



Determinan Perilaku Merokok pada Remaja Menurut Teori *Health Belief Model*: Studi Literatur Tahun 2014-2025

Diyah Nur Muizzah^{1*}, Luqman Effendi²

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

diyahnur2006@gmail.com¹, luqman1968@gmail.com²

*Penulis Korespondensi: diyahnur2006@gmail.com

Abstract. *Smoking behavior among adolescents is a serious and growing public health problem. Data from the 2023 Indonesian Health Survey (SKI) shows that 7.4% of adolescents aged 10–18 years smoke. This literature review aims to determine the determinants of smoking behavior among adolescents based on the Health Belief Model (HBM) theory, with a focus on components such as perceived vulnerability, perceived seriousness, perceived benefits, perceived barriers, cues to action, and self-efficacy. Using a literature review approach, this study identified and analyzed several academic references such as journals, books, encyclopedias, and others that discuss topics related to the determinants that influence smoking behavior among adolescents based on the Health Belief Model (HBM). The analysis conducted indicates that there is a relationship between perceived susceptibility, perceived severity, perceived benefits, perceived barriers, perceived self-efficacy, cues to action, and smoking behavior among adolescents. The conclusion of this study shows that in 9 studies that applied the Health Belief Model (HBM) theory in examining smoking behavior in adolescents, all major components of HBM were proven to have a significant relationship with this behavior. This study provides an important theoretical basis for the development of effective and sustainable health promotion programs in controlling smoking behavior among adolescents.*

Keywords: *Adolescents; Behavioral Determinants; Health Belief Model; Health Promotion; Smoking Behavior*

Abstrak. Perilaku merokok di kalangan remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius dan semakin meningkat. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan 7,4% remaja berusia 10–18 tahun merokok. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk menentukan determinan perilaku merokok pada remaja berdasarkan teori *Health Belief Model* (HBM), dengan fokus pada komponen-komponen seperti persepsi kerentanan, persepsi keseriusan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, isyarat tindakan, dan efikasi diri. Dengan menggunakan pendekatan telaah pustaka, penelitian ini menemukan dan menganalisis beberapa referensi akademis seperti jurnal, buku, ensiklopedia, dan lainnya yang membahas topik mengenai determinan yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja berdasarkan teori *Health Belief Model* (HBM). Berdasarkan analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *perceived susceptibility*, *perceived severity*, *perceived benefits*, *perceived barriers*, *perceived self-efficacy*, *cues to action* dengan perilaku merokok pada remaja. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa pada 9 penelitian yang menerapkan teori *Health Belief Model* (HBM) dalam mengkaji perilaku merokok pada remaja, seluruh komponen utama HBM terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku tersebut. Penelitian ini memberikan landasan teoretis yang penting untuk pengembangan program promosi kesehatan yang efektif dan berkelanjutan dalam mengendalikan perilaku merokok di kalangan remaja.

Kata kunci: Determinan Perilaku; *Health Belief Model*; Perilaku Merokok; Promosi Kesehatan; Remaja

1. LATAR BELAKANG

Perilaku merokok di kalangan remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang terus meningkat dan memerlukan perhatian serius. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa konsumsi tembakau menyebabkan lebih dari 8 juta kematian tiap tahun secara global. Peningkatan prevalensi merokok di kalangan remaja menjadi ancaman serius bagi kesehatan generasi berikutnya (WHO, 2024). Di Indonesia, pada tahun 2024, tercatat sekitar 70 juta orang aktif merokok, mayoritas berasal dari kelompok usia produktif dan remaja (Kemenkes RI, 2024). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan 7,4% remaja

berusia 10–18 tahun merokok, meskipun angka ini mengalami penurunan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya (Kemenkes RI, 2024). Namun, angka tersebut tetap menjadi perhatian karena risiko negatif merokok sejak usia muda.

Penelitian internasional menunjukkan bahwa remaja yang mulai merokok sejak dini berpotensi menjadi perokok berat di masa dewasa dan berisiko terkena penyakit kronis seperti kanker, gangguan jantung, stroke, dan masalah pernapasan (Cai et al., 2025). Di Indonesia, prevalensi merokok pada remaja laki-laki jauh lebih tinggi dibandingkan perempuan, yaitu 35,6% berbanding 3,5% yang mengonsumsi produk tembakau (Hamzah et al., 2024). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga menyebabkan kerugian ekonomi besar. Kerugian ekonomi akibat konsumsi tembakau di Indonesia diperkirakan mencapai ratusan triliun rupiah per tahun, meliputi biaya pengobatan dan hilangnya produktivitas kerja (Melinda et al., 2025).

Merokok pada remaja di Indonesia menimbulkan dampak serius terhadap kesehatan, seperti peningkatan risiko penyakit tidak menular termasuk penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit pernapasan kronis, dan diabetes, yang menyebabkan kerugian ekonomi akibat biaya layanan kesehatan dan hilangnya produktivitas. Prevalensi penggunaan tembakau di kalangan remaja sekolah mencapai 9,1% dalam 30 hari terakhir berdasarkan survei nasional 2015, dengan mayoritas perokok laki-laki (91,5%) yang juga mengalami *distress* psikologis lebih tinggi (34,9%) dan perilaku berisiko lain seperti minum alkohol, penggunaan narkoba, serta keterlibatan perkelahian fisik. Selain itu, kebiasaan merokok sejak remaja berkontribusi pada angka kematian tinggi akibat tembakau, dengan lebih dari 300.000 kematian per tahun di Indonesia akibat penyakit terkait rokok, termasuk peningkatan risiko penyakit jantung dan gangguan kesehatan mental di masa dewasa (Ramadhani et al., 2024; Wati et al., 2018).

Berbagai faktor utama yang mempengaruhi perilaku merokok remaja antara lain pengaruh teman sebaya, kebiasaan merokok dalam keluarga, paparan iklan tembakau, kemudahan akses rokok, serta tekanan psikologis seperti stres dan kebutuhan untuk diterima dalam lingkungan sosial. Penelitian longitudinal menunjukkan bahwa remaja yang memiliki teman dekat perokok berpeluang lebih besar memulai kebiasaan merokok dibandingkan yang tidak. Selain itu, harga rokok yang masih terjangkau dan mudahnya memperoleh rokok juga merupakan faktor penting yang mendorong perilaku merokok pada remaja Indonesia (Prabawati et al., 2024; Wati et al., 2018; Ihyauddin et al., 2023).

Untuk memahami dan memprediksi perilaku kesehatan, termasuk kebiasaan merokok, telah dikembangkan berbagai teori. Salah satu yang paling banyak digunakan adalah *Health Belief Model* (HBM). Model ini menjelaskan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh enam

komponen utama, yaitu persepsi kerentanan terhadap risiko kesehatan (*perceived susceptibility*), persepsi keseriusan dampak kesehatan (*perceived severity*), persepsi manfaat tindakan pencegahan (*perceived benefits*), persepsi hambatan tindakan pencegahan (*perceived barriers*), petunjuk untuk bertindak (*cues to action*), dan keyakinan kemampuan melakukan tindakan (*self-efficacy*) (Alyafei et al., 2024). Penerapan HBM dalam studi perilaku merokok remaja menunjukkan hasil signifikan dalam beberapa tahun terakhir.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini bertujuan melakukan tinjauan sistematis tentang faktor-faktor yang memengaruhi perilaku merokok remaja berdasarkan konstruk *Health Belief Model* (HBM). Secara spesifik studi literatur ini untuk mengetahui hubungan antara persepsi kerentanan, persepsi keseriusan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, persepsi isyarat bertindak, dan efikasi diri dengan perilaku merokok pada remaja.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dikaji dengan menggunakan metode studi literatur dan dilakukan dengan cara mengidentifikasi, mengumpulkan serta menganalisis berbagai sumber akademik yang tersedia termasuk jurnal, kepustakaan seperti buku, ensiklopedia, dokumen lain yang membahas determinan perilaku merokok pada remaja menurut *theory health belief model*. Penelitian ini diambil dari sumber 5 tahun terakhir dari masing-masing jurnal. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Oktober hingga November 2025. Kriteria inklusi dalam penelitian adalah dengan jurnal yang terpublikasi, Open Access, serta menggunakan Bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Sedangkan kriteria eksklusi dari penelitian ini penggunaan berbayar, hanya mencantumkan abstrak, dan tidak menggunakan Bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Sumber – sumber literatur yang digunakan dipilih berdasarkan relevansi, kualitas, dan keandalannya dalam membagi informasi terkait topik pembahasan. Data dikumpulkan dengan melakukan penelusuran literatur melalui basis data elektronik seperti Google Scholar dan PubMed. Kata kunci yang digunakan dalam penelusuran meliputi “Determinan Merokok Remaja”, “Perilaku Merokok Remaja”, “*Health Belief Model* (HBM)”. Adapun beberapa literatur yang dikaji peneliti kemudian direduksi tercantum dalam tabel 1 di bawah dalam hasil dan pembahasan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Daftar Literatur yang Digunakan dalam Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Publikasi dan Tahun	Metode	Hasil
1.	Malinda Capri Nurul Satya, Lisus Setyowati, Iwan Abdi Suandana, Dian Kartika Sari	Penerapan <i>Health Belief Model</i> Perilaku Merokok pada Mahasiswa	Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), Vol.7 No.3, Maret 2024 Halaman 657-663	Penelitian secara kualitatif	Penelitian ini menggunakan <i>Health Belief Model</i> untuk melihat perilaku merokok mahasiswa. Meskipun banyak yang sadar bahaya rokok, sebagian besar belum merasa rentan terhadap risikonya dan menghadapi hambatan sosial saat mencoba berhenti. Keinginan berhenti ada, tapi motivasi dan persepsi risiko yang rendah menjadi penghalang utama.
2.	Diana Elysabeth Sinaga, Siti Ina Savira	Hubungan <i>Health Belief Model</i> dan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa	INCARE: International Journal of Educational Resources, Vol.5 No.1, Juni 2024 Halaman 89-102	Penelitian secara kuantitatif	Penelitian ini menemukan hubungan signifikan antara <i>Health Belief Model</i> dengan perilaku merokok mahasiswa laki-laki. Semakin tinggi keyakinan kesehatan, perilaku merokok cenderung menurun. Namun, persepsi tentang keparahan dampak belum signifikan karena mahasiswa belum merasakan langsung efeknya. Hambatan utama berhenti merokok berasal dari dalam diri, seperti kecanduan dan kebiasaan.
3.	Siti Handam Dewi, Jasrida Yunita, Tin Gustina, Hetty Ismainar, Mitra	Persepsi Remaja Tentang Bahaya Merokok Ditinjau Dari <i>Health Belief Model</i>	Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, Vol.12 No.3, Tahun 2023 Halaman 225-231	Penelitian secara kualitatif	Penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi remaja tentang bahaya merokok bervariasi. Banyak yang sadar risiko dan manfaat tidak merokok, seperti peningkatan daya tahan tubuh dan prestasi belajar, tapi hambatan utama berhenti datang dari godaan teman dan kecanduan nikotin. Faktor sosial seperti teman dan gaya hidup sangat memengaruhi kebiasaan merokok remaja.
4.	Muh. Fitrah Yassin, Arie Gunawan H. Zubair, Titin Florentina Purwasetiawatik	Threat Perception Dalam <i>Health Belief Models</i> (HBM) Sebagai Prediktor Perilaku Merokok Masyarakat Kota Makassar	Jurnal Psikologi Karakter, Vol.4 No.1, Juni 2024, Halaman 31-37	Penelitian secara kuantitatif	Penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi ancaman (Threat Perception) yang meliputi kerentanan dan keparahan berpengaruh signifikan pada perilaku merokok.
5.	Rhandy Bane Uumbu Dongu Deddi, Yuswanto Setyawan	Analysis Of Determinants Of Smoking Behavior In Adolescents Based On	HEARTY: Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol.13 No.5, Oktober 2025, Halaman 1307-1313	Penelitian secara kuantitatif deskriptif-analitik dengan desain	Persepsi kerentanan terhadap risiko kesehatan dan keyakinan diri untuk menolak ajakan merokok merupakan faktor utama yang memengaruhi perilaku merokok remaja. Remaja

No	Nama Peneliti	Judul	Publikasi dan Tahun	Metode	Hasil
		<i>Health Belief Model Theory</i>		cross-sectional	dengan self-efficacy rendah lebih rentan mencoba rokok, sehingga intervensi perlu difokuskan pada peningkatan kesadaran risiko dan kemampuan menolak rokok.
6.	Gisely Vionalita, Devi Angeliana Kusumaningtiar, Dudung Angkasa	Relationship between <i>Health Belief Model</i> constructs and smoking behavior among school-age adolescents in Indonesia: A cross-sectional study	Public Health of Indonesia, Vol.9 No.4, Tahun 2023, Halaman 140-146	Penelitian secara kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional	Penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap hambatan, kerentanan, dan kebiasaan merokok orang tua berpengaruh signifikan terhadap perilaku merokok mereka. Temuan ini menegaskan pentingnya peran keluarga dan lingkungan dalam membentuk kebiasaan merokok remaja serta kebutuhan edukasi kesehatan khusus untuk mereka.
7.	Miftahul Jannah, Said Usman, Ismail Ismail, Irwan Saputra, M.Marthoenis	Determinants of Smoking Cessation Efforts Among Adolescent Males Using the <i>Health Belief Model</i> (HBM) Approach in Pidie	International Journal of Public Health, Vol.2 No.2, Tahun 2025, Halaman 99-111	Penelitian secara analitik pada 303 siswa laki – laki	Penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi remaja tentang hambatan, kerentanan, dan manfaat berhenti merokok berpengaruh signifikan pada usaha mereka untuk berhenti. Hambatan menjadi faktor terkuat, menunjukkan bahwa kesadaran akan tantangan justru meningkatkan motivasi berhenti.
8.	Mahnoush Reisi, Seyed Homamodin Javadzade, Hossein Shahnazi, Gholamreza Sharifirad, Abdolrahman Charkazi, Mitra Moodi	Factors affecting cigarette smoking based on health-belief model structures in pre-university students in Isfahan, Iran	Journal of Education and Health Promotion, Vol.3 No.23, Tahun 2014, Halaman 31-35	Penelitian secara cross-sectionally	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan hubungan antara konstruk Model Kepercayaan Kesehatan (HBM) dan kebiasaan merokok di kalangan mahasiswa laki-laki pra-kuliah. Hasil uji - t menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam hal pengetahuan, persepsi kerentanan ($P = 0,03$), manfaat ($t(246) = -2,51$, $P = 0,01$), efikasi diri ($P < 0,001$), dan isyarat untuk bertindak ($P = 0,007$), antara perokok dan bukan perokok.
9.	Afria Tantri, Nur Alam Fajar, Feranita Utama	Hubungan Persepsi Terhadap Peringatan Bahaya Merokok pada Kemasan Rokok Dengan Perilaku Merokok pada Remaja Laki-Laki di Kota Palembang	Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, Vol.9 No.1, Tahun 2018, Halaman 74-82	Penelitian secara kuantitatif	Statistik menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan dengan perilaku merokok adalah persepsi kerentanan, persepsi keseriusan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, dan isyarat untuk bertindak, sementara variabel yang tidak berhubungan dengan perilaku merokok adalah variabel efikasi diri. Hasil analisis multivariat didapatkan bahwa variabel yang paling berpengaruh terhadap perilaku merokok adalah persepsi kerentanan.

Berdasarkan hasil studi literatur tahun 2014-2025, determinan perilaku merokok pada remaja menurut *Theory Health Belief Model* (HBM) meliputi beberapa aspek utama, yaitu persepsi kerentanan (*perceived susceptibility*), persepsi keseriusan (*perceived severity*), persepsi manfaat (*perceived benefits*), persepsi hambatan (*perceived barriers*), isyarat untuk bertindak (*cues to action*), dan efikasi diri (*self-efficacy*). Namun, tidak semua aspek HBM berpengaruh signifikan terhadap perilaku berhenti merokok.

Tabel 2. Determinan Perilaku Merokok pada Remaja menurut HBM berdasarkan hasil penelitian 2018-2025

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

(V) : Ada hubungan

(-) : Tidak ada hubungan

(O) : Tidak diteliti

Berdasarkan hasil tinjauan pustaka sebagaimana terangkum dalam Tabel 2 dapat disimpulkan bahwa seluruh komponen utama dari teori *Health Belief Model* (HBM) mampu menjelaskan perilaku merokok pada remaja karena dengan 9 penelitian tidak satupun komponen HBM yang tidak terbukti secara bermakna. Namun, demikian secara vertikal juga tidak satupun satu penelitian mampu menjelaskan seluruh komponen utama teori HBM ketika diterapkan pada perilaku merokok pada remaja. Penelitian ke 2 merupakan penelitian yang mampu membuktikan bahwa 5 komponen dari 6 komponen utama terbukti, sementara pada penelitian 3, 4, dan 5 hanya 2 komponen saja yang terbukti. Demikian juga secara horizontal hanya komponen persepsi kerentanan yang paling banyak terbukti mampu memprediksi perilaku merokok pada remaja di mana dari 9 hasil penelitian ada 8 penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara persepsi kerentanan dengan perilaku merokok pada remaja.

Berdasarkan analisis yang dilakukan *perceived susceptibility* (Kerentanan yang Dirasakan) menunjukkan bahwa terdapat 1 penelitian yang tidak menunjukkan adanya hubungan, sedangkan 8 penelitian lainnya menemukan adanya hubungan yang signifikan antara *perceived susceptibility* dengan perilaku merokok pada remaja. Untuk *perceived severity* (Keparahan/ keseriusan yang Dirasakan) menunjukkan bahwa terdapat 4 penelitian tidak menunjukkan hubungan, 2 penelitian menunjukkan adanya hubungan antara *perceived severity* dan perilaku merokok pada remaja, dan 3 penelitian tidak meneliti variabel ini. Untuk

perceived benefits (Manfaat yang Dirasakan) menunjukkan bahwa terdapat 3 penelitian yang tidak menunjukkan hubungan, sementara 5 peneliti menemukan adanya hubungan *perceived benefits* dengan perilaku merokok pada remaja, dan 1 penelitian yang tidak meneliti variabel ini. Untuk *perceived barriers* (Hambatan yang Dirasakan) menunjukkan bahwa terdapat 2 penelitian yang tidak menunjukkan adanya hubungan, dan 6 penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara *perceived barriers* dengan perilaku merokok pada remaja, sedangkan 1 penelitian lainnya tidak meneliti variabel ini. Untuk *perceived self-efficacy* (Efikasi Diri yang Dirasakan) menunjukkan bahwa terdapat 3 penelitian yang tidak menunjukkan adanya hubungan, dan 2 penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara *perceived self-efficacy* dengan perilaku merokok pada remaja, sementara 4 penelitian lainnya tidak meneliti variabel ini. Untuk *cues to action* (Isyarat untuk Bertindak) menunjukkan bahwa terdapat 1 penelitian yang tidak menemukan hubungan, 4 penelitian menemukan adanya hubungan antara *cues to action* dengan perilaku merokok pada remaja, dan 4 penelitian tidak meneliti variabel ini.

Hubungan Perceived Susceptibility dengan Perilaku Merokok Remaja

Penelitian menunjukkan bahwa ada 8 penelitian menyatakan ada hubungan antara *perceived susceptibility* dengan perilaku merokok pada remaja. Temuan ini cocok dengan penelitian yang dilakukan oleh Tantri et al. (2018) pada remaja laki-laki di Kota Palembang menemukan hubungan yang sangat kuat antara persepsi kerentanan dengan kebiasaan merokok. Hasil studi menunjukkan bahwa remaja laki-laki memiliki persepsi kerentanan yang rendah, artinya mereka merasa tidak berisiko mengalami penyakit yang terkait dengan rokok meskipun sudah merokok dalam waktu lama. Dari analisis multivariat, ditemukan bahwa persepsi kerentanan merupakan faktor paling dominan yang memengaruhi perilaku merokok, di mana remaja dengan persepsi kerentanan rendah memiliki kemungkinan 25 kali lebih besar untuk merokok.

Persepsi kerentanan remaja terhadap kebiasaan merokok cenderung dipengaruhi oleh pandangan mereka terhadap penyakit secara umum, bukan karena efek langsung dari rokok itu sendiri. Remaja perokok biasanya tidak menganggap diri mereka termasuk kelompok yang berisiko tinggi karena dampak fisik rokok tidak segera tampak dalam waktu singkat. Ini sejalan dengan teori *Health Belief Model* (HBM) yang menyebutkan bahwa persepsi kerentanan adalah penilaian subjektif seseorang terhadap risiko masalah kesehatan, yang menjadi salah satu faktor penting dalam memengaruhi perilaku merokok (Tantri et al., 2018).

Hasil ini mengisyaratkan bahwa kerentanan terkena penyakit akibat merokok berpengaruh besar terhadap perilaku merokok remaja sehingga yang terpenting adalah remaja

bisa terkena penyakit tidak perlu terlalu mempertimbangkan penyakit itu berat, sedang atau ringan sudah bisa mempengaruhi perilaku remaja apakah akan merokok atau tidak merokok.

Hubungan *Perceived Severity* dengan Perilaku Merokok Remaja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 4 penelitian menyatakan tidak ada hubungan antara persepsi keparahan dengan perilaku merokok pada remaja. Analisis menemukan bahwa tidak ada hubungan antara perilaku merokok pada remaja dengan persepsi keseriusan. Temuan serupa juga dikemukakan oleh Pribadi et al., (2020) yang menunjukkan tidak terdapat korelasi signifikan antara kesadaran tentang dampak bahaya rokok dengan perilaku merokok pada populasi perokok muda. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa responden sering kali tidak sepenuhnya meyakini bahwa kebiasaan merokok mereka dapat berdampak serius pada kesehatan mereka, sehingga hal ini menyebabkan rendahnya motivasi untuk berhenti merokok meskipun mereka memiliki persepsi keparahan yang tinggi. Fenomena ini menunjukkan bahwa kehadiran *perceived severity* saja tidaklah cukup untuk mendorong perubahan perilaku merokok pada remaja.

Perceived severity adalah keyakinan individu akan tingkat keparahan atau keseriusan suatu penyakit atau dampak negatif kesehatan yang akan dialami jika seseorang melakukan perilaku tidak sehat, sehingga mendorong seseorang untuk melakukan perubahan perilaku kesehatan. Pada penelitian perilaku merokok remaja, *perceived severity* yang dimaksud adalah keyakinan remaja mengenai tingkat keparahan atau keseriusan dampak negatif yang dapat ditimbulkan oleh perilaku merokok, baik dampak kesehatan fisik seperti kanker paru-paru, penyakit jantung, maupun dampak kesehatan mental dan sosial. Dengan demikian, peneliti berasumsi bahwa tidak ada hubungan antara *perceived severity* dengan perilaku merokok remaja, karena responden menunjukkan perilaku merokok yang rendah meskipun memiliki persepsi keparahan yang tinggi terhadap dampak merokok (Jannah et al., 2025; Pribadi et al., 2020).

Remaja pada dasarnya kurang memiliki persepsi keparahan terhadap penyakit-penyakit yang disebabkan perilaku merokok karena akibat ini terjadi dalam waktu yang lama sehingga tidak melihat penyakit yang mungkin muncul disebabkan semata-mata oleh perilaku merokoknya tetapi banyak faktor lain berperan.

Hubungan *Perceived Benefits* dengan Perilaku Merokok Remaja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 5 penelitian menyatakan ada hubungan antara *Perceived Benefits* dengan perilaku merokok pada remaja. Persepsi manfaat (*perceived benefits*) dalam *Health Belief Model* (HBM) mengacu pada keyakinan remaja bahwa tidak merokok memberikan keuntungan kesehatan yang nyata, seperti pernapasan lebih sehat dan

pencegahan penyakit. Penelitian jurnal menunjukkan hubungan signifikan antara persepsi manfaat dengan perilaku merokok remaja, di mana persepsi manfaat rendah menjadi faktor risiko perilaku merokok (Tantri et al., 2018).

Penelitian Nisriina (2024) menemukan 5 dari 6 konstruk HBM termasuk *perceived benefits* berada pada kategori sedang pada perokok aktif, menunjukkan persepsi manfaat tidak merokok yang cukup tinggi mendorong evaluasi ulang perilaku meski belum sepenuhnya menghentikan. Secara keseluruhan, persepsi manfaat yang lebih tinggi berkorelasi dengan penurunan perilaku merokok pada remaja.

Hubungan Perceived Barriers dengan Perilaku Merokok Remaja

Penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 6 penelitian menyatakan adanya hubungan antara *Perceived Barriers* dengan perilaku merokok pada remaja. Penelitian Tantri et al., (2018) pada 125 remaja laki-laki di Palembang menemukan hubungan signifikan antara persepsi hambatan dengan perilaku merokok. Analisis multivariat mengonfirmasi remaja merasa tidak ada hambatan signifikan untuk merokok setelah melihat peringatan kemasan, sehingga mempertahankan kebiasaan meskipun menyadari risikonya. Penelitian Purnamasari et al., (2023) menunjukkan penemuan bahwa di mana 74 responden sadar bahaya rokok namun kecanduan nikotin dan tekanan sosial memperkuat hubungan dengan perilaku merokok.

Perceived barriers merujuk pada rintangan yang dirasakan remaja dalam menghindari atau berhenti merokok, seperti kecanduan nikotin, tekanan teman, atau kurangnya dukungan keluarga. Penelitian jurnal menunjukkan hubungan signifikan antara persepsi hambatan dengan perilaku merokok remaja, di mana hambatan tinggi menjadi prediktor kuat perilaku merokok berkelanjutan (Tantri et al., 2018).

Hubungan Perceived Self-Efficacy dengan Perilaku Merokok Remaja

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 3 penelitian menyatakan tidak ada hubungan antara *Perceived Self-efficacy* dengan perilaku merokok pada remaja. *Perceived self-efficacy* dalam *Health Belief Model* (HBM) mengacu pada keyakinan remaja terhadap kemampuan diri untuk menghindari atau berhenti merokok meskipun menghadapi tekanan. Beberapa penelitian jurnal menunjukkan tidak adanya hubungan signifikan antara *perceived self-efficacy* dengan perilaku merokok remaja, mendukung temuan bahwa keyakinan diri tidak selalu memprediksi perilaku aktual (Oktacarolina et al., 2019).

Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden remaja yang memiliki persepsi efikasi diri rendah cenderung mempertahankan perilaku merokok dengan frekuensi tinggi, artinya efikasi diri rendah tidak secara signifikan mencegah kelanjutan kebiasaan merokok meskipun ada pengetahuan risiko. Efikasi diri sangat berpengaruh bagi remaja dalam

menghadapi berbagai perubahan terkait kesehatan, di mana efikasi diri tinggi seharusnya membuat remaja lebih percaya diri menolak rokok, namun temuan HBM menunjukkan hubungan tidak signifikan dengan perilaku aktual merokok karena dominasi faktor eksternal seperti akses rokok (Haryati et al., 2020; Ningsih et al., 2023).

Hubungan Cues to Action dengan Perilaku Merokok Remaja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 4 penelitian menyatakan ada hubungan antara *Cues to Action* dengan perilaku merokok pada remaja. Hasil ini sesuai dengan pendapat yang menyatakan bahwa ada hubungan positif antara isyarat untuk bertindak dan perilaku sehat. Semakin tinggi seseorang menerima *cues to action* seperti peringatan kemasan rokok atau nasihat dari lingkungan, semakin besar kemungkinan ia mengubah perilaku merokoknya (Nisriina, 2024).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *cues to action* yang tinggi dengan perilaku merokok yang rendah. Hal ini sesuai dengan penelitian (Sitinjak, 2023), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi seseorang menerima isyarat untuk bertindak dari teman, keluarga, atau media kesehatan, semakin besar kemungkinan individu itu akan mengubah perilakunya atau mencoba menghentikan merokok, seperti mengikuti kampanye antirokok.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan tinjauan literatur terhadap studi-studi terbaru yang dilakukan antara tahun 2018 hingga 2025, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor penentu perilaku merokok pada remaja di Indonesia menurut teori *Health Belief Model* (HBM) menunjukkan variasi pengaruh. Faktor utama yang paling berperan dalam memengaruhi perilaku merokok remaja adalah persepsi kerentanan (*perceived susceptibility*), yaitu sejauh mana remaja merasa dirinya berisiko mengalami dampak negatif akibat merokok. Sementara itu, persepsi manfaat, persepsi hambatan, isyarat bertindak (*cues to action*), dan *self-efficacy* masih dapat dipertimbangkan sebagai faktor pendukung, namun pengaruhnya belum konsisten sehingga memerlukan kajian lanjutan untuk memperkuat bukti empiris dalam memprediksi perilaku merokok pada remaja. Di sisi lain, persepsi keseriusan (*perceived severity*) dinilai kurang tepat digunakan sebagai prediktor perilaku merokok pada kelompok remaja, karena tidak menunjukkan hubungan yang kuat dan konsisten dengan keputusan mereka untuk merokok.

Meskipun sebagian remaja menyadari risiko kesehatan, hambatan seperti pengaruh teman sebaya dan akses mudah terhadap rokok tetap menjadi tantangan utama dalam upaya pencegahan dan penghentian merokok. Penguatan motivasi internal melalui pendidikan

kesehatan yang berfokus pada peningkatan pemahaman tentang risiko dan manfaat, serta pengurangan hambatan sosial, seharusnya menjadi strategi intervensi utama. Oleh karena itu, penerapan pendekatan HBM dalam desain program promosi kesehatan memiliki potensi untuk secara efektif mengurangi prevalensi merokok pada remaja dan mendukung upaya pengendalian tembakau yang berkelanjutan.

DAFTAR REFERENSI

- Alyafei, A., & Easton-Carr, R. (2024). The Health Belief Model of behavior change.
- Cai, Y., Chen, G., & Bai, P. (2025). Global, regional, and national burden of smoking-related diseases and associations with health workforce distribution, 1990–2021: Analysis from the Global Burden of Disease Study 2021. *International Journal of Public Health*, 70(July), 1–13. <https://doi.org/10.3389/ijph.2025.1608217>
- Hamzah, P. K., Faisal, D. R., Kasra, K., Ilmaskal, R., Iqbal, W., Yusda, I., Rezi Fatrima, & Betasril, A. (2024). Differences in adolescents' smoking behavior and media exposure to smoking advertisements in urban and rural Padang City. *Jurnal Promkes*, 12(SI2), 134–142. <https://doi.org/10.20473/jpk.v12.isi2.2024.134-142>
- Haryati, W., Abdullah, A., & Bakhtiar. (2020). Self-efficacy dan perilaku merokok remaja perokok ketiga terbesar di dunia setelah Cina dan penelitian lain tentang self-efficacy oleh Engels usia remaja dikarakteristikan dengan rasa ingin tahu memiliki self-efficacy yang tinggi, maka akan menampilkan k. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.
- Kemendes RI. (2024). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Melinda, G., Kamilah, F. Z., Amalia, B., & Adrison, V. (2025). Impact of cigarette prices and social factors on youth smoking initiation in Indonesia. *10350*(40).
- Miftahul Jannah, S., Usman, S., Ismail, I., Saputra, I., & Marthoenis, M. (2025). Determinants of smoking cessation efforts among adolescent males using the Health Belief Model (HBM) approach in Pidie. *International Journal of Public Health*, 2(2), 99–111. <https://doi.org/10.62951/ijph.v2i2.443>
- Nadya Oktacarolina, S. S. (2019). Hubungan self-efficacy dengan perilaku merokok pada remaja di SMPN 29 Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(1), 225–231.
- Nisriina, Z. N. (2024). Active smokers health belief model health belief model pada perokok aktif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman (JKMM)*, 6(1), 01–08.
- Prabawati, L. P., Nurhidayah, S., Ilmu, M., Publik, A., & Mada, U. G. (2024). Problematika rokok di Indonesia: Pemetaan masalah dan prediksi kebijakan pengendalian konsumsi rokok kalangan remaja dilematis bagi pemerintah. *Jurnal Paradigma*, 5(1).
- Pribadi, E. T., & Devy, S. R. (2020). Application of the Health Belief Model on the intention to stop smoking behavior among young adult women. *Journal of Public Health Research*, 9(2), 1817. <https://doi.org/10.4081/jphr.2020.1817>
- Purnamasari, V. D., Merokok, P., & Merokok, T. B. (2023). Persepsi hambatan pada tindakan berhenti merokok pada remaja sekolah menengah atas dengan menggunakan teori health belief model. 77–87. <https://doi.org/10.31596/jkm.v11i1.1339>

- Ramadhani, T., Usna Aulia, W. A. P. (2024). Bahaya merokok pada remaja. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan (KLINIK)*, 3(1). <https://doi.org/10.55606/klinik.v3i1.2285>
- Sitinjak, N. (2023). Hubungan cues to action dengan perilaku merokok remaja di Kelurahan Bangsal Kota Kediri. *Jurnal STIKES Baptis*.
- Sitti Hasna Wati, Bahtiar, & D. A. A. (2018). Dampak merokok terhadap kehidupan sosial remaja (Studi di Desa Mabodo Kecamatan Kontunaga Kabupaten Muna). 3(2), 503–509.
- Surati Ningsih, N., Novi Indah Aderita, T. Y. (2023). Relationship between attitude and self-efficiency with. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 9(1), 114–121. <https://doi.org/10.32660/jpk.v9i1.647>
- Tantri, A., Fajar, N. A., & Utama, F. (2018). Hubungan persepsi terhadap peringatan bahaya merokok pada kemasan rokok dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di Kota Palembang. 9(1), 74–82. <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.74-82>
- World Health Organization (WHO). (2024). World Health Organization.
- Zulfikar Ihyauddin, Dwi Astuti Dharma Putri, Jeslyn Teng kawan, Fitriana Murriya Ekawati, M. N. S. (2023). Tobacco use among school-age adolescents in Indonesia: Findings from the 2015 Indonesia Global School-Based Student Health Survey. 44(6), 327–334. <https://doi.org/10.4082/kjfm.23.0010>