

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi

Poltekkes Kemenkes Kupang merupakan lembaga perguruan tinggi yang berada di bawah naungan Kementerian Kesehatan dan memiliki berbagai program studi, salah satunya adalah Program Studi DIII Sanitasi yang berfokus pada bidang kesehatan lingkungan. Program studi sanitasi kini memiliki 374 mahasiswa/i yang terdiri atas 135 mahasiswa laki-laki dan 239 mahasiswa perempuan, dimana terdapat 304 (81%) perokok pasif dan 70 (19%) dengan 66 laki-laki (48,8%) dari total 135 laki-laki dan 4 perempuan (1,7%) dari total 239 mahasiswi merupakan perokok aktif. Mahasiswa/i yang tergolong perokok pasif mengatakan bahwa paparan asap rokok paling banyak didapat dari lingkungan sekitar seperti rumah, tetangga, dan yang paling sering dirasakan ketika berada di tempat umum. Menurut H.L Blum (1981) derajat kesehatan masyarakat maupun perorangan dipengaruhi oleh empat faktor yaitu lingkungan, perilaku (gaya hidup), keturunan dan pelayanan kesehatan (Wati. M. D.M, 2020) sehingga lingkungan menjadi faktor utama yang mempengaruhi perilaku merokok. Oleh karena itu, kondisi lingkungan mahasiswa menjadi bagian penting dalam menggambarkan kondisi paparan asap rokok pada lokasi penelitian.

B. Hasil

1. Gender

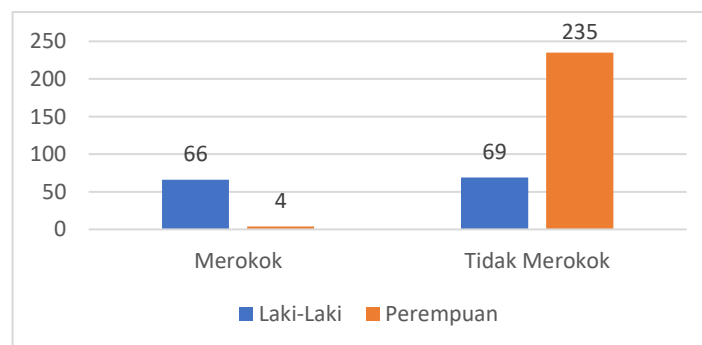
Gender mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi yang paling dominan mengkonsumsi rokok dapat dilihat pada tabel 2

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gender dan Kebiasaan Merokok Pada Mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi Tahun 2026

No	Jenis Kelamin	Merokok		Tidak Merokok	
		Jumlah	%	Jumlah	%
1	Laki-Laki	66	48.8	69	51.1
2	Perempuan	4	1.7	235	98.3
Total		70	19	304	81

Sumber : Data Primer 2026



Gambar 2. Gender yang paling dominan mengkonsumsi rokok

Tabel dan gambar 2 menunjukkan bahwa sebanyak 70 mahasiswa/i (19%) merokok dan 304 (81%) tidak merokok dimana perokok terbanyak adalah laki-laki yaitu sebanyak 66 mahasiswa (48,8%), sementara laki-laki yang tidak mengkonsumsi rokok sebanyak 69 mahasiswa (51,1%). Pada perempuan hanya 4 mahasiswi yang mengkonsumsi rokok (1,7%) dan sebagian besar tidak mengkonsumsi rokok yaitu sebanyak 235 mahasiswi (98,3%).

2. Usia Awal Merokok

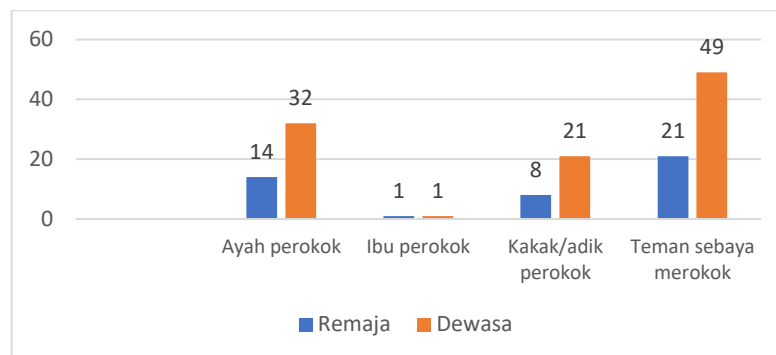
Usia awal merokok mahasiswa/i program studi DIII Sanitasi tahun 2026 dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Faktor Yang Mempengaruhi Dengan Usia Awal Merokok Pada Mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi Tahun 2026

No	Faktor Yang Mempengaruhi	Anak-Anak (5-9 tahun)		Remaja (10-18 tahun)		Dewasa (>19 tahun)	
		Jml	%	Jml	%	Jml	%
1	Ayah perokok	0	0	14	20	32	46
2	Ibu perokok	0	0	1	1	1	1
3	Kakak/adik perokok	0	0	8	11	21	30
4	Teman sebaya merokok	0	0	21	30	49	70

Sumber : Data Primer 2026



Gambar 3. Faktor yang mempengaruhi dengan usia awal merokok mahasiswa/i Prodi DIII Sanitasi

Tabel dan gambar 3 menunjukkan usia awal mahasiswa/i Prodi DIII Sanitasi mulai mengkonsumsi rokok pada usia dewasa (>19 tahun) dengan faktor terbesar dipengaruhi oleh teman sebaya yaitu sebanyak 49 orang (70%). Sementara pada usia remaja (10-18 tahun) faktor tertinggi dipengaruhi oleh teman sebaya yaitu 21 orang (30%). Faktor terendah adalah ibu perokok

baik pada usia remaja maupun dewasa masing-masing sebanyak 1 orang (1%).

3. Biaya Merokok

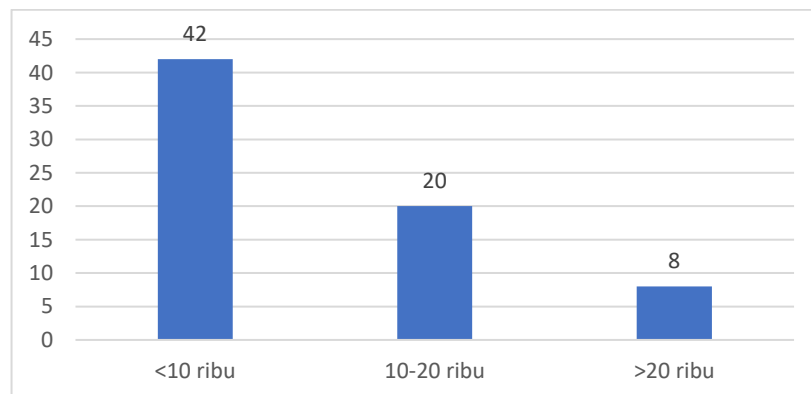
Biaya yang dikeluarkan mahasiswa/i program studi DIII Sanitasi tahun 2026 untuk mengkonsumsi rokok dapat dilihat pada tabel 4

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Biaya Merokok Pada Mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi Tahun 2026

No	Biaya Merokok	Jumlah	%
1	<10 ribu	42	60
2	10-20 ribu	20	29
3	>20 ribu	8	11
Total		70	100

Sumber : Data Primer 2026



Gambar 4. Biaya merokok pada mahasiswa/i Prodi DIII Sanitasi

Tabel dan gambar 4 menunjukkan bahwa terdapat 42 mahasiswa prodi DIII Sanitasi mengeluarkan biaya merokok kurang dari 10 ribu rupiah per hari dengan persentase tertinggi sebesar 60%, dan yang terkecil adalah terdapat 8 mahasiswa yang mengeluarkan biaya lebih dari 20 ribu dengan persentase 11%.

4. Tanggapan Keluarga

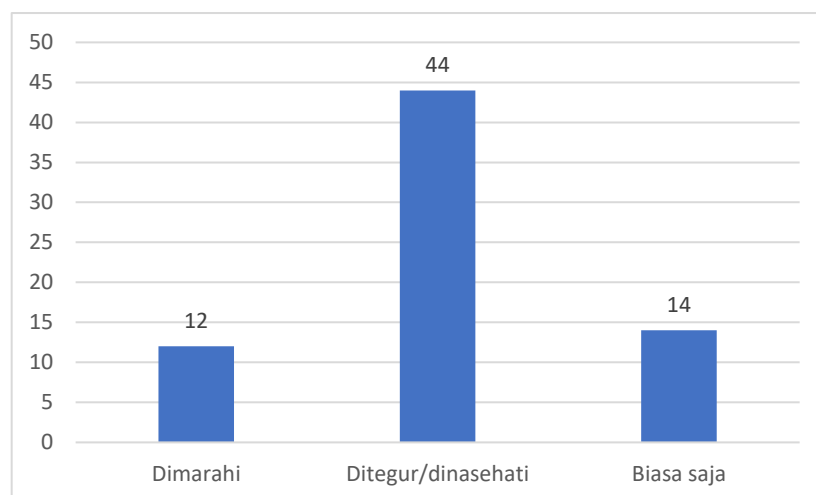
Tanggapan keluarga terhadap kebiasaan merokok mahasiswa/i prodi DIII Sanitasi tahun 2026 dapat dilihat pada tabel 5

Tabel 5

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tanggapan Keluarga Terhadap Kebiasaan Merokok Mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi Tahun 2026

No	Tanggapan Keluargga	Jumlah	%
1	Dimarahi	12	17
2	Ditegur/dinasehati	44	63
3	Biasa saja	14	20
Total		70	100

Sumber : Data Primer 2026



Gambar 5. Tanggapan keluarga terhadap kebiasaan merokok mahasiswa Program Studi DIII Sanitasi

Tabel dan gambar 5 menyatakan bahwa terdapat 44 mahasiswa menyatakan bahwa tindakan keluarga yang paling dominan dilakukan dengan cara ditegur atau dinasehati dengan persentase sebesar 63% dan terendah terdapat 12 mahasiswa mengatakan bahwa tindakan keluarga yang dilakukan dengan cara dengan persentase 17%.

5. Respon Orang Tua

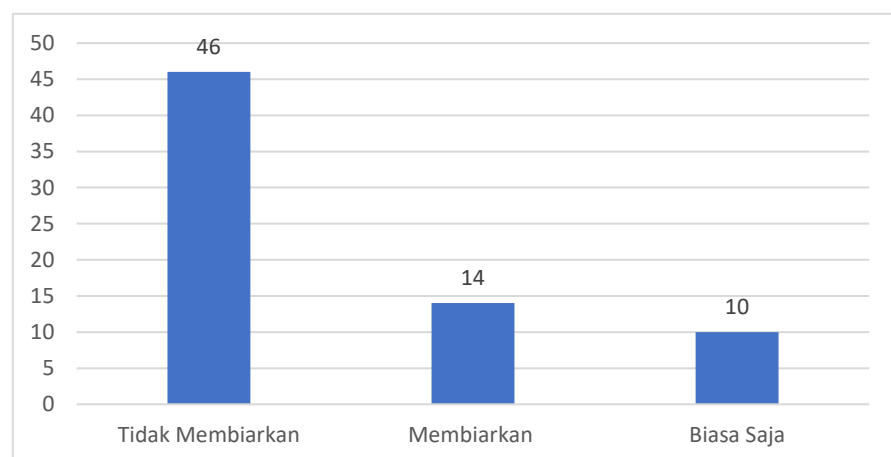
Respon orang tua terhadap kebiasaan merokok mahasiswa/i program studi DIII Sanitasi tahun 2026 dapat dilihat pada tabel 6

Tabel 6

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Respon Orang Tua Terhadap Kebiasaan Merokok Pada Mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi Tahun 2026

No	Respon Orang Tua	Jumlah	%
1	Tidak Membiarkan	46	66
2	Membiarkan	14	20
3	Biasa Saja	10	14
Total		70	100

Sumber : Data Primer 2026



Gambar 6. Respon orang tua terhadap kebiasaan merokok mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi

Tabel dan gambar 6 menunjukkan bahwa terdapat 46 mahasiswa mengatakan bahwa orang tua mereka menyikapi kebiasaan merokok mereka dengan tidak membiarkan dimana persentasenya mencapai 66% dan yang terendah adalah 10 mahasiswa yang mengatakan bahwa orang tua mereka bersikap biasa saja dengan persentase 14%.

6. Faktor Penyebab Kebiasaan Merokok

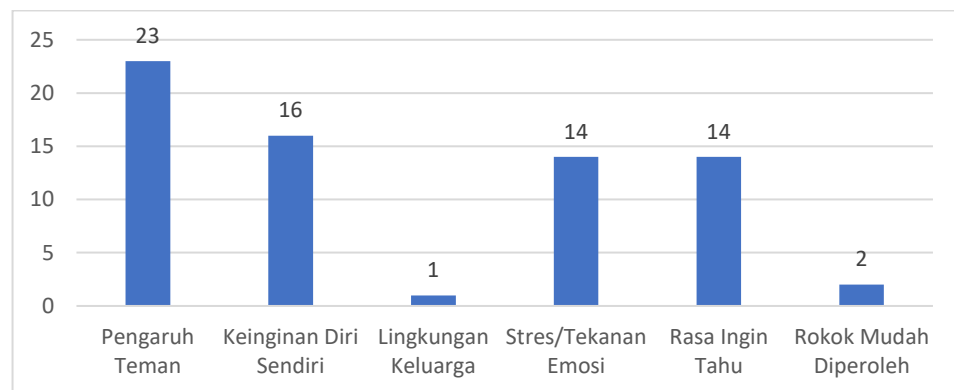
Faktor penyebab kebiasaan merokok mahasiswa/i program studi DIII Sanitasi tahun 2026 dapat dilihat pada tabel 7

Tabel 7

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Faktor Penyebab Kebiasaan Merokok Pada Mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi Tahun 2026

No	Faktor Penyebab Kebiasaan Merokok	Jumlah	%
1	Pengaruh Teman	23	33
2	Keinginan Diri Sendiri	16	23
3	Lingkungan Keluarga	1	1.4
4	Stres/Tekanan Emosi	14	20
5	Rasa Ingin Tahu	14	20
6	Rokok Mudah Diperoleh	2	2.9
Total		70	100

Sumber :Data Primer 2026



Gambar 7. Faktor penyebab kebiasaan merokok pada mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi

Tabel dan gambar 7 menunjukkan bahwa faktor penyebab kebiasaan merokok mahasiswa prodi DIII Sanitasi yang paling mempengaruhi terdapat pada pengaruh teman sebaya yaitu 23 mahasiswa (33%) dan yang terendah lingkungan keluarga yaitu sebanyak 1 mahasiswa (1,4%).

7. Tingkat Pengetahuan Dampak Rokok

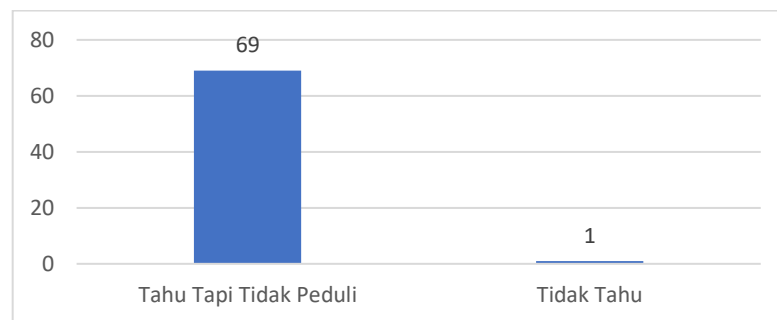
Tingkat pengetahuan dampak rokok pada mahasiswa/i program studi DIII Sanitasi tahun 2026 dapat dilihat pada tabel 8

Tabel 8

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Dampak Rokok Pada Mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi Tahun 2026

No	Pengetahuan Dampak Rokok	Jumlah	%
1	Tahu Tapi Tidak Peduli	69	98,6
2	Tidak Tahu	1	1,4
Total		70	100

Sumber : Data Primer 2026



Gambar 8. Pengetahuan dampak rokok mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi

Tabel dan gambar 8 menunjukkan hampir seluruh mahasiswa prodi DIII Sanitasi menyatakan mengetahui dampak rokok namun tidak peduli dengan persentase terbesar yaitu sebanyak 69 mahasiswa (98,6%) dan yang terkecil adalah tidak tahu yaitu 1 mahasiswa (1,4%).

8. Dampak Merokok

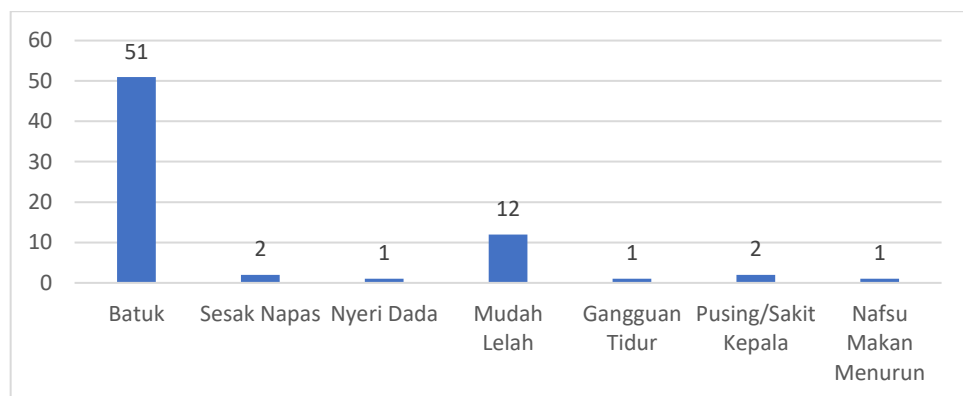
Dampak merokok yang dirasakan mahasiswa/i program studi DIII Sanitasi tahun 2026 dapat dilihat pada tabel 9

Tabel 9

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dampak Merokok Yang Dirasakan Mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi Tahun 2026

No	Dampak Rokok	Jumlah	%
1	Batuk	51	73
2	Sesak Napas	2	3
3	Nyeri Dada	1	1
4	Mudah Lelah	12	17
5	Gangguan Tidur	1	1
6	Pusing/Sakit Kepala	2	3
7	Nafsu Makan Menurun	1	1
Total		70	100

Sumber : Data Primer 2026



Gambar 9. Dampak merokok yang dirasakan mahasiswa/i Program Studi DIII Sanitasi

Tabel dan gambar 9 menunjukkan dampak rokok yang paling banyak dirasakan mahasiswa/i prodi DIII Sanitasi adalah batuk yaitu sebanyak 51 mahasiswa (73%) dan yang terendah adalah nyeri dada dan nafsu makan menurun masing-masing 1 mahasiswa (1,4%).

C. Pembahasan

1. Gender

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kebiasaan merokok lebih dominan dilakukan oleh laki-laki dibandingkan perempuan. Hal ini disebabkan oleh faktor sosial budaya yang cenderung menerima laki-laki sebagai perokok. Selain itu, laki-laki lebih sering terlibat dalam lingkungan pergaulan yang mendukung kebiasaan merokok ditambah dengan kondisi seperti stres atau tekanan emosi.

Hal ini sesuai dengan pendapat (Andreani et al., 2020) yang menyatakan bahwa alasan remaja laki-laki mulai merokok disebabkan oleh faktor psikologis seperti stres yang didukung dengan kondisi lingkungan hingga teman sebaya yang menjadi pemicu untuk mengonsumsi rokok. Kondisi ini membuat adanya perspektif bahwa dengan merokok mahasiswa dapat diterima dalam kelompok pertemanan tertentu sebagai bentuk penyesuaian diri.

Mengonsumsi rokok secara terus menerus juga dapat menyebabkan berbagai penyakit seperti kanker, infeksi pita suara maupun bronkus dan juga dapat menyebabkan penyakit lainnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Arlin Adam, Munadhir 2018) bahwa kaum perempuan lebih berpotensi terkena dampak rokok dibandingkan laki-laki, hal ini dikarenakan rokok dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan terkhususnya berkaitan dengan kesehatan reproduksi hingga keselamatan janin.

Sehingga diperlukan pengendalian yang berfokus pada pembentukan lingkungan terkhususnya lingkungan pergaulan yang sehat atau pembatasan aktivitas merokok di lingkungan pergaulan. Hal ini dilakukan untuk mengurangi adanya aktivitas merokok untuk menekan kebiasaan merokok di kalangan mahasiswa.

2. Usia Awal Merokok

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mulai menghisap rokok ketika memasuki usia dewasa (>19 tahun), tetapi masih terdapat beberapa mahasiswa yang mengkonsumsi rokok pada usia remaja. Kondisi ini menggambarkan perilaku merokok dimulai sejak dini, terutama apabila mahasiswa memiliki anggota keluarga seperti ayah, ibu, hingga saudara dan teman sebaya yang merokok. Sebagian besar mahasiswa mengatakan bahwa mereka cenderung mengkonsumsi rokok konvensional tetapi ada juga yang mengkonsumsi rokok elektrik bahkan keduanya, serta jangka waktu untuk menghisap rokok paling banyak kisaran kurang dari dua tahun, sementara gejala paling umum dirasakan adalah batuk. Beberapa mahasiswa ingin berhenti merokok karena alasan pribadi tetapi ada yang tidak ingin berhenti karena menganggap bahwa rokok adalah pelarian terbaik untuk mengurangi stres.

Kondisi ini didukung dengan pendapat dari (Tengko.R.P.M, Ndun. H.J.N, 2025) yang menyatakan bahwa usia awal seorang merokok dimulai dari 16-24 tahun dimana hal ini dipengaruhi oleh rasa ingin tahu, ajakan teman hingga menganggap bahwa rokok merupakan tanda kedewasaan.

Selain itu pada usia seperti ini mahasiswa sedang berada pada fase pencarian jati diri yang menyebabkan mudahnya terpengaruh dengan lingkungan sosial terutama dari teman sebaya. Kondisi seperti ini menjadi pemicu adanya rasa untuk mencoba hal baru seperti mengkonsumsi rokok.

Merokok berdampak besar terhadap kesehatan terutama apabila dimulai dari usia muda. Menurut (Agus Alamsyah, Christine Vita Gloria Purba, Bintan Najihan, Gusti Shanti Pratiwi, Audya Fitri Handayani, Sofiya, 2023) siswa yang mulai merokok di usia remaja dan tetap mempertahankan kebiasaan merokok hingga dewasa berisiko meninggal pada usia paruh baya dikarenakan tembakau yang dapat mengganggu keseimbangan tubuh.

Cara mengatasi masalah ini adalah meningkatkan pengawasan sejak usia remaja dan penguatan kontrol diri agar orang tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar serta perlunya pengendalian lingkungan untuk mengurangi paparan tersebut. Selain itu diperlukan penanggulangan sejak dini seperti edukasi bahkan pengawasan keluarga untuk mencegah timbulnya kebiasaan merokok.

3. Biaya Merokok

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar mahasiswa menghabiskan uang kurang dari 10 ribu setiap hari untuk mengkonsumsi rokok dengan menghabiskan 1 sampai 7 batang per hari, hal ini dikarenakan dari pembelian rokok yang dilakukan secara eceran. Jika dihitung pengeluarannya maka mahasiswa mengeluarkan uang Rp 300.000 setiap bulan untuk membeli rokok dan sebagian besar mahasiswa mengatakan

bahwa sumber utama uang yang digunakan untuk membeli rokok berasal dari uang saku orang tua dan ketika tidak memiliki rokok maka mahasiswa memperolehnya dari teman. Selain itu, responden cenderung mengkonsumsi rokok setiap ada kesempatan, bahkan sebagian besar mengkonsumsinya setiap hari.

Kondisi ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Marhaeni.Z.A,2024) yang mengatakan bahwa rata-rata remaja biasanya membeli rokok dengan kisaran harga kurang dari 20 ribu dan pembelian dilakukan secara eceran untuk mendapatkan harga yang terjangkau. Kondisi ini menunjukkan adanya kemudahan akses terhadap rokok sehingga membuat mahasiswa tetap mengkonsumsi rokok dan akan berdampak pada kondisi ekonomi serta aktivitas perkuliahan baik dari segi akademik maupun non akademik

Selain memberikan dampak terhadap kesehatan rokok juga memberikan dampak terhadap aspek ekonomi Menurut (Mei Handriati Setiyani, 2023) kebiasaan merokok dapat mempengaruhi tingkat kemiskinan di Indonesia. Hal ini dikarenakan masyarakat Indonesia lebih banyak mengeluarkan biaya untuk membeli rokok dibandingkan untuk pendidikan dan kesehatan.

Dengan ketersediaan rokok yang mudah diakses membuat mahasiswa lebih mudah membeli rokok sehingga perlu adanya pembatasan penjualan rokok secara eceran. Sehingga diperlukan upaya pembatasan penjualan rokok secara eceran untuk meminimalkan pembelian rokok di kalangan mahasiswa.

4. Tanggapan Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian mahasiswa mengatakan bahwa keluarga mereka memberikan teguran/nasehat atas kebiasaan merokok responden dimana hal ini menunjukkan bahwa keluarga menjadi kontrol dalam perilaku individu. Keluarga juga menyikapi kebiasaan merokok dengan cara ditegur dan biasanya diberikan oleh ibu sehingga sebagian besar mahasiswa merasa teguran tersebut cukup berpengaruh terhadap kebiasaan merokok bahkan keluarga juga pernah melarang untuk merokok. Meskipun demikian, mahasiswa tetap mengkonsumsi rokok dikarenakan keinginan dan rasa ingin tahu yang lebih tinggi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Rusma.A&, Nuddin, A,2020) mengemukakan bahwa di kalangan mahasiswa sifat menentang keinginan yang tinggi dapat menjadi faktor pemicu mencoba hal baru seperti rokok. Kondisi ini dikarenakan rasa ingin tahu yang tinggi serta keinginan untuk menunjukkan kemandirian serta kebebasan mengambil keputusan. Ditambah dengan lingkungan pergaulan yang mendorong adanya perilaku merokok membuat mahasiswa mudah terpapar dan terdorong untuk mengkonsumsi rokok sebagai bentuk mengekspresikan diri.

Oleh sebab itu diperlukan adanya pengawasan dan pembatasan aktivitas merokok terkhususnya di dalam rumah agar meminimalkan paparan asap. Upaya ini dilakukan mencegah timbulnya penyakit berbasis lingkungan akibat pencemaran udara di dalam ruangan.

5. Respon orang tua

Berdasarkan hasil penelitian mahasiswa mengatakan bahwa orang tua mereka tidak membiarkan mereka mengonsumsi rokok. Tetapi sebagian dari mereka tidak tahu alasan utama orang tua mereka membiarkan mereka mengonsumsi rokok. Mahasiswa mengatakan bahwa mereka lebih cenderung mengurangi rokok ketika mendapat larangan dari orang tua. Kondisi ini menunjukkan bahwa kontrol orang tua memiliki pengaruh terhadap perilaku merokok.

Menurut (Panjaitan.L, Ginting, A.A. Y, 2025) ketersediaan rokok menjadi faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok, hal ini dikarenakan rokok mudah didapat di lingkungan sekitar seperti sekolah, warung dan kantin. Selain itu dengan tidak adanya pembatasan usia membuat rokok mudah diperoleh hal ini menjadi faktor pendorong bagi responden untuk tetap merokok meskipun mendapat larangan dari orang tua. Hal ini menjadi faktor yang mendorong mahasiswa untuk tetap mengonsumsi rokok.

Oleh sebab itu dengan meningkatkan aktivitas positif seperti olahraga dan dukungan sosial yang positif dapat meningkatkan perilaku sehat sehingga kebiasaan merokok dapat dikurangi. Selain itu dengan kondisi lingkungan sosial yang mendukung menjadi peranan penting dalam merubah perilaku sehingga kebiasaan mengonsumsi rokok dapat dikurangi.

6. Faktor Penyebab Kebiasaan Merokok

Berdasarkan hasil penelitian faktor utama yang membuat mahasiswa merokok adalah pengaruh teman dan dari hal ini membuat mereka sulit untuk berhenti mengkonsumsi rokok. Ditambah dengan pandangan mereka bahwa responden merasa lebih terlihat dewasa ketika mengkonsumsi rokok. Selain itu responden mengatakan alasan mahasiswa mengkonsumsi rokok adalah untuk mengurangi stres dan mereka menganggap bahwa biasanya seseorang mengkonsumsi rokok dikarenakan faktor ikut-ikutan.

Menurut (Rusma.A & , Nuddin,A, 2020) sifat menentang keinginan yang tinggi di kalangan mahasiswa menjadi faktor pemicu untuk mencoba hal baru seperti rokok. Ditambah dengan dukungan pergaulan dan rasa ingin tahu menjadi faktor pendorong dalam mengkonsumsi rokok.

Pola seperti ini dapat berdampak pada kebiasaan merokok. Menurut (Sylvanita Hanifah, 2024) walaupun perilaku merokok dimulai dari rasa ingin tahu untuk mencoba dan apabila dilakukan berulang akan menyebabkan kecanduan. Kondisi ini berpotensi menimbulkan gangguan kesehatan di kemudian hari.

Sehingga perlu adanya peningkatan kesadaran diri mengenai bahaya rokok dan mengembangkan kebiasaan positif untuk mengurangi konsumsi rokok. Responden juga berpesan kepada orang lain agar untuk mengurangi rokok sebaiknya didasari oleh kemauan diri sendiri, serta menggabungkan diri ke kegiatan yang lebih positif seperti berolahraga, mendekati diri kepada Tuhan, mencari kesibukan, ataupun menggunakan uang untuk

konsumsi rokok ke hal yang lebih bermanfaat agar tidak mudah terpengaruh dengan lingkungan sekitar.

7. Pengetahuan Dampak Rokok

Berdasarkan hasil penelitian mahasiswa mengatakan bahwa mereka mengetahui dampak rokok bagi kesehatan seperti kanker paru-paru, penyakit jantung, gangguan pernapasan, hingga gangguan pada mulut dan gigi. Mahasiswa juga menyadari bahwa rokok dapat membahayakan orang di sekitar mereka bahkan dapat menimbulkan efek pada usia tua tetapi mereka tetap mengkonsumsi rokok.

Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa mengetahui dampak rokok terhadap pribadi maupun orang lain. Namun, dengan kebiasaan dan lingkungan yang mendorong adanya aktivitas merokok membuat mahasiswa tetap mengkonsumsi rokok. Menurut (Subang.A.2025:4) walaupun seseorang mengetahui bahaya rokok, namun zat adiktif di dalam rokok menyebabkan ketergantungan sehingga seorang perokok sulit untuk berhenti mengkonsumsi rokok.

Karena adanya kesenjangan terhadap pengetahuan dan tindakan memicu adanya dampak pada kebiasaan merokok yang dilakukan secara terus-menerus sehingga dapat menimbulkan ketergantungan. Menurut (Eka Cahyani, Irgi Ariyani, Nur Anisa, 2025) walaupun mengetahui namun, kesenjangan antara kesadaran dan tindakan akan tetap terjadi kondisi ini dikarenakan ketertarikan emosional dan ketergantungan ringan.

Sehingga perlunya kesadaran diri dan pembentukan kebiasaan baru yang lebih sehat. Mahasiswa juga berpesan kepada generasi mendatang untuk tidak merokok karena dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Selain itu mahasiswa juga menekankan agar rokok tidak dijadikan sebagai pelarian ketika menghadapi masalah.

8. Dampak Merokok

Berdasarkan hasil penelitian mahasiswa mengatakan bahwa dampak yang paling sering dirasakan oleh responden adalah batuk serta mudah lelah dan gangguan lainnya. Beberapa mahasiswa memiliki keinginan untuk berhenti merokok tetapi beberapa diantaranya tidak berkeinginan untuk berhenti merokok. Hal ini dikarenakan oleh zat berbahaya yang ada pada rokok menyebabkan iritasi pada saluran pernapasan.

Kondisi ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Salsabila.A, 2021) dimana ia menyatakan bahwa perokok ringan hingga perokok sedang biasanya mengalami gangguan pernapasan seperti batuk, iritasi tenggorokan. Selain itu menurut (Christine J K Ekawati, 2022) , paparan asap rokok menjadi salah satu faktor terjadinya penyakit TBC. (Putra,dkk. 2021) beranggapan bahwa asap dari rokok atau vape dapat menyebabkan kerusakan silia sehingga dapat mengganggu fungsi dari paru-paru dan mempermudah mikroorganisme seperti *Mycrobacterium tuberculosis* untuk berkembang dan menyebabkan infeksi TBC.

Kondisi akan berdampak pada peningkatan kasus kesehatan yang lebih konis karena dari gejala ringan seperti batuk akan dapat berkembang

menjadi gejala sedang bahkan akan menuju ke gejala yang berat apabila kebiasaan merokok terus berlanjut. Apalagi merokok pada ruangan tertutup maka akan dapat menyebabkan dampak yang lebih besar karena tidak hanya diri sendiri melainkan bagi orang di sekitar.

Oleh sebab itu diperlukan kontrol diri untuk membatasi konsumsi rokok per hari untuk mengurangi ketergantungan serta mengganti kebiasaan merokok ke hal yang positif atau mencoba alternatif lain seperti mengunyah permen sebagai pengganti rokok. Penguatan kontrol diri juga menjadi acuan kuat agar dapat mengurangi konsumsi rokok.