

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Karakteristik Responden

1. Jenis Kelamin

Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 56 responden (63,6 %). Hasil tersebut menunjukkan bahwa perilaku merokok pada remaja lebih banyak ditemukan pada laki-laki dibandingkan perempuan. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh rasa ingin tahu yang tinggi serta keinginan untuk mencoba hal-hal baru sebagai bentuk pencarian identitas diri pada masa remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Munir, 2023) yang menyatakan bahwa perilaku merokok lebih dominan ditemukan pada remaja laki-laki, karena sebagian besar responden laki-laki mulai merokok pada masa remaja pertengahan karena adanya rasa penasaran dan keinginan untuk menyesuaikan diri dengan kelompok teman sebaya.

Secara psikologis, remaja laki-laki lebih sering menunjukkan perilaku eksploratif dan keberanian dalam mengambil risiko dibandingkan perempuan. Kecenderungan laki-laki untuk merokok juga sering kali dikaitkan dengan karakteristik laki-laki yang dikonstruksikan oleh lingkungan sekitar. Remaja laki-laki kerap menganggap bahwa merokok adalah simbol kedewasaan dan ketangguhan di dalam kelompoknya. Anggapan keliru inilah yang menyebabkan angka

prevalensi merokok pada kelompok laki-laki selalu mendominasi dibandingkan perempuan. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh (Anugrah et al., 2024) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan sikap remaja laki-laki terhadap perilaku merokok. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa walaupun sebagian remaja telah mengetahui bahaya rokok, masih terdapat kecenderungan untuk tetap merokok akibat pengaruh lingkungan sosial dan teman sebaya.

2. Usia

Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia dapat diketahui bahwa mayoritas responden berusia 15 tahun yaitu sebanyak 61 responden (69,3 %). Usia tersebut mempresentasikan fase remaja pertengahan yang ditandai dengan pencarian identitas diri yang sangat kuat. Pada masa transisi ini, rasa ingin tahu remaja mencapai puncaknya sehingga mereka sangat rentan terhadap paparan zat adiktif. Hal ini diperkuat oleh penelitian (Diah, 2021) yang menunjukkan bahwa usia remaja pertengahan memiliki hubungan yang signifikan dengan inisiasi perilaku merokok pada siswa. Semakin memasuki usia krusial tersebut, dorongan untuk meniru gaya hidup orang dewasa atau lingkungan sekitar cenderung meningkat, sehingga berdampak pada tingginya angka perokok pemula di usia tersebut.

Secara teori perkembangan, usia remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan emosional dan sosial. Pada masa ini, remaja lebih mudah tertarik pada

perilaku yang dianggap modern atau diterima kelompok. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan mengenai bahaya merokok perlu diberikan sejak dini agar remaja mampu menghindari perilaku merokok. Hal ini juga didukung oleh penelitian (Zulfiarini et al., 2022) yang menunjukkan bahwa usia memengaruhi cara individu merespons kemampuan dalam menilai risiko jangka panjang dari merokok. Seiring dengan belum matangnya kontrol emosi di usia remaja, proses pengambilan keputusan menjadi kurang optimal sehingga mereka lebih mudah terbawa arus lingkungan untuk merokok.

Secara psikologis, remaja berusia 14-17 tahun cenderung memiliki kontrol emosi yang belum stabil dan mudah goyah. Mereka sering kali meluapkan stres akademik maupun personal dengan meniru perilaku orang dewasa di sekitarnya, termasuk merokok. Ketidakmatangan fungsi kognitif dalam menilai risiko jangka panjang membuat mereka mengabaikan dampak buruk rokok bagi kesehatan. Sejalan dengan penelitian (Susanti et al., 2024) yang mengindikasikan bahwa pertambahan usia remaja awal menuju pertengahan berkaitan dengan meluasnya pergaulan sosial individu, sehingga secara tidak langsung meningkatkan paparan terhadap akses rokok dan memperbesar peluang terbentuknya kebiasaan merokok.

3. Kelas

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelas dapat diketahui bahwa mayoritas responden berada pada kelas 9B yaitu sebanyak 31

responden (35,2 %). Perbedaan kelas tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap perilaku merokok pada remaja, karena seluruh responden berada pada tingkat pendidikan yang sama yaitu kelas 9. Meskipun responden berasal dari kelas yang berbeda, seperti 9A hingga 9C, seluruh siswa berada dalam rentang usia dan lingkungan pendidikan yang relatif serupa sehingga memiliki pola interaksi sosial yang hampir sama. Kondisi tersebut menyebabkan tidak adanya perbedaan yang bermakna terkait perilaku merokok antar kelas, karena setiap siswa memiliki peluang yang setara dalam memperoleh pengaruh dari lingkungan pertemanan maupun lingkungan sekolah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Anggina Putri et al., 2025) yang menyatakan bahwa perilaku merokok pada remaja lebih dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial, teman sebaya, serta pola asuh keluarga. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa siswa yang berada dalam satu jenjang pendidikan umumnya memiliki aktivitas sosial, lingkungan belajar, dan akses informasi yang relatif seragam sehingga perbedaan kelas tidak menjadi faktor utama yang memengaruhi perilaku merokok.

Pendapat tersebut juga didukung oleh penelitian (R. T. Wahyuni et al., 2023) yang menyatakan bahwa perilaku merokok pada remaja lebih dipengaruhi oleh faktor individu dan lingkungan sosial dibandingkan dengan pengelompokan kelas. Remaja yang berada pada tingkat pendidikan yang sama cenderung memiliki pola pergaulan, proses

pembelajaran, dan paparan informasi yang relatif serupa sehingga tidak ditemukan perbedaan perilaku merokok yang bermakna antar kelas. Selain itu, perilaku merokok juga dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam menyaring informasi, tekanan teman sebaya, serta tingkat kontrol diri yang dimiliki masing-masing remaja.

B. Pembahasan Hasil Analisa Data Univariat

1. Persepsi Manfaat

Distribusi frekuensi responden berdasarkan persepsi manfaat dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki persepsi manfaat yang tinggi yaitu sebanyak 45 responden (51,1 %). Menurut (Ismail et al., 2022) persepsi manfaat (*perceived benefits*) merupakan keyakinan individu mengenai keuntungan yang diperoleh jika melakukan suatu tindakan. Remaja sering kali mengidentifikasi rokok sebagai alat untuk mengurangi stres, meningkatkan fokus, atau sarana pencarian identitas agar diterima di lingkungan sosialnya. Ketika seorang remaja memandang bahwa merokok memberikan lebih banyak keuntungan psikologis maupun sosial dibandingkan kerugiannya, dorongan untuk mengonsumsi rokok akan semakin kuat. Oleh karena itu, tingginya persepsi manfaat ini menjadi alarm penting bahwa edukasi kesehatan di sekolah masih perlu dibenahi, khususnya dalam meluruskan mitos-mitos keliru seputar efek relaksasi dari rokok.

Hasil ini diperkuat penelitian oleh (Nashih et al., 2026) yang menunjukkan bahwa remaja memiliki persepsi positif terhadap manfaat

merokok memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk menjadi perokok aktif dibandingkan remaja yang memiliki persepsi negatif terhadap rokok. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa persepsi manfaat berhubungan dengan rasa ingin mencoba dan mempertahankan perilaku merokok karena dianggap memberikan keuntungan emosional dan sosial. Hasil penelitian lain oleh (Dewi et al., 2023) juga menyebutkan, tingginya persepsi manfaat merokok pada responden menunjukkan perlunya edukasi kesehatan yang lebih komprehensif mengenai dampak rokok.

2. *Self Efficacy*

Distribusi frekuensi responden berdasarkan *self efficacy* dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki *self efficacy* yang rendah yaitu sebanyak 47 responden (53,4 %). Menurut (Wulandari & Saputri, 2024) *Self-efficacy* dalam konteks ini merujuk pada keyakinan atau kemampuan emosional individu untuk menolak tawaran merokok, terutama saat berada di bawah tekanan teman sebaya (*peer pressure*). Remaja dengan efikasi diri yang lemah cenderung tidak berdaya dan mudah goyah ketika dihadapkan pada situasi sosial yang menuntut mereka untuk ikut merokok. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* yang tinggi mampu mempertahankan prinsipnya meskipun lingkungan sekitarnya mayoritas adalah perokok. Rendahnya efikasi diri pada responden dalam penelitian ini mengindikasikan perlunya pelatihan asertif (*assertiveness training*) bagi remaja agar mereka berani berkata

"tidak" pada rokok tanpa merasa dikucilkan dari kelompoknya (Purnamasari, 2023).

Hasil ini didukung oleh penelitian (Octacarolina & Sunarti, 2020) menunjukkan bahwa remaja dengan *self-efficacy* rendah memiliki risiko lebih besar untuk mencoba dan mempertahankan perilaku merokok. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa kemampuan menolak ajakan teman menjadi faktor penting dalam pencegahan perilaku merokok pada remaja. Penelitian lain oleh (A. S. Wahyuni, 2025) menemukan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok pada siswa sekolah menengah. Remaja dengan tingkat efikasi diri tinggi cenderung lebih mampu menghindari tekanan sosial dan mempertahankan perilaku sehat dibandingkan remaja dengan efikasi diri rendah.

3. Perilaku Merokok

Distribusi frekuensi responden berdasarkan status merokok dapat diketahui bahwa mayoritas responden berstatus pernah merokok yaitu sebanyak 51 responden (58,0 %). Menurut (Anees Alyafei., 2024) perilaku merokok pada remaja umumnya diawali oleh rasa ingin tahu dan keinginan untuk mencoba hal baru. Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan tingginya rasa penasaran serta kecenderungan mengikuti lingkungan sekitar. Ketika remaja melihat teman sebaya, anggota keluarga, atau figur yang dikagumi merokok, maka muncul dorongan untuk mencoba perilaku tersebut. Apabila

pengalaman pertama merokok dianggap memberikan rasa nyaman atau diterima dalam kelompok sosial, maka perilaku tersebut dapat berlanjut menjadi kebiasaan. Mayoritas responden yang pernah merokok dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa pengaruh lingkungan sosial memiliki peranan yang besar terhadap pembentukan perilaku merokok. Remaja cenderung lebih mudah menyesuaikan diri dengan kelompok pertemanan agar diterima dan tidak dianggap berbeda (Raul Easton-Carr., 2024).

Penelitian oleh Andriani et al., (2022) menunjukkan bahwa seseorang yang ingin mencoba merokok sebagian pengaruh teman sebaya menjadi faktor dominan yang berhubungan dengan perilaku merokok pada remaja. Remaja yang memiliki kelompok teman perokok lebih mudah terdorong untuk ikut mencoba rokok demi memperoleh penerimaan sosial. Selain itu penelitian lain menjelaskan bahwa perilaku merokok pada remaja dipengaruhi oleh dukungan lingkungan terhadap perilaku merokok. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa semakin tinggi persepsi manfaat dan semakin rendah efikasi diri, maka risiko perilaku merokok akan semakin meningkat (Mane et al., 2024).

C. Pembahasan Hasil Analisa Data Bivariat

1. Hubungan Persepsi Manfaat Merokok Dengan Perilaku Merokok

Hasil analisis korelasi lambda pada persepsi manfaat adalah terdapat hubungan yang signifikan dengan kekuatan sedang ($r = 0,488$; $p = 0,000$) antara status merokok dan persepsi manfaat. Maka $p < 0,05$ yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga disimpulkan ada hubungan persepsi manfaat terhadap perilaku merokok di MTs Miftahul Huda Kuripan. Hal itu ditunjukkan dengan adanya sejumlah 37 responden yang memiliki persepsi manfaat tinggi berperilaku merokok. Remaja yang memiliki persepsi manfaat merokok tinggi cenderung memiliki perilaku merokok yang lebih tinggi dibandingkan remaja dengan persepsi manfaat rendah.

Persepsi manfaat merokok terbentuk melalui proses interaksi sosial, pengalaman pribadi, dan paparan lingkungan yang berlangsung secara terus-menerus. Pada masa remaja, kebutuhan untuk memperoleh pengakuan sosial dan penerimaan kelompok sangat tinggi. Akibatnya, perilaku yang dianggap dapat meningkatkan status sosial, seperti merokok, lebih mudah diterima dan diikuti (Afifah, 2021). Sebagian remaja memandang rokok sebagai sarana untuk mengurangi stres, meningkatkan rasa percaya diri, menciptakan kesan dewasa, serta mempererat hubungan dengan teman sebaya. Semakin besar manfaat yang dirasakan dari perilaku merokok, maka semakin kecil perhatian

remaja terhadap risiko kesehatan yang mungkin terjadi (Nadya Reysawati, 2024).

Dalam teori *Health Belief Model* dijelaskan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh keyakinan individu mengenai manfaat suatu tindakan. Ketika remaja percaya bahwa merokok memberikan keuntungan psikologis maupun sosial, maka kecenderungan untuk melakukan perilaku tersebut akan meningkat. Persepsi manfaat yang tinggi dapat mengurangi kewaspadaan individu terhadap bahaya rokok dan memperkuat niat untuk terus merokok. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh (Nashih et al., 2026) yang menunjukkan bahwa persepsi manfaat merokok memiliki hubungan signifikan dengan perilaku merokok pada remaja. Remaja yang menganggap rokok memberikan manfaat emosional dan sosial lebih berisiko menjadi perokok aktif. Penelitian lain oleh (Dewi et al., 2023) juga menjelaskan bahwa persepsi positif terhadap rokok meningkatkan kemungkinan remaja untuk mencoba dan mempertahankan perilaku merokok, remaja yang memiliki keyakinan bahwa rokok dapat membantu mengatasi stres dan meningkatkan penerimaan sosial cenderung lebih sulit menghentikan kebiasaan merokok.

Faktor sosial budaya juga berkontribusi dalam membentuk persepsi manfaat merokok pada remaja khususnya laki-laki. Remaja menganggap merokok sebagai sesuatu yang wajar bahkan menjadi bagian dari proses pembentukan identitas sebagai laki-laki. Ketika norma budaya tersebut

diperkuat oleh lingkungan pertemanan dengan kebiasaan merokok, persepsi bahwa merokok memberikan manfaat sosial akan semakin meningkat. Akibatnya, remaja cenderung lebih mudah menerima dan mempertahankan perilaku merokok karena merasa perilaku tersebut sesuai dengan harapan sosial di lingkungannya. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian (Bottorff et al, 2023) yang menjelaskan bahwa dalam masyarakat sering kali mengaitkan perilaku merokok dengan simbol kejantanan, kemandirian, dan kedewasaan. Akibatnya, sebagian remaja laki-laki menjadikan rokok sebagai sarana untuk menunjukkan identitas diri dan memperoleh pengakuan dari kelompok sebaya.

Meskipun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat 8 responden yang memiliki persepsi manfaat tinggi, tetapi tidak berperilaku merokok. Kondisi ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor psikologis, seperti adanya rasa takut terhadap dampak negatif merokok bagi kesehatan dan kualitas hidup di masa mendatang. Kekhawatiran bahwa merokok dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan serta mengurangi pola hidup sehat dapat menjadi pertimbangan bagi responden untuk tidak melakukan perilaku merokok, meskipun mereka memiliki persepsi manfaat yang tinggi terhadap rokok.

Selain faktor psikologis, lingkungan juga berperan penting dalam memengaruhi hubungan antara persepsi manfaat dengan perilaku merokok. Menurut (Susanti et al., 2024) remaja yang berada pada lingkungan keluarga atau sekolah dengan pengawasan yang baik

cenderung mampu mengendalikan keinginan untuk merokok, meskipun mereka memiliki persepsi bahwa merokok memberikan manfaat tertentu. Adanya aturan yang melarang merokok di rumah maupun di lingkungan sekolah, serta pengawasan dari orang tua dan guru, dapat menjadi faktor protektif yang menghambat munculnya perilaku merokok. Sebaliknya, lingkungan yang permisif terhadap perilaku merokok akan meningkatkan peluang remaja untuk mencoba dan mempertahankan kebiasaan tersebut.

Hasil penelitian oleh Sari et al. (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lingkungan keluarga dengan perilaku merokok pada remaja, di mana remaja yang memperoleh pengawasan dan komunikasi yang baik dari orang tua memiliki kecenderungan lebih rendah untuk merokok dibandingkan remaja yang kurang mendapatkan pengawasan. Penelitian oleh Rahmawati dan Nugroho (2023) juga menjelaskan bahwa lingkungan sekolah yang menerapkan kawasan tanpa rokok serta pengawasan yang konsisten dari guru mampu menurunkan kecenderungan perilaku merokok pada siswa. Temuan tersebut menunjukkan bahwa lingkungan yang mendukung perilaku hidup sehat dapat menjadi faktor pelindung, sehingga meskipun remaja memiliki persepsi manfaat yang tinggi terhadap rokok, mereka belum tentu memutuskan untuk merokok.

2. Hubungan *Self Efficacy* Dengan Perilaku Merokok

Hasil analisis *korelasi lambda* pada kuisioner *Self Efficacy* adalah terdapat hubungan yang signifikan dengan kekuatan kuat ($r = 0,659$; $p = 0,000$) antara status merokok dan *self efficacy*. Maka $p < 0,05$ yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga disimpulkan ada hubungan *self efficacy* terhadap perilaku merokok di MTs Miftahul Huda Kuripan. Hal itu ditunjukkan dengan adanya 42 responden yang memiliki *self efficacy* rendah dengan berperilaku merokok yang tinggi. Hubungan tersebut bersifat negatif, yang berarti semakin rendah *self-efficacy* remaja maka semakin tinggi kecenderungan mereka untuk merokok. Sebaliknya, remaja pada *self efficacy* yang tinggi yaitu 32 responden memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung lebih mampu menghindari dan menolak perilaku merokok.

Menurut Armstrong (2022), remaja dengan *self-efficacy* rendah umumnya mengalami kesulitan dalam menghadapi tekanan kelompok sebaya. Mereka cenderung takut dikucilkan apabila tidak mengikuti perilaku kelompok, termasuk merokok. Kondisi ini menyebabkan remaja lebih mudah mengikuti perilaku teman sebagai bentuk adaptasi sosial. Selain itu, rendahnya efikasi diri juga membuat individu merasa kurang mampu mengendalikan emosinya sehingga lebih rentan menggunakan rokok sebagai pelarian dari stres dan kecemasan. Sebaliknya, remaja dengan *self-efficacy* tinggi memiliki kemampuan lebih baik dalam mengambil keputusan dan mempertahankan perilaku sehat. Mereka

cenderung mampu menolak tekanan sosial serta memiliki kontrol diri yang lebih kuat terhadap perilaku berisiko. Efikasi diri yang baik juga membantu remaja mengembangkan rasa percaya diri dalam menghadapi lingkungan sosial tanpa harus mengikuti perilaku merokok (Evans et al., 2023).

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori *Social Cognitive Theory* yang menjelaskan bahwa *self-efficacy* merupakan faktor utama yang memengaruhi perilaku individu. Keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam mengendalikan perilaku akan menentukan bagaimana individu menghadapi tekanan lingkungan dan mengambil keputusan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini didukung oleh penelitian (Octacarolina & Sunarti, 2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *self-efficacy* dengan perilaku merokok pada remaja. Remaja dengan efikasi diri rendah memiliki kecenderungan lebih besar untuk merokok karena kurang mampu menolak pengaruh lingkungan. Penelitian lain oleh (Anggina Putri, Yasrial Chandra, 2025) juga menjelaskan bahwa peningkatan *self-efficacy* dapat membantu remaja mengurangi kebiasaan merokok dan meningkatkan kemampuan pengendalian diri terhadap perilaku berisiko.

Faktor psikologis juga turut memengaruhi rendahnya *self-efficacy*. remaja yang mengalami stres, kecemasan, atau kesulitan mengendalikan emosi cenderung menganggap rokok sebagai cara untuk memperoleh ketenangan atau mengurangi tekanan yang dirasakan. Ketika kemampuan

mengatasi masalah (coping) masih rendah, remaja akan lebih mudah menggunakan rokok sebagai pelarian sehingga keyakinan untuk menolak perilaku merokok menjadi semakin rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian (Park dan Iacocca, 2022) yang menunjukkan bahwa remaja yang mengalami tingkat stres dan tekanan psikologis yang lebih tinggi memiliki kecenderungan lebih besar untuk merokok sebagai mekanisme coping. Selain itu, (Lawrence et.al, 2023) menjelaskan bahwa individu dengan *self-efficacy* yang rendah cenderung kurang yakin terhadap kemampuannya dalam mengendalikan perilaku dan menghadapi situasi yang menantang, sehingga lebih mudah menyerah terhadap tekanan atau godaan, termasuk ajakan untuk merokok. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kondisi psikologis yang kurang baik dapat menurunkan keyakinan remaja untuk menolak perilaku merokok dan meningkatkan risiko menjadi perokok.

Meskipun demikian, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa masih terdapat 5 responden yang memiliki *self-efficacy* rendah, tetapi tidak berperilaku merokok. Kondisi ini kemungkinan dipengaruhi oleh lingkungan keluarga dan sekolah yang menerapkan larangan terhadap perilaku merokok. Selain itu, responden juga merasa takut apabila diketahui merokok karena khawatir akan mendapat teguran atau hukuman dari orang tua. Adanya peraturan sekolah yang melarang siswa merokok serta kekhawatiran akan dikenai sanksi apabila ketahuan merokok juga dapat menjadi faktor yang mendorong responden untuk

tidak melakukan perilaku merokok meskipun memiliki *self-efficacy* yang rendah.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian oleh Rachmat et al. (2023) yang menunjukkan bahwa interaksi keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku merokok pada remaja. Remaja yang memperoleh pengawasan dan interaksi keluarga yang baik cenderung memiliki risiko lebih rendah untuk berperilaku merokok dibandingkan remaja yang kurang mendapatkan perhatian dari keluarga. Selain itu, penelitian oleh (Rahmawati dan Raudatussalamah, 2020) juga menjelaskan bahwa pola asuh orang tua berpengaruh terhadap perilaku merokok pada pelajar, di mana keterlibatan orang tua dalam pengawasan dan pembinaan perilaku anak mampu menurunkan kecenderungan remaja untuk merokok. Temuan tersebut menunjukkan bahwa faktor lingkungan, khususnya keluarga dan sekolah, dapat menjadi faktor protektif yang mampu mencegah perilaku merokok meskipun remaja memiliki *self-efficacy* yang rendah.

D. Hubungan Persepsi Manfaat dan *Self Efficay* Terhadap Perilaku Merokok di MTs Miftahul Huda Kuripan

Hasil analisis menunjukkan bahwa persepsi manfaat merokok dan *self-efficacy* secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap perilaku merokok pada remaja. Kedua variabel tersebut saling berinteraksi dalam membentuk keputusan remaja untuk merokok. Persepsi manfaat yang tinggi bertindak sebagai faktor pendorong, sedangkan *self-efficacy* yang rendah menjadi faktor

yang melemahkan kemampuan individu dalam menolak perilaku merokok. Remaja yang memiliki persepsi positif terhadap rokok cenderung memandang merokok sebagai sesuatu yang menguntungkan. Ketika kondisi tersebut disertai dengan *self-efficacy* rendah, maka remaja menjadi lebih rentan terhadap pengaruh lingkungan social (Haryati & Abdullah, 2020).

Mereka tidak hanya memiliki keyakinan bahwa merokok memberikan manfaat, tetapi juga tidak memiliki kemampuan yang cukup untuk menolak ajakan atau tekanan dari teman sebaya. Kombinasi kedua faktor tersebut menciptakan kerentanan psikologis yang kuat terhadap perilaku merokok. Remaja yang merasa rokok memberikan manfaat emosional dan sosial akan lebih mudah terdorong untuk mencoba merokok. Ketika mereka juga memiliki kemampuan pengendalian diri yang rendah, maka perilaku tersebut lebih mudah berkembang menjadi kebiasaan yang menetap. Sebaliknya jika remaja yang memiliki persepsi negatif terhadap rokok dan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih mampu mempertahankan perilaku sehat. Mereka dapat menilai risiko merokok secara rasional serta memiliki kemampuan untuk menolak tekanan sosial tanpa merasa kehilangan penerimaan dari kelompoknya (Praweshari, 2024).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian (Anugrah et al., 2024) mengenai faktor psikososial perilaku merokok remaja yang menunjukkan bahwa kombinasi persepsi positif terhadap rokok dan rendahnya *self-efficacy* meningkatkan risiko perilaku merokok secara signifikan. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa perilaku merokok tidak hanya dipengaruhi oleh satu

faktor tunggal, melainkan hasil interaksi berbagai faktor psikologis dan sosial. Penelitian lain oleh (Munir, 2023) juga menunjukkan bahwa intervensi yang menggabungkan edukasi tentang bahaya rokok dan pelatihan peningkatan *self-efficacy* lebih efektif dalam menurunkan perilaku merokok dibandingkan edukasi kesehatan biasa. Program yang berfokus pada perubahan persepsi dan penguatan kemampuan penolakan sosial mampu membantu remaja mengembangkan perilaku hidup sehat secara lebih optimal.

E. Keterbatasan

Dari penelitian yang telah dilakukan di MTs Miftahul Huda Kuripan peneliti menyadari bahwa terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian Hubungan Persepsi Manfaat dan Self Efficacy Terhadap Perilaku Merokok tidak sepenuhnya memenuhi kriteria penelitian yang sempurna. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Ada beberapa responden yang masih kurang dalam memahami pernyataan dari kuesioner pada saat penelitian, namun hal ini dapat diatasi oleh peneliti dengan mendampingi responden dalam mengisi kuesioner.
2. Dalam proses pengumpulan data, jawaban yang diberikan responden pada kuesioner kemungkinan belum sepenuhnya menggambarkan kondisi atau pendapat responden secara tepat. Hal ini dapat dipengaruhi oleh perbedaan pemahaman, cara berpikir, serta tingkat kejujuran masing-masing responden saat mengisi kuesioner.
3. Kemungkinan bias informasi, karena perilaku merokok merupakan perilaku yang sensitive terhadap anak MTs, terdapat kemungkinan

terjadinya bias informasi akibat responden menutupi kebiasaan merokok yang sebenarnya.

4. Lingkungan yang tidak kondusif saat pengambilan data, misalnya saat responden mengisi kuesioner namun di luar tempat masih terdapat kebisingan lingkungan sekitar.

