

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA MAHASISWA

¹Puan Aisyah Maharani, ²Linda Aryani

^{1,2}Program Studi Ilmu Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: puanaisyah63@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku merokok berdampak negatif bagi kehidupan perokok itu sendiri maupun orang-orang di sekitarnya yang terpapar asap rokok. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara tingkat stres dan perilaku merokok pada mahasiswa di sebuah universitas negeri di kota Pekanbaru. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 241 mahasiswa yang berusia 18–24 tahun, berjenis kelamin laki-laki, dan merupakan perokok aktif. Responden mengisi Skala *Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang dikembangkan oleh Cohen et al., *The Brief Self-Control Scale* (BSCS) yang dioperasionalkan oleh De Ridder et al., serta skala perilaku merokok yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Leventhal & Cleary. Analisis regresi linear berganda digunakan untuk memperkirakan hubungan antara tingkat stres dan kontrol diri dengan perilaku merokok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri dan tingkat stres secara simultan berpengaruh signifikan terhadap perilaku merokok. Lebih lanjut, tingkat stres dan kontrol diri secara simultan memberikan pengaruh sebesar 9,1% terhadap perilaku merokok, sementara 91,9% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini. Secara parsial, tingkat stres memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap perilaku merokok, sedangkan kontrol diri memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap perilaku merokok. Implikasi dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tambahan mengenai bagaimana tingkat stres dan kontrol diri menjadi faktor yang dapat menjelaskan perilaku merokok pada mahasiswa.

Kata kunci: Perilaku merokok, tingkat stres, kontrol diri, mahasiswa.

ABSTRACT

Smoking behavior has a negative impact on both the smoker's life and the people around them who are exposed to cigarette smoke. This study aims to examine the relationship between stress levels and smoking behavior among students at a state university in Pekanbaru. The sampling technique used was purposive sampling, with a total of 241 male students aged 18–24 years who were active smokers. Respondents completed the Perceived Stress Scale (PSS-10) developed by Cohen et al., the Brief Self-Control Scale (BSCS) operationalized by De Ridder et al., and a smoking behavior scale developed by the researcher based on the theory of Leventhal & Cleary. Multiple linear regression analysis was used to estimate the relationship between stress levels and self-control with smoking behavior. The results showed that self-control and stress levels simultaneously had a significant effect on smoking behavior. Furthermore, stress levels and self-control jointly contributed 9.1% to smoking behavior, while the remaining 91.9% was influenced by other variables not examined in this study. Partially, stress levels had a significant positive effect on smoking behavior, while self-control had a significant negative effect. The implications of this study are expected to provide additional insights into how stress levels and self-control serve as contributing factors in explaining smoking behavior among university students.

Keywords: Smoking behavior, stress levels, self-control, student.

Pendahuluan

Perilaku merokok di Indonesia masih menjadi salah satu tantangan besar dalam bidang kesehatan masyarakat. Rokok dikonsumsi oleh berbagai kalangan, baik pria maupun wanita, dari berbagai kelompok usia (Irdhansyah, 2024). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat bahwa jumlah perokok aktif di Indonesia mencapai sekitar 7 juta jiwa (Rokom, 2024). Berdasarkan jenis kelamin, prevalensi merokok pada laki-laki jauh lebih tinggi dibandingkan perempuan, yakni sebesar 56,36% untuk laki-laki dan hanya 1,06% untuk Perempuan (Rizaty, 2023). Bahkan, menurut *World Population Review*, Indonesia menduduki peringkat tertinggi di dunia dalam hal persentase perokok laki-laki, yaitu sebesar 70,5% (Rainer, 2024).

Prevalensi merokok di Indonesia terus meningkat, terutama pada kelompok usia muda (World Health Organization, 2020). Berdasarkan data *Global Youth Tobacco Survey* (GYTS) pada 2019, prevalensi perokok pada anak sekolah usia 13-15 tahun mengalami kenaikan dari 18,3% pada tahun 2016 menjadi 19,2% pada tahun 2019 (Rokom, 2024). Lebih lanjut, data SKI 2023 menunjukkan bahwa kelompok usia 15-19 tahun merupakan kelompok perokok terbanyak (56,5%), diikuti usia 10-14 tahun (18,4%) (Rokom, 2024). Fenomena serupa juga terjadi di provinsi Riau, jumlah perokok remaja di provinsi ini cukup tinggi dengan rata-rata jumlah rokok yang dihisap sebanyak 16 batang per hari (Rahmawati & Raudatussalamah, 2020). Di Kota Pekanbaru, berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru Provinsi Riau tahun 2020, 62% individu di kota Pekanbaru mulai merokok pada usia 16-18 tahun (Febriani et al., 2022).

Menurut Leventhal & Clearly (dalam Rahmawati & Raudatussalamah, 2020), definisi dari perilaku merokok ialah aktivitas membakar rokok, lalu menghisap dan menghembuskan asapnya keluar hingga terhirup oleh orang sekitar. Menurut Leventhal & Clearly (1980), terdapat 4 aspek perilaku merokok. Pertama ialah fungsi merokok; Individu yang menjadikan rokok sebagai penghibur dalam kehidupan sehari-harinya, mengindikasikan bahwa merokok memiliki peran penting dalam kehidupannya (Rahmawati & Raudatussalamah, 2020). Selain itu, fungsi merokok juga dapat dilihat dari perasaan yang dialami oleh individu yang merokok, seperti perasaan yang positif maupun negatif (Rahmawati & Raudatussalamah, 2020). Aspek selanjutnya ialah tempat merokok; Leventhal & Clearly (1980) menyatakan bahwa individu yang merokok dimana saja (termasuk di *no smoking area*), mengindikasikan perilaku merokok yang sangat tinggi. Aspek berikutnya ialah intensitas merokok; Semakin banyak jumlah rokok yang dihisap, maka semakin tinggi pula perilaku merokoknya (Leventhal & Clearly, 1980). Aspek terakhir ialah waktu merokok; seseorang yang merokok di setiap waktu (baik pagi,

siang, sore, ataupun malam) mengindikasikan tingginya perilaku merokok yang ia miliki (Leventhal & Clearly, 1980).

Merokok tentu saja akan memberikan dampak bagi individu yang menggunakannya, dan dampak tersebut lebih dominan ke arah negatif, baik secara fisiologis, sosial, ekonomi, maupun psikologis. Dampak ini sangat relevan untuk diperhatikan dalam konteks mahasiswa, yang berada dalam masa transisi perkembangan dari remaja menuju dewasa. Secara fisiologis, kebiasaan merokok yang dimulai sejak usia muda seperti masa kuliah berpotensi menimbulkan penyakit jangka panjang seperti kanker paru-paru, penyakit jantung, stroke, hingga diabetes tipe 2 (Better Health, 2019). Bahkan rokok telah membunuh lebih dari 8 juta jiwa setiap tahunnya (WHO, 2023). Dalam lingkungan kampus, dampak sosial juga muncul, karena mahasiswa perokok berisiko membahayakan teman-teman sekitarnya sebagai perokok pasif, yang justru lebih rentan mengalami gangguan kesehatan akibat paparan asap rokok (Sarafino 2011 dalam Andrayani et al., 2024). Dari segi ekonomi, mahasiswa yang masih bergantung pada kiriman orang tua atau sumber keuangan terbatas justru harus mengalokasikan dana untuk membeli rokok, yang sejatinya merupakan pengeluaran tidak produktif (Yudho, 2024). Hal ini tentu dapat berdampak pada kemampuan mereka memenuhi kebutuhan akademik dan pribadi lainnya. Sementara itu, secara psikologis, ketergantungan pada nikotin dapat mempengaruhi fungsi kognitif, emosional, dan perilaku mahasiswa.

Meski dampak merokok sudah disampaikan melalui bungkus rokok, iklan, serta diketahui banyak orang, masih banyak perokok yang menolak untuk berhenti merokok, tidak terkecuali mahasiswa. Fenomena ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya tingkat stres yang berat, dan kontrol diri yang rendah.

Mahasiswa sebagai kelompok dewasa muda berada pada fase perkembangan yang memiliki kerentanan untuk melakukan perilaku berisiko termasuk perilaku merokok (Sinaga & Savira, 2024). Masa perkuliahan sering kali disertai dengan berbagai tuntutan akademik, sosial, dan personal yang dapat memicu stres. Dalam kondisi stres, sebagian mahasiswa memilih merokok sebagai bentuk mekanisme koping yang dianggap mampu meredakan ketegangan. Penelitian terdahulu (Marcus & Artawan, 2021; Susanti, 2022) menunjukkan adanya hubungan antara tingkat stres dengan peningkatan perilaku merokok, di mana individu yang mengalami stres cenderung lebih sering atau lebih banyak mengonsumsi rokok. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku merokok bukan semata kebiasaan, melainkan juga dapat terkait erat dengan kondisi psikologis.

Stres merupakan hasil penilaian dan respons individu terhadap suatu situasi atau peristiwa tertentu (Cohen et al., 1983). Menurut Cohen et al., (1983) stres terdiri dari 3 aspek. Aspek pertama ialah *Unpredictability*; aspek ini dapat menimbulkan gejala

berupa kewaspadaan dan kecemasan konstan, serta rasa gelisah. Aspek kedua ialah *Uncontrollability*; aspek ini dapat menimbulkan gejala berupa rasa ketidakberdayaan dan perasaan putus asa. Aspek terakhir ialah *Overloading*, yang dapat menimbulkan gejala fisik dan psikologis, seperti kelelahan, kecemasan, dan depresi. Gejala yang ditimbulkan oleh tiap aspek stres tadi dapat berkontribusi dalam naik-turunnya tingkat stres individu.

Selain faktor stres, kontrol diri merupakan aspek penting yang turut memengaruhi perilaku merokok. Individu dengan kontrol diri yang baik umumnya mampu menahan dorongan untuk melakukan kebiasaan yang berisiko, termasuk merokok. Sebaliknya, rendahnya kontrol diri dapat mendorong seseorang untuk lebih mudah terlibat dalam perilaku adiktif. Beberapa penelitian terdahulu (Runtukahu et al., 2015; Paramitha & Hamdan, 2021) melaporkan bahwa kontrol diri berperan sebagai prediktor negatif terhadap perilaku merokok. Artinya, semakin rendah kontrol diri seseorang, semakin tinggi kemungkinan individu tersebut untuk merokok. Dengan demikian, kontrol diri dapat dipandang sebagai faktor pelindung yang mengurangi kecenderungan seseorang dalam mengembangkan kebiasaan merokok.

Menurut De Ridder et al. (dalam Afifah & Pratama, 2024) Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan dari dalam diri individu sehingga mampu membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif sesuai dengan standar idealnya. Menurut De Ridder et al. (2012), kontrol diri terdiri dari 2 dimensi. Dimensi pertama ialah inhibisi; dimensi ini mengacu pada kemampuan individu untuk menahan diri dari godaan impuls (Felisia & Wijaya, 2022). Dengan inhibisi yang baik, individu tidak mudah tergoda untuk melakukan hal-hal yang akan merugikan dirinya. Dimensi kedua ialah inisiasi, yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk memulai tindakan dengan orientasi jangka Panjang (Fellisia & Wijaya, 2022). Dengan adanya inisiasi, individu diharapkan akan lebih mudah untuk meraih tujuannya karena dalam meraih tujuan membutuhkan keberanian untuk mengambil langkah awal serta harus ada pengendalian diri agar tidak berpaling dari tujuan awal yang telah ditetapkan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana tingkat stres dan kontrol diri secara simultan maupun parsial berpengaruh terhadap perilaku merokok pada mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian psikologi mengenai faktor psikologis yang terkait dengan perilaku merokok, serta memberikan implikasi praktis dalam upaya pencegahan dan intervensi perilaku merokok di kalangan mahasiswa.

Metode

Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa pada sebuah universitas negeri di kota Pekanbaru yang berjenis kelamin laki-laki, berusia 18-24 tahun, dan merupakan

perokok aktif. Sampel ditarik menggunakan tabel Isaac dan Michael (dalam Machali, 2021), sehingga diperoleh jumlah sampel yang akan diambil berjumlah 234 mahasiswa. Teknik pengumpulan data menggunakan tiga skala. Skala pertama ialah skala perilaku merokok yang peneliti susun berdasarkan aspek-aspek perilaku merokok yang dikemukakan oleh Leventhal & Clearly (1980), yang aspek-aspeknya itu terdiri dari fungsi merokok, intensitas merokok, tempat merokok, dan waktu merokok. Skala kedua adalah *Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang di kemukakan oleh Cohen et al., (1983). Skala ini terdiri dari tiga aspek yakni *uncontrolability*, *unpredictability*, dan *overloading*. Skala terakhir ialah *The Brief Self Control Scale* (BSCS) yang di operasionalisasikan oleh De Ridder et al., (2012). Skala ini terdiri dari 2 dimensi yakni inhibisi dan inisiasi. Reliabilitas skala perilaku merokok ialah 0,939, reliabilitas skala PSS-10 ialah 0,867 dan reliabilitas skala BSCS ialah 0,868. Teknik analisis data menggunakan regresi linear berganda.

Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan nilai F sebesar 11,869 dengan signifikansi kurang dari 0,001 yang artinya model regresi ini signifikan secara keseluruhan. Ini menunjukkan bahwa tingkat stres dan kontrol diri secara bersama-sama berpengaruh terhadap perilaku merokok. Nilai R^2 sebesar 0,091 berarti bahwa 9,1% variasi perilaku merokok dijelaskan oleh tingkat stres dan kontrol diri, sementara sisanya (90,9%) dipengaruhi oleh faktor lain di luar model ini. Menurut Dahlan (2010), nilai R^2 ini tergolong sangat lemah.

Secara parsial, tingkat stres berpengaruh signifikan terhadap perilaku merokok karena nilai signifikansinya $<0,001$. Begitu juga dengan kontrol diri, yang signifikan dengan nilai signifikansi 0,005. Namun, nilai standar beta menunjukkan bahwa tingkat stres memiliki pengaruh lebih besar dibandingkan kontrol diri terhadap perilaku merokok. Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 70,913 + 0,241(X_1) - 0,393(X_2)$. Artinya, jika tidak ada stres dan kontrol diri (X_1 dan $X_2 = 0$), maka nilai perilaku merokok adalah 70,913. Jika tingkat stres meningkat 1 poin, maka perilaku merokok naik sebesar 0,241 poin. Sebaliknya, jika kontrol diri meningkat 1 poin, maka perilaku merokok menurun sebesar 0,393 poin.

Tabel 1. Kategorisasi Tingkat Stres

Kriteria	Norma	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	$X < 20-6,6$	0	0
	$X < 13,4$		
Sedang	$20-6,6 \leq X < 20+6,6$	14	6
	$13,4 \leq X < 26,6$		

Berat	$20+6,6 \leq X$ $26,6 \leq X$	227	94
-------	----------------------------------	-----	----

Sumber: Data diolah (Peneliti, 2025)

Berdasarkan hasil kategorisasi, dapat dilihat bahwa dari 241 subjek, 6% termasuk ke dalam kategori sedang dan 94% termasuk ke dalam kategori berat. Dalam kata lain, mayoritas responden berada dalam kategori Tingkat stres yang berat. Jika ditinjau dari aspek stres menurut Cohen et al. (1983), hal ini mengindikasikan bahwa responden cenderung merasakan tuntutan lingkungan yang melebihi kemampuan mereka untuk menghadapinya. Subjek mungkin merasa kewalahan oleh tekanan akademik, sosial, atau pribadi yang ada.

Lebih lanjut berdasarkan hasil kategorisasi variabel kontrol diri, 94% subjek memiliki Tingkat kontrol diri yang tergolong sedang dan 6% memiliki kontrol diri tinggi. Mayoritas subjek memiliki kontrol diri yang sedang. Apabila ditinjau dari teori De Ridder et al. (2012), kontrol diri dalam kategori sedang mencerminkan kemampuan individu untuk mengatur pikiran, emosi, dan perilaku yang tidak sepenuhnya optimal tetapi juga tidak sepenuhnya buruk, artinya masih ada ruang untuk peningkatan.

Tabel 2. Kategorisasi Kontrol Diri

Kriteria	Norma	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	$X < 21-4,6$ $X < 16,4$	0	0
Sedang	$21-4,6 \leq X < 21+4,6$ $16,4 \leq X < 25,6$	227	94
Berat	$21+4,6 \leq X$ $25,6 \leq X$	14	6

Sumber: Data diolah (Peneliti, 2025)

Berikutnya hasil kategorisasi variabel perilaku merokok menunjukkan bahwa 100% subjek memiliki perilaku merokok yang tinggi. Apabila ditinjau dari teori Leventhal & Clearly (1980), hal ini mencerminkan bahwa merokok telah menjadi bagian dari rutinitas subjek, baik dalam fungsi emosional, seperti mengatasi stres dan kecemasan, maupun sebagai kebiasaan sosial.

Tabel 3. Kategorisasi Perilaku Merokok

Kriteria	Norma	Frekuensi	Persentase (%)
----------	-------	-----------	----------------

Ringan	$X < 20-6,6$	0	0
	$X < 13,4$		
Sedang	$20-6,6 \leq X < 20+6,6$	14	6
	$13,4 \leq X < 26,6$		
Berat	$20+6,6 \leq X$	227	94
	$26,6 \leq X$		

Sumber: Data diolah (Peneliti, 2025)

Simpulan

Penelitian ini menemukan bahwa tingkat stres dan kontrol diri secara simultan memberikan pengaruh terhadap perilaku merokok, yang artinya hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Tingkat stres dan kontrol diri secara simultan memberikan pengaruh yang sangat lemah, yakni sebesar 9,1% terhadap perilaku merokok yang artinya 90,9% lainnya dapat dipengaruhi oleh faktor lain diluar model. Sebagai tambahan, hasil uji parsial menunjukkan bahwa variabel tingkat stres memiliki hubungan positif yang signifikan dengan variabel perilaku merokok, dan variabel kontrol diri secara parsial memberikan pengaruh negatif yang signifikan terhadap perilaku merokok. Artinya variabel tingkat stres dan variabel kontrol diri dapat berdiri sendiri dalam mempengaruhi perilaku merokok. Semakin berat tingkat stres dapat menyebabkan kenaikan pada perilaku merokok, dan semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki dapat menyebabkan penurunan pada perilaku merokok.

Referensi

- Afifah, K. N., & Pratama, M. (2024). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonis pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikologi, Keperawatan, dan Kebidanan*. (2) 1, 230-242.
- Andrayani, S., Sarah, S., Cahya, N. N., Rahmatillah, M., Pratama, M. F. J., Anastasya, Y. A., & Amalia, I. (2024). Psikoedukasi Pencegahan Perilaku Merokok; Kenali Resiko dan Dampaknya bagi Kesehatan Fisik dan Psikologis pada Remaja Akhir di Sma N 2 Dewantara. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS*, 2(3), 939-944.
- Better Health. (2019). Merokok-dampaknya pada tubuh anda. 30 September 2024. Diakses pada <https://www.betterhealth.vic.gov.au/>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stres. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396.
- De Ridder, D.T., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F.M., & Baumeister, R.F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review*, 16(1), 76–99. <http://dx.doi.org/10.1177/1088868311418749>

- Febriani, D. N., Amalia, R., Syukaisih, S., Maharani, R., & Alhidayati, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Ujungbatu Timur Kecamatan Ujungbatu Kabupaten Rokan Hulu. *Media Kesmas (Public Health Media)*, 2(1), 363-379. <https://doi.org/10.25311/kesmas.Vol2.Iss1.585>
- Fellisia, F., & Wijaya, E. (2022). Kontrol diri sebagai prediktor kepuasan hidup mahasiswa di masa pandemi covid-19. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(2), 421-429.
- Irdhansyah, T., (2024). Indonesia No 1 Negara dengan jumlah pria perokok rerbesar di dunia. Diakses pada <https://data.goodstats.id/> tanggal 30 September 2024.
- Leventhal, H., & Cleary, P. D. (1980). The smoking problem: a review of the research and theory in behavioral risk modification. *Psychological bulletin*, 88(2), 370.
- Machali, I. (2021). *Metode penelitian kuantitatif (panduan praktis merencanakan, melaksanakan, dan analisis dalam penelitian kuantitatif)*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Marcus, D. A., Sagita, S., & Artawan, I. M. (2021). Hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok pada mahasiswa fakultas teknik sipil univeristas nusa cendana . *Cendana Medical Journal*, 128-134.
- Paramitha, G. K., & Hamdan, S. R. (2021). Pengaruh Self-Control terhadap Perilaku Merokok Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 132-139.
- Rahmawati, Y., & Raudatussalamah, R. (2020). Perilaku merokok pada pelajar: peran orang tua dalam pengasuhan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(1), 20-28.
- Rainer, Pierre. (2024). Merokok Sampai Tua: Menelaah Data Seputar Perokok di Indonesia. Diakses pada <https://goodstats.id/article/merokok-sampai-tua-menelaah-data-seputar-perokok-di-indonesia-XLpEP> tanggal 11 Juni 2024.
- Rizaty, M. A. (2023). Data Presentase Perokok di Indonesia (2015-2023). Diakses pada <https://dataindonesia.id/kesehatan/detail/data-persentase-perokok-di-indonesia-20152023> tanggal 28 Desember 2023.
- Rokom. (2024) Perokok Aktif di Indonesia Tembus 70 Juta Orang, Mayoritas Anak Muda. Diakses pada <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/> tanggal 29 Mei 2024.
- Runtukahu, G. C., Sinolungan, J., & Opod, H. (2015). Hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok kalangan remaja di SMKN 1 bitung. *Jurnal e-Biomedik*, 3(1), 84-92.
- Sinaga, D. E., & Savira, S. I. (2024). Hubungan Health Belief Model dan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa. *INCARE, International Journal of Educational Resources*, 5(1), 089-102.
- Susanti, R. (2022). Hubungan tingkat stres dengan perilaku merokok pada siswa kelas xii jurusan otomotif di smk ibnu sina kota batam. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam*, 12(2).
- World Health Organization, (2023). Tobacco. Diakses pada <https://www.who.int/> tanggal 31 Juli 2024.

World Health Organization, (2020). WHO statement: a healthy and prosperous Indonesia through raised tobacco taxes and prices. Diakses pada <https://www.who.int/> tanggal 9 Oktober 2024.

Yudho, N. K., Rokok membuat hidup menjadi redup. Diakses pada <https://ayosehat.kemkes.go.id/> pad 28 Mei 2024.