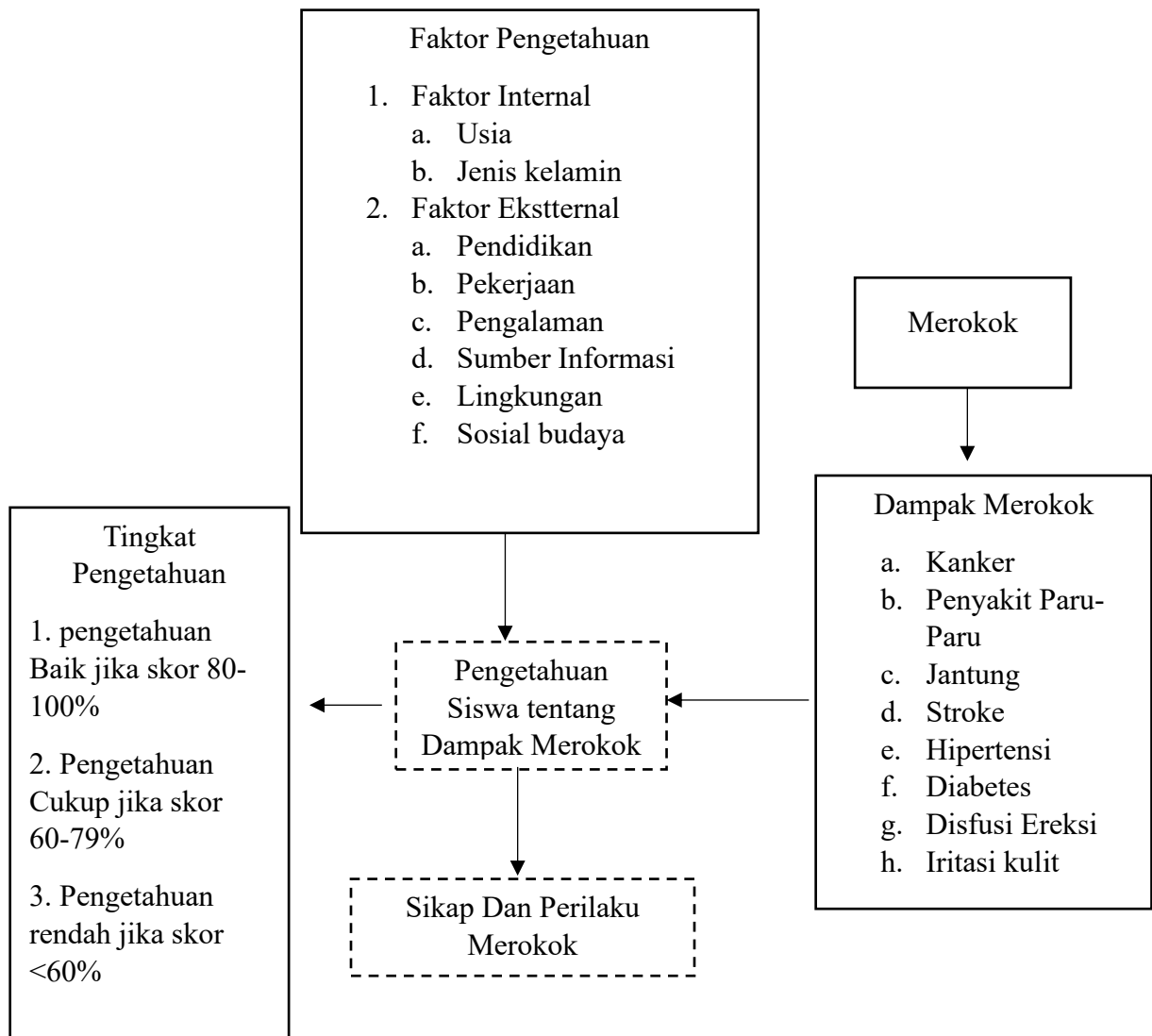
(c) Kebiasaan adiktif perokok

Seorang perokok yang mengalami kecanduan akan meningkatkan jumlah rokok yang mereka konsumsi setiap kali efek dari rokok yang dihisap mulai memudar.

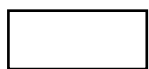
(d) Kebiasaan merokok yang telah terbentuk

Mereka merokok bukan untuk mengontrol emosi, tetapi karena kebiasaan yang telah terbentuk.

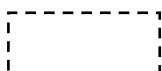
B. Kerangka Teori



Keterangan



: Tidak Diteliti



: Diteliti

Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : (Malik, 2019); Cahyono, E. A. (2019); Mardiana, M. (2022); Lathif, N. H. (2021).