

---

## Survei Perilaku Merokok pada Mahasiswa Program Studi Promosi Kesehatan Politeknik Negeri Jember

Nurina Aprilya<sup>1\*</sup>, Nilam Puspitasari<sup>2</sup>, Muhammad Abdul Rauf<sup>3</sup>, Iwan Abdi Suandana<sup>4</sup>, Rizaldy Fathur Rachman<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Promosi Kesehatan, Politeknik Negeri Jember

<sup>5</sup>Program Studi Sarjana Terapan K3, Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada

\*nurina\_aprilya@polije.ac.id

---

---

### ABSTRACT

Editor: MH

Received: 2025/06/26

Reviewed: 2025/07/18

Published: 2025/07/24

Copyright:

©2021 This article is open access and may be distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided that the original author(s) and source are properly cited. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

Introduction: Smoking behavior among adolescents and young adults remains a serious health issue, including within academic environments.

Objectives: This study aims to determine the prevalence and characteristics of smoking behavior among students of the Health Promotion study program at the State Polytechnic of Jember.

Method: This research used a descriptive quantitative method with a total sample of 25 male students from the 2022, 2023, and 2024 cohorts, selected through total sampling. Data were collected using a questionnaire and analyzed descriptively.

Result: The results showed that 48% of respondents engaged in smoking behavior, with the majority consuming 1–5 cigarettes per day. Most respondents were aged between 19–21 years, a vulnerable phase influenced by social pressure and environmental factors.

Conclusion: Despite having a background in health education, there is a gap between the students' knowledge and their smoking behavior. Factors such as peer pressure, academic stress, and media influence are the main triggers of smoking habits. These findings highlight the need for more serious efforts to control smoking behavior among students, especially health students who are expected to be role models in promoting a healthy lifestyle.

*Keyword: Academic Stress, Health Students, Peer Pressure, Prevalence, Smoking Behavior*

---

## Pendahuluan

Mengutip dari *GoodStats*, *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa jumlah perokok di Indonesia diprediksi mencapai 38,7% dari total penduduk pada tahun 2025. Adapun angka tersebut hanya menghitung jumlah perokok berusia 15 tahun ke atas. Indonesia menduduki urutan kelima negara dengan proporsi perokok terbanyak di dunia, dibawah Nauru, Myanmar, Serbia dan Bulgaria. Namun WHO hanya menghitung data perokok yang menggunakan produk dengan kandungan tembakau, baik yang berasap atau tidak, dengan frekuensi pemakaian setiap hari atau hanya kadang-kadang. Namun, proporsi tersebut tidak termasuk perokok yang menggunakan rokok elektrik non-tembakau. Menurut data Kementerian Kesehatan (Kemenkes), dalam Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, jumlah perokok aktif di Indonesia diperkirakan mencapai 70 juta orang, 7,4% di antaranya masih berusia 10-18 tahun.

Merokok tidak hanya buruk bagi diri sendiri, melainkan juga bagi orang-orang di sekitar. Terkandung lebih dari 4.000 jenis bahan kimia yang berbahaya bagi tubuh dalam sebatang rokok. Pengaruh bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, karbon monoksida dan tar akan memacu kerja dari susunan sistem saraf pusat dan susunan saraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat. Penggunaan jangka panjang dapat menyebabkan ketergantungan yang kuat serta gangguan suasana hati dan kecemasan, dapat meningkatkan risiko penyakit jantung koroner, stroke dan hipertensi. Meskipun nikotin bukan penyebab utama kanker paru, ia memperparah efek zat berbahaya lainnya dalam rokok dan berkontribusi pada penurunan fungsi paru-paru, bronkitis kronis, dan emfisema.

Menurut Meilani, saat ini merokok menjadi gaya hidup remaja hingga mahasiswa karena dengan merokok mereka merasa tampak dewasa dan mengikuti perkembangan gaya hidup saat bersama teman-temannya. Mahasiswa sering kali berada dalam fase transisi dimana mereka mengeksplorasi kebiasaan baru, termasuk merokok, yang dapat mempengaruhi kesehatan jangka panjang mereka. Mahasiswa kesehatan, seharusnya memiliki kesadaran yang tinggi terhadap bahaya merokok serta dampaknya terhadap kesehatan individu dan lingkungan sekitar. Namun kenyataannya, masih banyak mahasiswa kesehatan yang terlibat dalam kebiasaan merokok, baik secara aktif maupun pasif. Hal ini menimbulkan pertanyaan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku tersebut, serta sejauh mana pemahaman mereka terhadap risiko merokok.

Dari data diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Survey perilaku merokok pada mahasiswa program studi Promosi Kesehatan Politeknik Negeri Jember.”

## Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang bersifat deskriptif untuk mengetahui persentase perilaku merokok pada mahasiswa program studi Promosi Kesehatan Politeknik Negeri Jember. Populasi dan Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki program studi Promosi Kesehatan angkatan 22, 23, dan 24 yang aktif perkuliahan berjumlah 25 orang. Pengambilan sampel menggunakan total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuisioner. Penelitian dilakukan pada bulan April 2025.

## Hasil

**Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur pada Mahasiswa Prodi Promosi Kesehatan Politeknik Negeri Jember**

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
19 Tahun	9	36
20 Tahun	6	24
21 Tahun	6	24
22 Tahun	3	12
23 Tahun	1	4
Total	25	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa paling banyak responden 36% (9 orang) berusia 19 tahun dan paling sedikit 4% (1 orang) berusia 23 tahun.

**Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Angkatan pada Mahasiswa Prodi Promosi Kesehatan Politeknik Negeri Jember**

Angkatan	Frekuensi	Presentase (%)
22	9	36
23	7	28
24	9	36
Total	25	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa paling banyak responden 36% (9 orang) angkatan 22 dan paling sedikit responden 28% (7 orang) angkatan 23.

**Tabel 3. Survei Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Program Studi Promosi Kesehatan Politeknik Negeri Jember**

Perilaku Merokok Pada Mahasiswa	Frekuensi	Presentase (%)
Angkatan 22,23,24 Merokok	12	48
Angkatan 22,23,24 Tidak Merokok	13	52
Total	25	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa 48% responden merokok, dan 52% tidak merokok.

**Tabel 4. Karakteristik responden berdasarkan jumlah batang rokok yang dihabiskan dalam sehari pada mahasiswa program studi Promosi Kesehatan Politeknik Negeri Jember**

Jumlah Batang Rokok yang di Habiskan/ hari	Frekuensi	Presentase (%)
1-5 batang/ hari	12	48
6-10 batang/ hari	0	0
>10 batang/ hari	0	0
Total	12	48

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa paling banyak responden 48% (12 orang) yang merokok dan banyaknya jumlah rokok yang dikonsumsi perhari adalah 1-5 batang rokok.

### Pembahasan

Hasil survei menunjukkan bahwa 48% mahasiswa program Studi Promosi Kesehatan merokok, meskipun mereka memperoleh pendidikan kesehatan yang memadai. Proposal ini lebih rendah dibandingkan temuan (Olivia Dawi et,al 2022) sebesar 66,1% namun lebih tinggi daripada prevalensi mahasiswa kesehatan di beberapa perguruan tinggi di Jawa Barat yang dilaporkan sebesar 35% (Saputra et,al, 2023). Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh konteks budaya, aksesibilitas rokok, serta kebijakan kampus tentang area bebas rokok.

Berdasarkan data yang diperoleh, sebagian besar responden berada pada rentang usia 19-21 tahun. Usia ini termasuk dalam kategori remaja akhir hingga dewasa awal, yaitu fase perkembangan di mana individu cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, keinginan untuk mencoba hal baru, serta dipengaruhi oleh lingkungan sosial seperti teman sebaya. Pada usia tersebut, mahasiswa berada dalam masa transisi dari remaja menuju dewasa, sehingga rentan terhadap tekanan sosial dan pengaruh lingkungan sekitar. Salah satu bentuk pengaruh tersebut adalah ajakan atau dorongan dari teman untuk mencoba merokok, baik sebagai bentuk solidaritas, pencarian identitas diri, maupun sebagai cara untuk mengurangi stres akademik. Penelitian (Nofi Susanti, et.al, 2024) menyebutkan adanya pengaruh antara usia terhadap perilaku merokok.

Berdasarkan hasil penelitian perilaku merokok pada mahasiswa program studi Promosi Kesehatan di Politeknik Negeri Jember didapatkan paling banyak responden merokok dan banyaknya jumlah rokok yang dikonsumsi perhari adalah 1-5 batang rokok. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Olivia Dawi, et.al (2022) menunjukkan hasil 66,1% yang merokok dan banyaknya jumlah rokok yang dikonsumsi perhari adalah 1-5 batang rokok. Perilaku merokok di kalangan mahasiswa merupakan fenomena yang masih menjadi perhatian, terlebih jika terjadi pada mahasiswa program studi kesehatan yang seharusnya menjadi teladan dalam penerapan gaya hidup sehat. Berdasarkan data yang dikumpulkan dari 25 responden, ditemukan bahwa sebanyak 48% mahasiswa memiliki perilaku merokok, sedangkan 52% tidak merokok. Hasil ini menunjukkan bahwa hampir separuh dari mahasiswa yang diteliti terlibat dalam kebiasaan merokok. Temuan ini cukup mengkhawatirkan mengingat mahasiswa dari program studi ini seharusnya menjadi agen perubahan dalam upaya promosi hidup sehat, termasuk dalam hal pencegahan dan pengendalian perilaku merokok.

Tingginya prevalensi merokok di kalangan mahasiswa kesehatan menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan perilaku. Meskipun mahasiswa memiliki pemahaman yang cukup mengenai dampak negatif merokok terhadap kesehatan, namun pengetahuan tersebut belum sepenuhnya diinternalisasi ke dalam tindakan nyata. Faktor-faktor seperti tekanan sosial, lingkungan

pergaulan, stres akademik, serta pengaruh iklan atau media sosial, kemungkinan besar menjadi pemicu utama dalam membentuk kebiasaan merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Olivsia Dawi, et.al, 2022) tentang survei perilaku merokok pada mahasiswa program studi Ners Universitas Citra Bangsa Kupang kebiasaan merokok pada mahasiswa terjadi bahkan sebelum mereka menjadi mahasiswa, ada juga yang menyatakan bahwa mereka merokok karena ajakan teman, dan ada juga yang merokok untuk mengalihkan stres dari tugas-tugas kuliah.

Lebih lanjut, hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa kesehatan belum sepenuhnya berperan sebagai role model dalam gaya hidup sehat. Menurut peran sosial mahasiswa dalam promosi kesehatan, mereka seharusnya menjadi agen perubahan (agent of change) dalam masyarakat, terutama dalam menurunkan angka prevalensi perilaku merokok di kalangan remaja dan dewasa muda.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, perilaku merokok di kalangan mahasiswa program studi Promosi Kesehatan di Politeknik Negeri Jember masih cukup tinggi, dengan 48% responden terlibat dalam kebiasaan merokok. Mayoritas responden berada pada rentang usia 19–21 tahun, yang merupakan fase perkembangan remaja akhir menuju dewasa awal—masa yang rentan terhadap pengaruh lingkungan sosial. Meskipun memiliki latar belakang pendidikan kesehatan dan pemahaman yang cukup mengenai bahaya merokok, banyak mahasiswa tetap memilih merokok karena berbagai faktor seperti tekanan sosial, stres akademik, serta pengaruh teman sebaya dan media. Temuan ini mencerminkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan perilaku yang perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut. Peneliti berharap agar penelitian ini dapat dikembangkan lebih baik kedepannya dan memperdalam semua faktor yang berhubungan dengan pengaruh perilaku merokok pada mahasiswa.

### Daftar Pustaka

- Anizar. (2020). Teknik Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Industri. Yogyakarta: Graham Ilmu.
- Budiono, S. (2003). Bunga Rampai Hiperkes dan Keselamatan Kerja. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Dawi, O., Nara, A. S., & Yanti, L. M. (2022). Survei Perilaku Merokok pada Mahasiswa Program Studi Ners Universitas Citra Bangsa Kupang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(2), 45–53.
- GoodStats. (2023). Data Perokok di Indonesia. Diakses dari: <https://goodstats.id> pada April 2025.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mangkunegara, A. A. & Anwar Prabu. (2002). Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Meilani, P. (2017). Merokok di kalangan mahasiswa (studi kasus Fakultas Kedokteran Universitas Riau). *JOM FISIP*, 4, 2–13.
- Nofi, S., Yuliani, D., & Hasanah, N. (2024). Pengaruh Usia terhadap Perilaku Merokok di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(1), 23–30.
- Occupational Safety and Health Administration (OSHA). (2020). Keselamatan dan Kesehatan Kerja – Occupational (Work-related) Safety and Health.
- Purnama, D. S. (2015). Analisa Penerapan Metode HIRARC (Hazard Identification Risk Assessment and Risk Control) dan HAZOPS (Hazard and Operability Study) dalam Kegiatan Identifikasi Potensi Bahaya. *Jurnal Ilmiah Teknik Industri*, 9(3), 311–319.
- Restuputri, D. P., & Sari, R. P. D. (2015). Analisis kecelakaan kerja dengan menggunakan metode Hazard and Operability Study (HAZOP). *Jurnal Ilmiah Teknik Industri*, 14(1), 24–35.
- Rizkiana, N., & Wahyuningsih, A. (2017). Potensi Bahaya Pekerja Ground Handling Divisi Ramp Handling dan

- Ground Support Equipment. HIGEIA, 1(3), 30–38.
- Tarwaka. (2014). Keselamatan dan Kesehatan Kerja: Manajemen dan Implementasi K3 di Tempat Kerja. Surakarta: Harapan Press.
- Wijaya, A., Panjaitan, W. S., & Palit, H. C. (2015). Evaluasi Kesehatan dan Keselamatan Kerja dengan Metode HIRARC pada PT. Charoen Pokphand Indonesia. Jurnal Tirta, 3(1), 29–34.
- World Health Organization (WHO). (2023). Global Tobacco Epidemic Report 2023. Geneva: WHO.