

PENGARUH *SELF-EFFICACY* TERHADAP MOTIVASI PENURUNAN PERILAKU MEROKOK REMAJA DI WILAYAH PONTIANAK TENGGARA

Janius¹, Tutur Kardiatus², Indah Dwi Rahayu³

¹Mahasiswa STIK Muhammadiyah Pontianak, janiussuti@gmail.com

²Dosen STIK Muhammadiyah Pontianak, ajeng_ners@yahoo.com

³Dosen STIK Muhammadiyah Pontianak, indah@stikmuhtk.ac.id

ABSTRAK

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi seseorang dalam perilaku berhenti merokok yaitu *self-efficacy*. *Self-efficacy* dapat dijadikan prediktor keberhasilan dalam program berhenti merokok dengan membangun keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhenti merokok. Perilaku merokok sulit dilakukan karena seseorang mengalami kecanduan sehingga sulit melepaskan diri, kemampuan diri diperlukan untuk bisa mengendalikan atau bahkan terlepas dari perilaku negatif tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* terhadap motivasi penurunan perilaku merokok remaja di Pontianak Tenggara. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Jumlah responden sebanyak 35 remaja dengan teknik *purposive sampling*. Cara pengumpulan data dengan kuesioner tentang *self-efficacy* dan motivasi penurunan perilaku merokok. Analisis yang digunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas remaja yang merokok memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi yaitu 21 orang (60%) dan remaja yang merokok memiliki mayoritas tingkat motivasi yang tinggi berjumlah 20 orang (57,1%), nilai $p\text{ value } 0,036 < \alpha = 0,05$ artinya ada pengaruh *self-efficacy* terhadap motivasi penurunan perilaku merokok pada remaja di Pontianak Tenggara. Kesimpulan bahwa tekanan dari keluarga dan iklan yang sering responden lihat di media sosial yang memperlihatkan dampak dari perilaku merokok mendorong keyakinan diri remaja bisa berhenti merokok. Dukungan sosial dari orang terdekat dan lingkungan sekitar yang membatasi remaja merokok menstimulus remaja semakin yakin bahwa mereka dapat mengontrol keinginan mereka untuk tidak merokok. Saran untuk remaja yang merokok untuk dapat menggunakan *self-efficacy* dalam mengurangi atau berhenti merokok, keluarga dan sekolah dapat menjadi bagian pembentuk *self-efficacy* bagi remaja untuk berhenti merokok.

Kata kunci: Merokok, Remaja, *Self-Efficacy*

ABSTRACT

One of the factors that can influence someone in stop smoking behavior is *self-efficacy*. *Self-efficacy* can be a predictor of success in quitting smoking programs by building individual confidence in his ability to stop smoking. Smoking behavior is difficult because a person is addicted so that it is difficult to break away, the ability of self is needed to be able to control or even get rid of these negative behaviors. The purpose of this study was to determine the effect of *self-efficacy* on the motivation to reduce smoking behavior in Southeast Pontianak. This research method uses approach *cross-sectional*. The number of respondents was 35 adolescents with *purposive sampling* technique. How to collect data with a questionnaire about *self-efficacy* and motivation to decrease smoking behavior. The analysis used test *chi-square*. The results of this study found that the majority of adolescents who smoke have a high level of *self-efficacy*, namely 21 people (60%) and adolescents who smoke have a majority of high motivation levels totaling 20 people (57.1%), $p\text{ value of } 0.036 < \alpha = 0.05$ means that there is an effect of *self-efficacy* on the motivation to decrease smoking behavior in adolescents in the Southeast Pontianak. The conclusion that pressure from family and advertisements that respondents often see on social media that shows the impact of smoking behavior encourages teenagers' self-confidence to stop smoking. Social support from the closest people and the environment that limits adolescent smoking stimulates adolescents to be more confident that they can control their desire not to smoke. Suggestions for teens who smoke to be able to use *self-efficacy* in reducing or stopping smoking, families and schools can be a part of forming *self-efficacy* for teens to stop smoking.

Keywords: Adolescents, Smoking, *Self-efficacy*

Pendahuluan

Data WHO menunjukkan tembakau dan hasil olahannya termasuk rokok, menyebabkan kematian hampir 6 juta orang setiap tahun dan jika hal ini terus berlanjut, diperkirakan akan terjadi 8 juta kematian pada tahun 2030 (WHO, 2014). Perilaku merokok adalah suatu kegiatan atau aktifitas yang membakar rokok atau tembakau dan kemudian menghisap asapnya dan kemudian menghembuskannya kembali dan dilakukan berulang sampai rokok itu habis (Molina, 2017 dalam Riadinata, 2018). Jumlah perokok di dunia mencapai 2,8 miliar orang, dimana setiap tahun ada 5 juta orang yang meninggal akibat penyakit yang disebabkan oleh rokok (WHO, 2015). Jumlah perokok di Indonesia cenderung bertambah yaitu 31,5% dari penduduk Indonesia di tahun 2001, bahkan lebih dari 50% dengan sampel di suatu daerah, dan semakin dini dari segi usia memulai merokok.

Riskesdas (2010) menyebutkan umur pertama kali merokok usia remaja yaitu pada kelompok umur 15-19 tahun sebanyak 44,6% dan kelompok umur 10-14 hanya sebanyak 15,2%. Usia pertama kali merokok pada umumnya berkisar antara usia 11-13 tahun dan pada umumnya merokok sebelum usia 18 tahun (Wulandari, 2008 dalam Rizkiani & Widyastuti, 2012). Penelitian Caesaria (2016) tentang determinan faktor phw (*pictorial health warning*) terhadap keputusan membeli rokok pada remaja pria usia 10-14 tahun di kota pontianak mengatakan Provinsi Kalimantan Barat merupakan salah satu dari 5 provinsi (Lampung, Nusa Tenggara Barat, Bengkulu dan Jambi) yang jumlah prevalensi nya telah melebihi rata-rata nasional sebesar 57,4%, dengan usia mulai merokok yaitu 15-19 tahun. Efikasi diri dapat dijadikan sebagai terapi atau upaya untuk menurunkan perilaku merokok. Perilaku berhenti merokok harus terdapat keyakinan diri dari perokok tersebut bahwa ia mampu

menghentikan dirinya untuk merokok. Efikasi diri ditemukan berasosiasi dengan keberhasilan berhenti merokok pada orang dewasa (Triet, 2008 dalam mangunsong, dkk, 2016). Karakter erat kaitannya dengan *personality* (kepribadian) seseorang, di mana seseorang bisa disebut orang yang berkarakter (*a person of character*) jika tingkah lakunya sesuai dengan kaidah moral. Etter, dkk (2000) dalam Nurjanah & Rahmawati (2017) *self-efficacy* dapat dijadikan prediktor keberhasilan dalam program berhenti merokok.

Self-efficacy berperan dalam membangun keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhenti merokok yang dimanifestasikan dengan serangkaian tindakan melalui beberapa sumber pembentuk efikasi diri. Semakin tinggi *self-efficacy* berhenti merokok pada individu maka ia akan mencurahkan usahanya dan gigih dalam mencapai tujuannya untuk mengontrol keinginan berhenti merokok (Insani, 2015 dalam Nurjanah & Rahmawati, 2017).

Dimensi *Smoking Self-Efficacy* menjadi internal stimuli *self-efficacy* dan *external stimuli self-efficacy*. *Internal stimuli self-efficacy* merupakan suatu keyakinan yang dimiliki individu untuk mampu mengendalikan perilaku merokok pada situasi-situasi internal dalam dirinya. Situasi-situasi internal yang dimaksud seperti adanya perasaan gugup, marah, perasaan tertekan, stress, depresi, dan perasaan-perasaan internal lain yang dapat membuat individu yakin untuk berhenti merokok. *External stimuli self-efficacy* merupakan suatu keyakinan yang dimiliki individu untuk mampu mengendalikan perilaku merokok pada situasi-situasi eksternal di luar dirinya. Situasi-situasi eksternal yang dimaksud adalah situasi yang melibatkan orang lain yang signifikan dapat mempengaruhi individu dalam berperilaku seperti teman,

keluarga, lingkungan tempat tinggal, dan sebagainya (Etter, dkk 2000 dalam Nurjanah & Rahmawati, 2017).

Nurjanah & Rahmawati (2017) tentang hubungan antara *health locus of control* dan *self-efficacy* berhenti merokok pada mahasiswa keperawatan yang merokok menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dimensi *chance* dari *health locus of control* dengan dimensi *external stimuli* dari *self-efficacy* berhenti merokok

Hasil dan Pembahasan

Distribusi Frekuensi Self-Efficacy

Tabel Distribusi Frekuensi Self-Efficacy Remaja

Variabel		F	%
Self-Efficacy	Tinggi	21	60,0
Remaja	Rendah	14	40,0
Total		35	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa remaja yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi sebanyak 21 orang (60%).

Distribusi Frekuensi Motivasi Penurunan Perilaku Merokok Remaja

Tabel Distribusi Frekuensi Motivasi Penurunan Perilaku Merokok Remaja

Variabel		F	%
Motivasi	Tinggi	20	57,1
Penurunan Perilaku Merokok	Rendah	15	42,9
Total		35	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa remaja yang memiliki tingkat motivasi penurunan perilaku merokok mayoritas berjumlah 20 orang (57,1%).

Analisa Bivariat

Analisa bivariat penelitian ini menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh *self-efficacy* terhadap motivasi penurunan perilaku merokok remaja.

Tabel Pengaruh Self-Efficacy terhadap Motivasi Penurunan Perilaku Merokok Remaja

		Motivasi penurunan		Total	p	OR
		Tinggi	Rendah			
Self-Efficacy	Tinggi	15	6	21	0,036	4,500
	Rendah	5	9	14		
Total		20	15	35		

Sumber : Data Primer 2019

Tabel diatas menunjukkan nilai *p value* $0,036 < \alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, yaitu ada pengaruh *self-efficacy* terhadap motivasi penurunan perilaku merokok remaja di Pontianak Tenggara. Nilai *odds ratio* (OR) pada tabel diatas sebesar 4,500, yang berarti remaja dengan *self-efficacy* tinggi memiliki kecenderungan untuk memiliki motivasi berhenti merokok sebesar 4,5 atau sama dengan 5 kali berpeluang lebih besar dibanding orang dengan *self-efficacy* rendah.

Pembahasan

Gambaran Self-Efficacy

Penelitian ini didapat hasil *self-efficacy* remaja yang memiliki perilaku merokok mayoritas tinggi. Bandura (1997) dalam Friedman dan Mariam (2008) mengatakan bahwa *self-efficacy* adalah ekspektasi-keyakinan (harapan) tentang seberapa jauh seseorang mampu melakukan satu perilaku dalam situasi tertentu. Semakin tinggi *self-efficacy* berhenti merokok pada individu maka ia akan mencurahkan usahanya dan gigih dalam mencapai tujuannya untuk mengontrol keinginan berhenti merokok (Insani, 2015 dalam Nurjanah & Rahmawati, 2017). Empat faktor yang mempengaruhi *self-efficacy*, yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi sosial dan keadaan fisiologis dan emosional.

Peneliti menemukan faktor yang mempengaruhi responden memiliki *self-efficacy* tinggi sebagian besar ialah pengalaman yang terjadi pada teman

terdekat mereka yang dapat mengontrol perilaku merokok mereka dimana biasanya sehari menghabiskan sebungkus rokok menjadi 4-6 batang sehari dan responden mengatakan sering melihat iklan yang menayangkan dampak yang timbul dari perilaku merokok. Pada masa remaja awal ini terdapat perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dimana terjadi perubahan pada emosi dan psikis. Oleh karena itu dimasa ini remaja awal lebih mudah terpengaruh terhadap lingkungan sekitar mereka terutama seseorang yang paling dekat.

Gambaran Motivasi Penurunan Perilaku Merokok Remaja

Penelitian ini didapat hasil mayoritas remaja memiliki motivasi tinggi. Irianto (2005) mengatakan bahwa motivasi adalah sesuatu yang menggerakkan atau mendorong seseorang atau kelompok orang, untuk melakukan atau tidak melakukan sesuatu. Hamdu & Agustina (2011) mengatakan semakin tinggi motivasi seseorang, maka semakin intensitas usaha dan upaya yang akan dilakukan. Pengurangan frekuensi atau bahkan berhenti merokok akan berhasil jika dalam diri responden tersebut ada kemauan yang tinggi untuk terlepas dari perilaku merokok, dengan adanya peningkatan motivasi yang dimiliki responden akan tergerak untuk terlepas dari perilaku tersebut. Hasil penelitian yang peneliti dapatkan berdasarkan kuesioner dan wawancara kepada responden rata-rata menyatakan adanya motivasi dari internal maupun eksternal. Motivasi internal datang dari keluarga yang tidak senang akan perilaku yang dilakukan oleh responden tersebut, teman terdekat dan lingkungan sekitar juga yang mereka jadikan sebagai acuan untuk mereka berhenti merokok.

Pengaruh *Self-Efficacy* terhadap Motivasi Penurunan Perilaku Merokok Remaja

Hasil penelitian ini diperoleh bahwa dari 35 responden didapatkan responden yang memiliki *self-efficacy* tinggi dan responden yang memiliki motivasi tinggi dengan nilai *odds ratio* (OR) menunjukan bahwa remaja perokok dengan *self-efficacy* tinggi memiliki

kecenderungan untuk memiliki motivasi berhenti merokok sebesar 4,5 atau sama dengan 5 kali lebih besar dibanding orang dengan *self-efficacy* rendah. Hasil uji statistik penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh *self-efficacy* terhadap motivasi penurunan perilaku merokok remaja.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2012) tentang pengaruh paparan iklan dan *self-efficacy* terhadap perilaku merokok remaja mengatakan dengan *self-efficacy* yang tinggi itulah pengunjung kafe *Prience House* dan mahasiswa Universitas Dian Nuswantoro juga memiliki keyakinan pribadi yang mampu menolak perilaku negatif sehingga tidak terpengaruh untuk merokok meskipun sering terpapar iklan rokok yang, artinya menghasilkan korelasi positif antara *self-efficacy* dan perilaku merokok, .

Self-efficacy tinggi berpengaruh terhadap pengurangan frekuensi perilaku merokok remaja di Pontianak Tenggara. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mangunsong (2016) tentang *Association Between Cigarette Package Warning Messages, Self-Efficacy, and Smoking Behavior among Students at Health Polytechnic* in Surakarta, Indonesia menunjukkan hasil bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap perilaku merokok remaja. Seorang remaja yang memiliki efikasi diri tinggi, maka dapat menjadi mekanisme koping dari remaja untuk tidak merokok, sedangkan remaja yang efikasi diri yang rendah, akan lemah atau mudah terpengaruh dengan faktor-faktor yang dapat mendorong remaja untuk merokok.

Delapan faktor yang menyebabkan remaja merokok, yaitu teman dan orang terdekat yang merokok, status sosial ekonomi dan prestasi rendah, citra positif terhadap rokok, kepercayaan bahwa merokok adalah norma remaja, pengetahuan yang rendah, lingkungan yang permisif, peraturan dan kebijakan pengendalian rokok minimal di

Indonesia, serta masih banyaknya iklan rokok (Prawitasari, 2012).

Penelitian ini didukung dengan hasil penelitian Nurjanah (2017) tentang hubungan antara *health locus of control* dan *self-efficacy* pada mahasiswa keperawatan mengatakan bahwa semakin tinggi penilaian para mahasiswa keperawatan bahwa diri mereka sendiri yang dapat mengontrol kesehatan mereka, maka mereka akan memiliki *self-efficacy* yang tinggi untuk berhenti merokok pada situasi-situasi internal dalam diri mereka seperti mampu menahan diri untuk tidak merokok pada saat merasa gugup, cemas, depresi, dan sebagainya. Hal ini dilakukan karena mereka tahu dengan merokok mereka tidak akan bisa memecahkan suatu masalah yang sedang mereka hadapi.

Dukungan sosial dari orang terdekat dan lingkungan disekitar membuat remaja semakin yakin bahwa mereka dapat mengontrol keinginan mereka untuk tidak merokok. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurjanah (2017) tentang hubungan antara *health locus of control* dan *self-efficacy* pada mahasiswa keperawatan yang mengatakan individu yang memiliki *powerful others health locus of control* yang lebih dominan akan memiliki keyakinan bahwa dukungan orang lain/lingkungan yang menjadikannya sehat dan mereka pun tidak memiliki tujuan tertentu yang ingin dicapai serta tidak melakukan evaluasi terhadap hasil yang positif. Keluarga dan teman sebayalah yang memiliki peranan penting dalam memberikan dukungan kepada remaja dalam mengontrol keinginan mereka untuk merokok. Teman sebaya memiliki pengaruh yang besar terhadap perilaku merokok pada remaja, namun disisi lain teman sebaya juga dapat dijadikan faktor untuk membuat individu untuk berhenti merokok.

Remaja yang memiliki kepercayaan bahwa dengan berhenti merokok dapat terhindar dari dampak yang timbul akibat merokok dapat menumbuhkan motivasi yang

membuat remaja tersebut memiliki kepercayaan bahwa mereka dapat berhenti dari perilaku merokok. Selain itu, kehadiran sosok orang terdekat seperti teman juga dapat menimbulkan motivasi untuk seseorang berhenti merokok, seseorang yang memiliki dampak positif terhadap individu dapat mempengaruhi remaja berubah menjadi lebih baik. Pada remaja yang memiliki teman seorang perokok aktif biasanya dapat mempengaruhi remaja tersebut untuk memiliki perilaku yang sama. Pada masa remaja ini sering kali mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya dan ingin mencoba beberapa hal yang mereka lihat. Ketika seorang teman yang sebelumnya menjadi alasan ia untuk merokok berubah untuk mengurangi aktivitas rokok, ini juga bisa mempengaruhi remaja untuk melakukan hal yang sama. Adanya tekanan dari keluarga yang tidak senang dengan perilaku yang dimiliki oleh responden tersebut menjadikan motivasi bagi responden untuk terlepas dari perilaku tersebut. Selain itu, iklan yang sering responden lihat pada media sosial yang memperlihatkan dampak dari perilaku merokok dijadikan sebagai acuan yang kuat bagi responden bahwa mereka dapat terlepas dari perilaku merokok.

Kesimpulan

Hasil pengumpulan data yang telah dilakukan peneliti bahwa dari 35 responden didapatkan mayoritas remaja yang merokok memiliki *self-efficacy* tinggi dan motivasi penurunan perilaku merokoknya tinggi dengan nilai *odds ratio* (OR) menunjukkan responden dengan *self-efficacy* tinggi memiliki kecenderungan untuk memiliki motivasi berhenti merokok sebesar 4,5 atau sama dengan 5 kali lebih besar dibanding orang dengan *self-efficacy* rendah. Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh *self-efficacy* terhadap motivasi penurunan perilaku merokok remaja. Remaja yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi dan motivasi yang tinggi dapat mendorong remaja perokok

untuk terlepas dari perilaku merokoknya. Hal ini tidak terlepas dari peranan dukungan keluarga yang menolak untuk anaknya yang remaja merokok, teman sebaya yang tidak merokok tapi masih bisa berteman baik, dan iklan rokok yang menampilkan gambar atau video penyakit akibat merokok kesemuanya memberikan dukungan dengan meyakini remaja yang merokok tersebut bisa berhenti merokok atau minimal mengurangi frekuensi merokonya.

Saran bagi perokok aktif untuk menggunakan keyakinan diri dalam mengontrol perilaku merokoknya misal dengan mencari stimulus positif untuk mendukung pembentukan keyakinan dirinya. Beraktifitas secara positif seperti olahraga atau yang lainnya sebagai distraksi.

Daftar Pustaka

- Alfarisy & Lestari. (2014). *Efektifitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang dampak merokok*. Jurnal. Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Riau.
- Alwisol. (2004). *Psikologi kepribadian*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Andriani. (2017). *Hubungan status bekerja ibu dengan tingkat depresi pada remaja di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta*.
- Asari. (2018). *Pelatihan manajemen diri untuk menurunkan perilaku merokok remaja*. (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Aula. (2010). *Stop merokok! (sekerang atau tidak sama sekali)*. Yogyakarta ; Garailmu Deepublish diambil dari [https://books.google.co.id/books?id=-KCP4vbR9AoC&pg=PA120&dq=Stop+Merokok!+\(sekerang+atau+tidak+sama+sekali\)&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwjLvovg9ubjAhVi6nMBHZ_cAjKQ6AEIKzAA#v=onepage&q=Stop%20Merokok!%20\(sekerang%20atau%20tidak%20sama%20sekali\)&f=false](https://books.google.co.id/books?id=-KCP4vbR9AoC&pg=PA120&dq=Stop+Merokok!+(sekerang+atau+tidak+sama+sekali)&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwjLvovg9ubjAhVi6nMBHZ_cAjKQ6AEIKzAA#v=onepage&q=Stop%20Merokok!%20(sekerang%20atau%20tidak%20sama%20sekali)&f=false)
- Budiman. (2006). *Kebebasan, negara, pembangunan*. Jakarta: Pustaka Alvaber. Deepublish diambil dari <https://books.google.co.id/books?id=gGPnJKMU5hwC&printsec=frontcover&dq=kebebasan,+negara,+pembangunan&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwjfuaP39ubjAhX44XMBHU5ZBzsQ6AEIKjAA#v=onepage&q=kebebasan%2C%20negara%2C%20pembangunan&f=false>
- Caesaria, Ridha, & Jauhari. (2016). *Determinan faktor phw (pictorial health warning) terhadap keputusan membeli rokok pada remaja pria usia 10-14 tahun di Kota Pontianak*. Fakultas Ilmu Kesehatan: Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat.
- Chasanah. (2008). *Analisis pengaruh empowerment, self efficacy dan budaya organisasi terhadap kepuasan kerja dalam meningkatkan kinerja karyawan (studi empiris pada karyawan Pt. Mayora Tbk Regional Jateng Dan Diy)* (Doctoral dissertation, program Pascasarjana Universitas Diponegoro).
- Dharma. (2017). *Metodologi penelitian keperawatan panduan melaksanakan dan menerapkan hasil penelitian, edisi revisi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Fraenkel, & Wallen. (1993). *How to design and evaluate research in education*. (2nd ed). New York: McGraw-Hill Inc.
- Friedman & Schustack. (2008). *Kepribadian*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Geldard, & David. (2010). *Konseling remaja pendekatan proaktif untuk anak muda*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Hamdu & Agustina. (2011). *Pengaruh motivasi belajar siswa terhadap prestasi belajar IPA di sekolah dasar*. Jurnal penelitian pendidikan, 12(1), 90-96.
- Herawati & Susatyo. (2017). *Hubungan antara dukungan keluarga dengan intensi berhenti merokok pada perokok aktif* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Hidayat & Aziz, A. (2012). *Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika.
- Irawan. (2016). *Gambaran pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di Desa Kertajaya*. Jurnal Keperawatan BSI, 4(1).
- Irfan & Lestari. (2018). *Hubungan antara kepercayaan diri dan interaksi teman sebaya dengan perilaku merokok pada remaja* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Irianto, A. (2005). *Born to win kunci sukses yang tak pernah gagal*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama. Deepublish diambil dari https://books.google.co.id/books?id=p31i6qJmbjQC&printsec=frontcover&dq=Born+to+win+kunci+sukses+yang+tak+pernah+gagal&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwi_mKn0-ObjAhWVjeYKHfHRAjwQ6AEIKTAA#v=onepage&q=Born%20to%20win%20kunci%20sukses%20yang%20tak%20pernah%20gagal&f=false
- Iskandar & Yuhansyah. (2018). *Pengaruh motivasi & ketidakamanan kerja terhadap penilaian kerja yang berdampak kepada kepuasan kerja*. Surabaya: Media Sahabat Cendekia.
- Jaya. (2009). *Pembunuh berbahaya itu bernama rokok*. Yogyakarta: Riz'ma.
- Kurniawan, T. (2012). *Pengaruh paparan iklan dan self-efficacy terhadap perilaku merokok remaja*. Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Kusmiran, Eny. (2011). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Jakarta: salemba medika.
- Lisnawati & Lestari. (2015). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual remaja di Cirebon*. Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan, 3(1), 1-8.
- Lutfi. (2006). *IPA kimia SMP dan MTs, jilid 2*. Esis. Deepublish diambil dari <https://books.google.co.id/books?id=hRncOP8x62sC&pg=PT76&dq=IPA+Kimia+SMP+dan+MTs&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwiQhLHg-ubjAhVw4HMBHZIcA04Q6AEISjAH#v=onepage&q=IPA%20Kimia%20SMP%20dan%20MTs&f=false>
- Mangunsong, Murt, & Wijaya. (2016). *Association between cigarette package warning messages, self-efficacy, and smoking behavior among Students at Health Polytechnic in Surakarta, Indonesia*. Journal of Health Policy and Management, 1(1), 44-52.
- Mola. (2017). *Kemenkes: jumlah perokok remaja terus meningkat*. Deepublish diambil dari <https://lifestyle.bisnis.com/read/20170713/106/671371/kemenkes-jumlah-perokok-remaja-terus-meningkat>
- Molina. (2017). *Hubungan antara konformitas terhadap perilaku merokok pada siswa smp negeri 1 loa janan*.
- Muhammad. (2007). *Pendidikan remaja antara islam dan ilmu jiwa*. Jakarta: Gema Insani. Deepublish diambil dari <https://books.google.co.id/books?id=L6qR065hkaMC&printsec=frontcover&dq=Pendidikan+remaja+antara+islam+dan+ilmu+jiwa&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwi6qcP---bjAhU563MBHZV9B0cQ6AEIKTAA#v=onepage&q=Pendidikan%20remaja+antara+islam+dan+ilmu+jiwa>

- Oremaja%20antara%20islam%20dan%20ilmu%20jiwa&f=false
- Nasution. (2007). *Perilaku merokok pada remaja*.
- Nawi. (2017). *Perilaku kebijakan organisasi*. Makassar: CV SAH MEDIA.
- Notoadmodjo. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novariantio. (2015). *Hubungan persepsi remaja tentang peringatan kesehatan bergambar pada kemasan rokok dengan motivasi berhenti merokok pada remaja di Madrasah Aliyah Al-Qodiri Kecamatan Patrang Kabupaten Jember*. Jember: Universitas Jember.
- Nurjanah & Rahmatika. (2017). *Hubungan antara Health Locus Of Control dan Self Efficacy Berhenti Merokok pada Mahasiswa Keperawatan yang Merokok*. SCHEMA (Journal of Psychological Research), 116-127.
- Pathoni. (2018). *Peningkatan kemampuan abstraksi matematis dan self-efficacy siswa SMP melalui model pembelajaran Concrete Representational Abstract (Cra)*. (Doctoral dissertation, FKIP UNPAS).
- Prawitasari. (2012). *Psikologi terapan*. Penerbit Erlangga.
- Rafael. (2006). *Hipnoterapi quit smoking*. Jakarta: GagahMedia. deepublish diambil dari https://books.google.co.id/books?id=sUCXCgAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=Hipnoterapi+quit+smoking&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwi05OOc_ebjAhWkheYKHbggDk8Q6AEIKTAA#v=onepage&q=Hipnoterapi%20quit%20smoking&f=false
- Riadinata & Muhlisin. (2018). *Hubungan lingkungan keluarga dan teman sebaya dengan perilaku merokok pada remaja di Desa Gonilan Kartasura* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Rizkiani & Widyastuti. (2012). *Hubungan antara stress dengan perilaku merokok pada pegawai negeri sipil laki-laki*. Jurnal Keperawatan Diponegoro, 1(1), 132-139.
- Rori. (2016). *Pengaruh penggunaan minuman keras pada kehidupan remaja di Desa Kali Kecamatan Pineleng Kabupaten Minahasa*. Jurnal holistik.
- Saputro. (2018). *Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja*. Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama, 17(1), 25-32.
- Sugito. (2007). *Stop merokok*. Jakarta: Penebar Swadaya. Deepublish diambil dari https://books.google.co.id/books?id=KCP4vbR9AoC&printsec=frontcover&dq=Stop+merokok&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwj8vzl_ebjAhVHbysKHcgKAXMQ6AEILjAB#v=onepage&q=Stop%20merokok&f=false
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni. (2014). *statistic untuk keperawatan*. Yogyakarta: Gava Media.
- Sulistiawati. (2018). *Peran guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan efikasi diri peserta didik kelas viii smpn 19 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018*. (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Suyanto. (2011). *Metodologi dan aplikasi penelitian keperawatan*. Jakarta: Nuha Medika.
- Swarjana. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Yogyakarta: CV Andi.
- Thayyarah. (2014). *Buku pintar sains dalam al-quran*. Jakarta: Zaman. Deepublish diambil dari <https://books.google.co.id/books?id=a1KLCwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=Buku+pintar+sains+dala>

am+al-
quran&hl=id&sa=X&ved=0ahUKE
wim9-
nH_ubjAhWc8XMBHVI0BjwQ6A
EIKTAA#v=onepage&q=Buku%20
pintar%20sains%20dalam%20al-
quran&f=false

- Usman. (2018). *Pengaruh promosi kesehatan terhadap perubahan perilaku merokok karyawan (studi kasus di Rumah Sakit Umum Daerah dr. Zainoel Abidin Banda Aceh)*. Majalah kesehatan masyarakat aceh (makma), 1(1), 1-12.
- Wasih. (2008). *Pedoman riset praktis untuk profesi perawat*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Wijayanti & Dewi. (2017). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada remaja kampung Bojong Rawalele, Jatimakmur, Bekasi*. Global Medical & Health Communication, 5 (3), 194-198