

HUBUNGAN KESEHATAN MENTAL DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LEMBURSITU

Lulu Luziana Silpiana^{1*}, Lutiya², Dhinny Novryanthi³, Asep Suryadin⁴

¹⁻⁴Universitas Muhammadiyah Sukabumi

Email Korespondensi: lululuziana03@gmail.com

Disubmit: 20 Mei 2025

Diterima: 27 Juli 2025

Diterbitkan: 01 Agustus 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i8.20752>

ABSTRACT

Adolescence is a period of development and transition from childhood to adulthood where at this stage adolescents have unstable emotions so that problems such as mental health disorders and smoking behavior can occur. This study aims to determine the level of mental health and smoking behavior in adolescents in the Lembursitu Health Center area and the relationship between the two. The method used is cross-sectional purposive sampling technique with a sample of 150 people. The results of the study obtained a p value of 0.002 using Kendall Tau so that it means there is a relationship between mental health and smoking behavior in adolescents in the Lembursitu Health Center area.

Keywords: Smoking Behavior, Mental Health, Mental In Adolescents

ABSTRAK

Remaja yaitu masa perkembangan dan peralihan dari fase anak pada dewasa dimana pada tahap ini remaja memiliki emosi yang tidak stabil sehingga dapat terjadi permasalahan seperti gangguan kesehatan mental dan perilaku merokok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kesehatan mental dan perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu serta hubungan antar keduanya. Metode yang digunakan *cross sectional* teknik *purposive sampling* dengan sampel 150 orang. Hasil penelitian didapatkan nilai p 0.002 menggunakan *Kendall Tau* sehingga memiliki arti adanya hubungan antara kesehatan mental dengan perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu

Kata Kunci: Perilaku Merokok, Kesehatan Mental, Mental Pada Remaja

PENDAHULUAN

Peralihan masa kanak-kanak menuju dewasa dinamakan fase remaja dimana dalam usia ini terdapat perkembangan baik itu fisik maupun psikis serta adanya permasalahan yang timbul, menurut Pranawati (2022) pada masa remaja terdapat permasalahan yang terjadi salah satunya gangguan kesehatan mental dan perilaku merokok. Individu yang memiliki kesehatan mental baik berarti dapat terhubung, berfungsi, mengatasi, dan berkembang (Osborn et al., 2022). Sebaliknya, individu yang memiliki gangguan kesehatan mental dapat mengganggu proses perkembangan pada masa remaja.

Kesehatan mental adalah keadaan individu yang mengalami pertumbuhan atau perkembangan secara optimal baik fisik, intelektual maupun emosional (Ardiansyah et al., 2023). Satu dari tiga remaja memiliki masalah kesehatan mental (34.9%) khususnya pada usia 10- 17 tahun dan satu dari dua puluh remaja lainnya terindikasi gangguan mental dalam satu tahun terakhir (5.5%) (I-NAMHS, 2022). Hasil laporan program kesehatan jiwa Kota Sukabumi tahun 2024 individu yang memiliki gangguan kesehatan mental secara keseluruhan didapatkan 74.8% dari total target sebanyak 659 jiwa (Dinkes Sukabumi, 2024). Hal ini menunjukkan jika kesehatan mental pada remaja merupakan permasalahan yang memerlukan perhatian khusus.

Individu yang memiliki gangguan kesehatan mental atau stres cenderung merokok hal tersebut dianggap sebagai cara mengatasi stres, nikotin dalam rokok memiliki efek psikologis yang dapat mengurangi perasaan stres dan cemas (Zakiyah et al., 2023). Pada masa remaja selain pertumbuhan kesehatan mental menjadi hal utama dikarenakan pada tahap ini

individu akan mengalami pertumbuhan dan berkembang secara optimal baik itu fisik, psikis atau emosional serta sosial.

Perilaku merokok merupakan tindakan seseorang menghisap rokok yang dilakukan secara sadar dan terus menerus sehingga menjadi kebiasaan bagi individu tersebut (Safira et al., 2024). Pengguna rokok elektrik kalangan pelajar usia 13 sampai 17 tahun 2015 mengalami peningkatan dari 12,5% menjadi 17,8% pada tahun 2023 (World Health Organization (WHO), 2024). Persentase penduduk yang merokok menggunakan rokok elektrik selama sebulan terakhir pada tahun 2023 di Jawa Barat usia diatas 5 tahun sebanyak 1,58 % dan Jawa Barat termasuk kedalam 3 besar penyumbang perokok tembakau yang ada di Indonesia (Safira et al., 2024).

Hasil studi pendahuluan skrining UBM (Upaya Berhenti Merokok) tahun 2024 di wilayah Puskesmas Lembursitu sebanyak 240 siswa (80%) SMP dan SMA memiliki riwayat merokok dan salah satu penyebab perilaku tersebut dikarenakan adanya faktor psikologis yang menekan perilaku tersebut. Selain dari faktor individu/ internal tentunya lingkungan ikut berkontribusi pada perilaku tersebut dimana sekolah tidak dapat melakukan pemantauan secara penuh, kurangnya pengawasan dari orang tua dan budaya merokok yang dianggap lumrah oleh sebagian orang serta mudahnya akses remaja untuk membeli rokok di lingkungan sekitar. Merokok pada remaja menandakan jika adanya masalah perilaku, tekanan atau masalah yang belum terselesaikan.

Berdasarkan fenomena, jurnal dan hasil survei pada remaja di wilayah Puskesmas Lembursitu menunjukkan adanya indikasi

gangguan kesehatan mental dan perilaku merokok yang cukup tinggi namun penelitian secara spesifik mengkaji hubungan permasalahan tersebut masih terbatas sehingga hal ini menjadi latar belakang penulis untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kesehatan Mental Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu” dengan menggunakan data kuantitatif korelasi.

KAJIAN PUSTAKA

WHO menyimpulkan kesehatan mental yaitu suatu keadaan individu yang dapat mengalami perkembangan secara optimal baik dalam sisi fisik, intelektual maupun emosional (Ardiansyah et al., 2023).

Menurut Virilia & Widhigo (2019) ada beberapa faktor dan gejala yang dialami oleh penderita gangguan mental, diantaranya yaitu faktor biologis seperti keturunan atau faktor genetik, kimia pada otak dan saraf. Faktor Kehidupan adanya tekanan hidup baik dari dalam dan luar, konflik internal/eksternal, masalah dalam hidup dan relasi. Faktor keluarga diantaranya terdapat riwayat keluarga dan masalah keluarga. Menurut Kanda & Tanggo (2022) terdapat indikator pada kesehatan mental diantaranya yaitu sehat secara psikologis, sehat secara sosial dan bebas dari *mental illness*

Perilaku merokok yaitu aktivitas menghisap rokok pada individu untuk memperoleh rasa nikmat yang akhirnya menjadi kebiasaan. menurut Tivany Ramadhani et al., (2023) merokok memiliki dampak yang buruk bagi kesehatan maupun psikososial seperti dampak kesehatan bagi individu yang mengkonsumsi rokok, adanya ketergantungan nikotin, pengaruh terhadap perilaku, dampak sosial, menurunnya prestasi

akademik, serta adanya perubahan konsentrasi pada saat belajar.

Tahap antara anak menuju dewasa merupakan fase remaja, pada masa ini terjadi perubahan baik fisik maupun psikis (Suryana et al., 2022). Menurut Kartono dalam Pranawati (2022) remaja memiliki permasalahan yang sering timbul salah satunya gangguan kesehatan jiwa dan perilaku negatif seperti perilaku merokok dan minum alkohol. Remaja merupakan pusat usia perkembangan intelektual dan emosional dimana pada usia ini remaja mudah tersulut emosi serta rentan terhadap perilaku negatif seperti merokok. Adanya peningkatan gangguan kesehatan mental dan perilaku merokok pada remaja menggambarkan jika perlu pemahaman kondisi psikologis pada remaja untuk dapat mengontrol dan melakukan intervensi yang tepat.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kesehatan mental dan perilaku merokok pada remaja serta menganalisa korelasi kesehatan mental dan perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi landasan dalam pengembangan ilmu keperawatan jiwa dan keperawatan anak serta bermanfaat bagi sekolah atau instansi pendidikan sebagai literasi dalam menentukan pelaksanaan pencegahan maupun rencana tindak lanjut sekolah dalam mendisiplinkan siswa maupun bagi puskesmas untuk program terkait seperti kesehatan jiwa dan UBM (Usaha Berhenti Merokok).

Dari penjelasan uraian paparan diatas rumusan masalah yang terdapat pada penelitian ini “apakah ada hubungan antara kesehatan mental dengan perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu ?”.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian dengan data kuantitatif menggunakan *cross sectional*, variabel independen kesehatan mental dan variabel dependen perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu yang dilaksanakan pada bulan April 2025 di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu.

Populasi dalam penelitian ini 240 remaja perokok aktif, jumlah sampel yang diambil sebanyak 150 remaja menggunakan teknik *purposive sampling* kriteria inklusi remaja usia 12-18 tahun, remaja perokok yang bersekolah di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu. Kriteria eksklusi yaitu remaja yang tidak bersedia untuk mengikuti penelitian dan remaja yang tidak hadir saat pengambilan data.

Instrumen pada penelitian ini yaitu kuisioner, kuisioner yang digunakan untuk kesehatan mental yaitu kuisioner SDQ 11-18 tahun total kesulitan yaitu E+C+H+P dengan interpretasi kategori kesehatan mental skor 15= Normal, skor 16-19 = *borderline*, skor 20-40 = *Abnormal* sedangkan untuk perilaku merokok menggunakan Kuisioner *Glover Nilson Smoking Behavior Quistionnarire* (GN-SBQ) nilai skor 0= tidak merokok, skor 1-11= perilaku merokok ringan, skor 12-22= perilaku

merokok sedang, skor 23-33= perilaku merokok berat dan skor 34-44 = perilaku merokok sangat berat.

Sebelum dilakukan penelitian, peneliti melakukan *Informed concent* kepada pihak sekolah dan siswa untuk pengisian kuisioner.

Data dianalisis menggunakan uji *kendall tau* untuk menganalisa adanya hubungan antara kesehatan mental dengan perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu dengan tingkat *p value* <0.05 .

HASIL PENELITIAN

Uji validitas SDQ versi Bahasa Indonesia telah dilakukan oleh Oktaviana & Wimbarti (2014) dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* didapatkan nilai $\alpha=0,773$. Uji validitas konstruk menerapkan PAF menunjukkan SDQ-TR memiliki enam struktur faktor sedangkan untuk perilaku merokok menggunakan kuisioner *Glover Nilson Smoking Behavior Quistionnarire* (GN - SBQ) yang telah dilakukan uji validitas dan reabilitas oleh Riyanto (2016) dengan hasil uji validitas nilai *r* tabel 0,374. Untuk uji memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,930 dimana memiliki arti jika instrumen penelitian reliabel.

Tabel 1. Gambaran Kesehatan Mental

Kesehatan mental	Frekuensi	Perntase(%)
<i>Normal</i>	86	57%
<i>Borderline</i>	34	23%
<i>Abnormal</i>	30	20%

Berdasarkan table 1 diketahui jika kesehatan mental pada kategori normal memiliki persentase yang

paling tinggi yaitu 86 orang (57%) dan yang paling rendah pada kategori *abnormal* 30 orang (20%).

Tabel 2. Gambaran Perilaku Merokok

Perilaku Merokok	Frekuensi	Presentase (%)
Ringan	76	51%
Sedang	56	37%
Berat	17	11%
Sangat Berat	1	1%

Berdasarkan table 2 diketahui jika perilaku merokok ringan memiliki persentase paling tinggi yaitu sebanyak 76 orang (51%) dan

yang paling rendah pada kategori perilaku merokok sangat berat 1 orang (1%).

Tabel 3. Hubungan kesehatan mental dengan perilaku merokok

Kesehatan Mental	Perilaku Merokok				Total	P
	Perilaku merokok ringan	Perilaku merokok sedang	Perilaku merokok berat	Perilaku merokok sangat berat		
<i>Normal</i>	53 62%	28 32%	5 6%	0 0%	86 100%	0.002
<i>Borderline</i>	11 32%	15 44%	8 23%	0 0%	34 100%	
<i>Abnormal</i>	12 40%	13 43%	4 13%	1 3%	30 100%	
Total	76	56	17	1	150	

Berdasarkan dari table 3 didapatkan nilai p 0.002 sehingga memiliki arti adanya hubungan antara kesehatan mental dengan perilaku merokok. Persentase paling tinggi pada remaja dengan kesehatan mental kategori normal yaitu pada perilaku merokok ringan sebanyak 53 orang (62%) sedangkan paling rendah pada perilaku merokok sangat berat 0(0%). Persentase paling tinggi pada remaja dengan

kesehatan mental kategori *borderline* terdapat pada perilaku merokok sedang sebanyak 15 orang (44%) dan paling rendah pada perilaku merokok sangat berat 0(0%). Pada kategori *abnormal* paling tinggi terdapat pada perilaku merokok ringan sebanyak 12 orang (40%) dan paling rendah pada perilaku merokok sangat berat 1 orang(3%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini memperoleh hasil p value 0.002 menunjukkan jika terdapat hubungan antara kesehatan mental dengan perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu, dimana setiap remaja yang memiliki masalah kesehatan

mental dapat beresiko terhadap perilaku merokok.

Individu yang memiliki skor SDQ tinggi atau adanya peningkatan walau hanya satu poin meningkatkan kemungkinan perilaku merokok sebanyak 13% (Giannakopoulos et al., 2010). Remaja yang memiliki

masalah kesehatan mental beresiko meningkatkan perilaku merokok seseorang dengan masalah psikiatri dan kepribadian cenderung akan sering mengalami *distress personal* atau gangguan kesehatan mental dan individu yang memiliki masalah psikiatri contohnya *major depressive* gangguan kecemasan, *schizophrenia*, gangguan kepribadian antisosial mental cenderung melakukan kegiatan merokok (Fauziah et al., 2020). Individu yang mengkonsumsi rokok setiap hari menyatakan jika stres menjadikan motivasi untuk merokok mereka menyadari jika kandungan nikotin dalam rokok dapat mengatasi dampak yang diakibatkan oleh stres dan dapat menenangkan (Suwarni et al., 2024).

Penelitian yang dilakukan Pranawati (2022) di SMA Negeri 1 Semarapura mendapatkan hasil yang sejalan dimana terdapat hubungan antara kesehatan mental emosional dengan perilaku merokok pada remaja memiliki nilai *p* signifikan sebesar *value* 0.004 kekuatan korelasi sangat rendah 0.191 arah korelasi negatif. Penelitian yang lain mengenai kesehatan mental dilakukan pula oleh Retnosari (2023) yang dilakukan pada 202 responden di SMK Karsa Mulya Palangkaraya menyatakan memiliki hubungan yang menonjol antara kesehatan mental dengan perilaku merokok pada usia remaja yang memiliki masalah kesehatan mental 63.9% dan perilaku merokok 70.3 %. Penelitian lainnya juga dilakukan oleh (Rohmani et al., 2020) di MAN 2 Bogor didapatkan 64.5% mengalami gangguan kesehatan mental dengan perilaku menghisap rokok setiap hari 63%. penelitian tersebut juga didukung oleh Booker et al. (2004) yang dilakukan di Los Angeles Amerika kesehatan mental berhubungan dengan perilaku merokok dimana

remaja yang memiliki stres beresiko meningkatkan perilaku merokok yang tinggi pula baik itu niat atau keinginan yang kuat setahun kedepan dengan mereka berharap dapat mengalihkan perhatian yang menimbulkan stres.

Berdasarkan keterangan diatas penelitian lain sejalan dan menguatkan penelitian ini jika kesehatan mental memiliki hubungan dengan perilaku merokok pada remaja dan hal tersebut tentunya dipengaruhi oleh berbagai faktor baik dari lingkungan atau dari individu itu sendiri. Remaja yang memiliki masalah dalam kesehatan mental dapat beresiko meningkatkan perilaku merokok.

KESIMPULAN

Kesehatan mental dan perilaku merokok pada remaja memiliki tingkat dan kategori berbeda-beda hal tersebut disebabkan adanya berbagai faktor yang memengaruhi hal tersebut. Dalam penelitian ini menunjukkan jika terdapat hubungan kesehatan mental dengan perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu.

Dengan penelitian ini diharapkan mampu menjadi acuan maupun referensi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan pengembangan terkait kesehatan mental dan perilaku merokok pada remaja maupun seperti aspek yang mempengaruhi kesehatan mental dan perilaku merokok.

DAFTAR PUSTAKA

Ardiansyah, S., Yunike, Ardiansyah, S., Tribakti, I., Suprpto, Saripah, E., Febriani, I., Zakiyah, Kuntoadi, G. B., Muji, R., Kusumawaty, I., Narulita, S., Juwariah, T., Akhriansyah,

- M., Putra, E. S., & Kurnia, H. (2023). *Buku Ajar Kesehatan Mental*.
- Booker, C. L., Gallaher, P., Unger, J. B., Ritt-Olson, A., & Johnson, C. A. (2004). Stressful Life Events, Smoking Behavior, And Intentions To Smoke Among A Multiethnic Sample Of Sixth Graders. *Ethnicity And Health*, 9(4), 369-397. <https://doi.org/10.1080/1355785042000285384>
- Dinkes Sukabumi. (2024). *Feedback Kesehatan Jiwa*.
- Fauziah, D. A., Ronoatmodjo, S., & Riono, P. (2020). Pengaruh Distres Emosional Terhadap Perilaku Merokok Remaja Di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 11-19.
- Giannakopoulos, G., Tzavara, C., Dimitrakaki, C., Kolaitis, G., Rotsika, V., & Tountas, Y. (2010). Emotional, Behavioural Problems And Cigarette Smoking In Adolescence: Findings Of A Greek Cross-Sectional Study. *Bmc Public Health*, 10. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-10-57>
- I-Namhs. (2022). *I-Namhs: Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey* (Edisi Pert).
- Kanda, R. L., & Tanggo, W. D. (2022). Program Studi Sarjana Keperawatan Dan Ners Sekolah Tinggi Kesehatan Stella Maris Makassar 2022. *Jurnal Stella Maris Makassar 2022*, 10-80.
- Oktaviana, M., & Wimbari, S. (2014). Validasi Klinik Strengths And Difficulties Questionnaire (Sdq) Sebagai Instrumen Skrining Gangguan Tingkah Laku. *Jurnal Psikologi*, 41(1), 101. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6961>
- Osborn, T. L., Wasanga, C. M., & Ndeti, D. M. (2022). Transforming Mental Health For All. In *The Bmj*. <https://doi.org/10.1136/bmj.O1593>
- Pranawati, N. K. R. Z. (2022). *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Semarang Ni Kadek Rika Zeni Pranawati*.
- Retnosari, V. (2023). Hubungan Kesehatan Mental Dengan Kecenderungan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Smk Karsa Mulya Palangka Raya. *Hubungan Kesehatan Mental Dengan Kecenderungan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Smk Karsa Mulya Palangka Raya*. <http://repo.polkesraya.ac.id/3213/>
- Riyanto. (2016). *Hubungan Antara Perilaku Merokok Dengan Harga Diri Remaja Pada Siswa Laki-Laki Kelas X Sma N 1 Ampel Kabupaten Boyolali*. 4(1), 1-23.
- Rohmani, A., Yazid, N., Rahmawati, A. A., Cao, D. J., Aldy, K., Hsu, S., Mcgetrick, M., Verbeck, G., De Silva, I., Feng, S. Yi, Pelawi, K. A., Siregar, P. A., Lhokseumawe, V. D. I., Oroh, J. N. W., Suling, P. L., Zuliari, K., Ardiyan Sabir, Muhammad Asikin, Ilham Willem, ... डॉ. गुरुदत्त पी. जपी. (2020). Hubungan Perilaku Merokok Dengan Gangguan Mental Pada Emosional Remaja. *Jk: Jurnal Kesehatan*, 6(1), 410-421. <http://repository.uin-alauddin.ac.id/eprint/17571%0ahttps://ejurnal.husadakarajaya.ac.id/index.php/jakhkj/article/view/127%0ahttp://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/view/21/13>

- Safira, A. L., Lestari, P., & Karimah, A. (2024). Analisis Hubungan Antara Perilaku Merokok Dengan Kesehatan Mental. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 12(1), 25-34.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917-1928.
<https://doi.org/10.58258/Jime.V8i3.3494>
- Suwarni, A. A., Firdaus, I., & Yudhianto, K. A. (2024). Kecenderungan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-Laki. *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 3625-3633.
- Tivany Ramadhani, Usna Aulia, & Winda Amelia Putri. (2023). Bahaya Merokok Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(1), 185-195.
<https://doi.org/10.55606/Klinik.V3i1.2285>
- Virlia, S., & Widhigo, J. (2019). *Buku Ajar Kesehatan Mental*. Universitas Ciputra.
https://books.google.co.id/books?id=Laiseqaaqbaj&pg=Pa8&hl=id&source=GBs_Toc_R&cad=2#V=Onepage&Q&F=False
- World Health Organization (Who). (2024). *Working For A Brighter, Healthier Future How Who Improves Health And Promotes Well-Being For The World's Adolescents: Second Edition*.
<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/376861/9789240093966-Eng.Pdf?sequence=1&isallowed=Y>
- Zakiah, Z., Sihombing, Y. A., Kamaruddin, M. I., Salomon, G. A., & Anshari, M. (2023). Stress Level And Smoking Behavior. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 467-473.
<https://doi.org/10.35816/Jiskh.V12i2.1118>