

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan tahap dalam kehidupan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa (World Health Organization, 2019). Berdasarkan data *United Nations Children's Fund* (UNICEF) prevalensi remaja mencapai 1,3 miliar di dunia, lebih banyak dari sebelumnya yang mencakup 16% dari populasi dunia (United Nations Children's Fund, 2026). Di Indonesia, sekitar 46 juta orang atau 17% adalah remaja (World Health Organization, 2024). Jumlah penduduk di Indonesia berdasarkan kelompok umur 10-14 tahun sebanyak 21.999,8 dan usia 15-19 sebanyak 22.070,3 (Badan Pusat Statistik, 2026). Sementara itu, prevalensi remaja di Kabupaten Klaten pada tahun 2024 sebanyak 19,29% (Badan Pusat Statistik Kabupaten Klaten, 2024).

Masa remaja menjadi salah satu fase perkembangan yang ditandai dengan beberapa perubahan baik fisik, psikologis maupun emosional yang cukup pesat sehingga memerlukan kemampuan dalam mengendalikan diri/kontrol diri (Susanto et al., 2023). Kontrol diri adalah kemampuan pada seseorang untuk mengendalikan maupun mengatur emosi, perilaku, dan dorongan untuk tercapainya tujuan yang diinginkan (Fikri, 2024). Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sebanyak 54,9% remaja mempunyai kontrol diri rendah (Dewi et al., 2025). Kontrol diri yang rendah memiliki dampak bagi seseorang untuk mudah terbawa pengaruh oleh perilaku yang negatif (Datangmanis et al., 2023). Kontrol diri yang rendah mempunyai kecenderungan meningkatkan kenakalan pada remaja yang ditunjukkan oleh hasil penelitian sebanyak 27,6% (Wahyuni & Laili, 2025). Kenakalan remaja menjadi salah satu yang sering terjadi adalah perilaku merokok (Ratriningsy, 2024). Selain itu, sebanyak 60,7% remaja dengan kontrol diri rendah juga berkaitan dengan meningkatnya perilaku merokok meningkat pada remaja sebanyak 68,7% (Datangmanis et al., 2023).

Perilaku merokok masih menjadi permasalahan kesehatan global yang perlu mendapatkan perhatian serius (World Health Organization, 2023). Secara global terdapat sekitar 1,3 miliar orang dengan perilaku merokok (World Health Organization, 2025). Selain itu, pada tahun 2019 secara global terdapat 194 juta perempuan dan 940 juta laki-laki pada usia lebih dari 15 tahun merupakan perokok aktif (Tobacco Atlas, 2023). Prevalensi merokok di Indonesia terutama pada kelompok usia remaja tergolong tinggi. Berdasarkan data Profil Statistik Kesehatan pada tahun 2025 persentase penduduk pada kelompok usia lebih dari 15 tahun yang merokok selama satu bulan terakhir sebesar 28,68%.

Persentase penduduk pada kelompok usia lebih dari 15 tahun yang merokok di Jawa tengah sebesar 28,48 % (Badan Pusat Statistik, 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa presentase perilaku merokok pada tingkat nasional dan Provinsi Jawa Tengah hampir sama. Kabupaten Klaten memiliki persentase remaja berusia lebih dari 15 tahun dengan perilaku merokok sebesar 13,52% pada tahun 2023 dan mengalami peningkatan menjadi 20,02% pada tahun 2025 (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah, 2025). Hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan perilaku merokok pada remaja berusia lebih dari 15 tahun di Kabupaten Klaten sebesar 7% dalam dua tahun terakhir. Peningkatan tersebut dipengaruhi oleh beberapa aspek seperti budaya, pengaruh lingkungan, teman sebaya serta kemudahan akses rokok, yang juga berkaitan dengan kontrol diri remaja. (Badan Pusat Statistik Kabupaten Klaten, 2025). Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sebanyak 75,5% remaja memiliki perilaku merokok (Faturahman, 2024)

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa faktor kepribadian seseorang seperti kontrol diri, efikasi diri, serta harga diri juga berperan terhadap perilaku merokok pada remaja (Wahyuni, 2025). Hasil riset sebelumnya di SMKS PGRI 1 Kota Sukabumi, menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku merokok (Faturahman, 2024). Selain itu, penelitian lain di Kelurahan Dendengan Dalem, Kota Manado juga

menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku merokok pada remaja (Datangmanis et al., 2023). Penelitian tersebut masih terbatas pada lingkungan sekolah dan wilayah perkotaan, sehingga belum sepenuhnya menggambarkan kondisi remaja di pedesaan. Selain itu, perilaku merokok juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lainnya seperti lingkungan keluarga dan sosial (Safitri et al., 2025). Seorang remaja melakukan kebiasaan merokok karena terpengaruh oleh orang tuanya yang juga merokok, pengaruh ajakan teman sebaya dan pengaruh tayangan iklan rokok (Safitri et al., 2025).

Secara global perilaku merokok pada remaja dapat mengakibatkan lebih dari 7 juta kematian setiap tahunnya (World Health Organization, 2025). Angka kematian akibat merokok (*Smoking Attributable Mortality*/SAM) pada laki-laki tertinggi pada kanker paru-paru sebanyak 55,3% (16.986), kanker faring sebanyak 26,7% (8.195), dan kanker hati sebanyak 18,0% (5.534). Sedangkan pada perempuan nilai SAM (*Smoking Attributable Mortality*) tertinggi pada kanker paru-paru sebanyak 55,5% (916), kanker serviks sebanyak 26,6% (439), dan kanker faring sebanyak 17,9% atau 296 penderita (Masrida et al., 2022). Paparan nikotin juga dapat menimbulkan efek jangka panjang yang merusak perkembangan otak. Selain itu remaja yang merokok beresiko mengalami penurunan kebugaran fisik baik dari segi kemampuan tubuh maupun daya tahan (World Health Organization, 2020).

Sebagai upaya dalam mengendalikan perilaku merokok pada remaja pemerintah menghadirkan inovasi program berupa layanan Upaya Berhenti Merokok (UBM) sebagai strategi untuk pengendalian konsumsi rokok yang mencakup aspek promotif, preventif dan penatalaksanaan pengendalian perilaku merokok. Upaya ini menjadi salah satu tujuan untuk menurunkan prevalensi merokok, terutama pada remaja dengan usia 10-18 tahun (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Berdasarkan temuan dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada Kepala Desa Sidorejo menjadi salah satu desa di Kecamatan Kemalang dengan jumlah remaja sebanyak 231. Jika dibandingkan dengan desa lain, Desa Sidorejo termasuk memiliki jumlah remaja yang relatif lebih banyak karena merupakan salah satu desa dengan jumlah penduduk terbanyak di Kecamatan Kemalang. Hal ini juga berkaitan dengan tingginya perilaku merokok pada remaja di Desa Sidorejo, dimana dari 231 remaja terdapat sebanyak 41% atau 96 remaja memiliki perilaku merokok. Berdasarkan hasil wawancara pada 10 remaja di Desa Sidorejo menunjukkan bahwa 60% (6 remaja) mulai merokok pada usia 14 tahun, 30% (3 remaja) pada usia 13 tahun, dan 10% (1 remaja) pada usia 10 tahun. Dari segi kebiasaan merokok, sebanyak 40% remaja 4 remaja merokok 1 bungkus perhari, sedangkan 60% (6 remaja) merokok 1 bungkus dalam beberapa hari. Responden menyatakan alasan merokok karena rasa ingin tahu, pengaruh teman dan untuk mengurangi stres. Selain itu, sebanyak 70% (7 remaja) menyatakan cenderung kurang mampu dalam mengontrol diri untuk tidak merokok. Beberapa remaja mengungkapkan bahwa ketidakmampuan dalam mengontrol diri tersebut karena merokok sudah menjadi kebiasaan, melihat teman merokok saat sedang berkumpul, dan ketika merasa bosan. Dari hasil studi pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mempunyai kecenderungan kontrol diri yang rendah dalam menahan keinginan untuk merokok. Kondisi ini perlu diperhatikan, karena perilaku merokok yang dimulai sejak usia remaja dapat menyebabkan berbagai dampak kesehatan yang dapat timbul dalam jangka panjang hingga meningkatkan resiko kematian.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan maka rumusan masalahnya adalah apakah terdapat hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok pada remaja di Desa Sidorejo Kecamatan Kemalang Kabupaten Klaten?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok pada remaja di Desa Sidorejo Kecamatan Kemalang Kabupaten Klaten

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah untuk :

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi kontrol diri pada remaja di Desa Sidorejo Kecamatan Kemalang Kabupaten Klaten
- 1.3.2.2 Mengidentifikasi perilaku merokok pada remaja di Desa Sidorejo Kecamatan Kemalang Kabupaten Klaten
- 1.3.2.3 Menganalisis hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok pada remaja di Desa Sidorejo Kecamatan Kemalang Kabupaten Klaten

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam perkembangan ilmu keperawatan terutama mengenai hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi tenaga kesehatan

Hasil dari penelitian diharapkan dapat menambah pemahaman tenaga kesehatan mengenai hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok pada remaja, sehingga dapat menjadi masukan untuk meningkatkan program penyuluhan yang lebih efektif terkait kontrol diri untuk mengurangi perilaku merokok pada remaja.

1.4.2.2 Bagi remaja

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pada remaja mengenai pentingnya kontrol diri dan kaitannya dengan perilaku merokok, sehingga remaja mampu mengendalikan diri dan menghindari perilaku merokok.

1.4.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian terkait faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja