

Jurnal Pengmas J-HICS: Pendekatan Holistik untuk Meningkatkan Motivasi Berhenti Merokok melalui Terapi CBT pada Siswa SMK PGRI Banyuwangi

^{a*}Fransiska Erna Damayanti, ^bBetty Erda Yoelianita, ^cRudiyanto, ^dSholihin, ^eErvia Toga, ^fErik Toga, ^gRifdatul Lafiya, ^hNinis Indriani

^{a*}-^fSekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi, Indonesia

Email: fransiska@stikesbanyuwangi.ac.id Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi, Indonesia

Nomer HP: 085729588725

Article Hystory

Received: 14-04-2025

Revised: 28-05-2025

Accepted: 24-09-2025

Kata kunci:

Terapi CBT, Remaja,
Rokok

Keywords:

CBT Therapy,
Teenagers, Cigarettes

Abtrak:

Latar Belakang: Penyimpangan perilaku pada siswa salah satunya adalah merokok yang berdampak terhadap kesehatan, sangat disayangkan meskipun mengerti akan dampak buruknya, namun rokok disalahgunakan sebagai penenang dan meningkatkan suasana hati, dari kebutuhannya itu terkait kurangnya motivasi berhenti merokok. Perilaku merokok bisa dikendalikan dengan adanya motivasi dari dalam diri sendiri untuk berhenti merokok. Upaya untuk meningkatkan motivasi berhenti merokok dan kesadaran akan bahaya merokok dengan memberikan terapi CBT tentang bahaya merokok. **Tujuan:** untuk memberikan motivasi terkait motivasi untuk berhenti merokok dengan terapi *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Pada Siswa SMK PGRI 2 Giri Banyuwangi **Metode:** Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode ceramah dan demonstrasi yang didukung oleh media seperti PowerPoint, video. **Hasil:** Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan dari hasil pre test dan post test dari skor rata-rata 72,25 menjadi 86,25. **Kesimpulan:** Terapi CBT ini diharapkan bisa digunakan bagi guru dan pengelola sekolah dalam upaya pengambilan keputusan atau kebijakan untuk meningkatkan program berhenti merokok pada siswa

Abstract:

Background: One of the behavioral deviations in students is smoking which has an impact on health, it is very unfortunate that even though they understand the bad effects, cigarettes are misused as a sedative and to improve mood, from the need for it related to the lack of motivation to stop smoking. Smoking behavior can be controlled by having motivation from within yourself to stop smoking. **Efforts** to increase motivation to stop smoking and awareness of the dangers of smoking by providing CBT therapy about the dangers of smoking. **Purpose:** to provide motivation related to motivation to stop smoking with Cognitive Behavioral Therapy (CBT) therapy for SMK PGRI 2 Giri Banyuwangi Students. **Method:** This community service activity uses lecture and

*demonstration methods supported by media such as PowerPoint, videos. **Results:** The results of this activity show an increase in knowledge from the results of the pre-test and post-test from an average score of 72.25 to 86.25. **Conclusion:** It is hoped that this CBT therapy can be used by teachers and school administrators in decision-making or policy-making efforts to improve smoking cessation programs for students.*

PENDAHULUAN

Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Masalah yang berkaitan dengan kesehatan salah satunya yaitu masalah rokok. Rokok adalah salah satu produk tembakau yang dimaksudkan untuk dibakar dan dihisap dan atau dihirup asapnya, termasuk rokok kretek, rokok putih, cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *nicotiana tabacum*, *nicotiana rustica* dan spesies lainnya atau sintetisnya yang asapnya mengandung nikotin dan tar, dengan atau tanpa bahan tambahan. Merokok memiliki dampak negatif yang membahayakan kesehatan bagi perokok aktif maupun perokok pasif (Departemen Kesehatan, 2020).

Usia remaja adalah usia pencarian jati diri dalam proses perkembangannya yang memiliki situasi psikologis perkembangan labil kondisi itu terkadang memunculkan perilaku-perilaku negatif salah satunya adalah perilaku merokok, orang yang sudah kecanduan merokok umumnya tidak dapat menahan keinginan untuk merokok dan cenderung lebih sensitif terhadap efek dari nikotin. Seorang perokok kemudian semakin meningkatkan konsumsi rokoknya saat tubuh perokok menginginkan nikotin. Rasa sensitif terhadap nikotin tersebut juga akan mempengaruhi otak. Apabila rokok dikonsumsi sejak usia dini akan berpengaruh terhadap fungsi otaknya. Jika perokok terus-menerus menghisap rokok, maka akan terjadi penumpukan nikotin di otak (Lina, 2020).

Menurut data WHO (2020) negara dengan jumlah perokok pada remaja didunia adalah Serbia yaitu 3,41% atau 35 juta orang merokok, Bulgaria 35% atau 2,2 juta remaja yang merokok, Yunani 44%, Rusia 38% atau 46,9 juta remaja yang merokok, Ukraina 12 juta penduduknya merokok dan Bosnia 1,2 juta remaja yang merokok. Konsumsi rokok dunia berdasarkan wilayah Asia Pasifik merupakan wilayah yang memiliki jumlah perokok pada remaja (56%), Eropa (24%), Amerika (11%), Mediteranaia dan Afrika (9%) serta menempatkan Indonesia sebagai Negara dengan jumlah perokok remaja terbanyak dari 10 Negara ASEAN (50,68%) diikuti dengan Negara Filipina (14,28%) dan Negara Vietnam (12,63%) The Southeast Asia Tobacco Control Alliance (SEATCA) menyebutkan bahwa jumlah remaja yang merokok di Asia tenggara tercatat sebanyak 121.156.804 jiwa (Rosad, 2020). Berdasarkan data RISKESDAS Tahun 2023 prevalensi perokok pada remaja di Indonesia cenderung mengalami peningkatan menjadi 9,1%, dari sebesar 7,2% di tahun 2020, dan 8,8% di tahun 2023. Di Provinsi Jawa Timur prevalensi merokok dari sebesar 28,9 pada tahun 2021 menjadi 28,11 di tahun 2023 dengan prevalensi per Kota/Kabupaten (Kementrian RI, 2022). Besarnya permasalahan merokok tersebut juga terlihat dari data (Dinas Kesehatan Banyuwangi, 2022), sebanyak 30 % pria yang merupakan perokok aktif. Kebiasaan merokok telah terbukti merupakan penyebab terhadap kurang lebih 25 jenis penyakit yang menyerang berbagai organ tubuh manusia. Penyakit-penyakit tersebut antara lain adalah kanker mulut, esophagus, faring, laring, paru,

pankreas, dan kandung kemih. Juga ditemukan penyakit paru obstruktif kronis dan berbagai penyakit paru lainnya, yaitu penyakit pembuluh darah (Rahmah, 2020).

Berdasarkan analisis kondisi mitra pada tanggal 08 Mei 2024 di SMK PGRI 2 Giri sudah dilakukan wawancara dari 10 siswa didapatkan data 100% perokok aktif namun 50% memiliki motivasi berhenti merokok. Perilaku merokok pada remaja dapat dilihat dari aspek kognitif, afektif/psikologis dan aspek lingkungan. Di Indonesia, beberapa penelitian menyebutkan faktor yang mempengaruhi remaja merokok dari aspek kognitif antara lain karena pengetahuan tentang bahaya merokok masih kurang, prestasi akademik yang buruk, memiliki orang tua yang merokok, rasa ingin tahu/mencoba-coba rasanya, ingin mendapat pengakuan dari teman karena merokok dianggap hal yang keren. Aspek lingkungan juga berperan penting dimana penyebab remaja perokok kebanyakan karena ajakan teman, ada anggota keluarga yang merokok, dan sangat mudah mendapatkan rokok ditempat tinggal dan di warung-warung Melda, (2020).

Perilaku merokok bisa dikendalikan dengan adanya motivasi dari dalam diri seseorang untuk berhenti merokok. Motivasi adalah salah satu aspek kunci utama bagi perokok tidak hanya untuk mengambil inisiatif untuk menghentikan kebiasaan merokok, tetapi juga untuk menjadi sukses dalam upaya tersebut, yang terpenting untuk mencoba memahami beberapa elemen yang mungkin berkontribusi dalam memotivasi perokok untuk mencari penghentian merokok dengan strategi pencegahan sekunder dan tersier. Sehingga motivasi berhenti merokok adalah niat dari dalam diri seorang perokok untuk memutuskan berhenti merokok. Motivasi berhenti merokok selain dorongan dari dalam diri sendiri juga datang dari dukungan orang tua, keluarga maupun teman sebaya. Perilaku merokok merupakan hak asasi manusia, namun merokok dapat merugikan kesehatan bagi perokok sendiri dan juga bagi orang yang ada di sekitarnya (perokok

pasif). Perokok pasif adalah orang yang menghirup asap rokok orang lain. Padahal perokok pasif mempunyai resiko tinggi bagi kesehatan sama halnya dengan perokok aktif (Rahayuningtyas, 2020). Upaya untuk meningkatkan motivasi berhenti merokok dan kesadaran akan bahaya merokok adalah memberikan Therapy CBT ini memungkinkan untuk meningkatkan motivasi siswa untuk berhenti merokok.

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) adalah pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan dengan cara melakukan restrukturisasi kognitif dan perilaku yang menyimpang. Pendekatan CBT didasarkan pada formulasi kognitif, keyakinan, dan strategi perilaku yang mengganggu. Dilihat dari pengertiannya tersebut maka diharapkan apabila *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) diterapkan pada anak didik yang bermasalah maka akan memperbaiki perilaku seorang anak didik yang bermasalah sehingga muncul perilaku yang tearah dan diharapkan. Therapy ini juga memberikan pengetahuan dan gambaran dampak dari bahaya merokok itu sendiri. Penggunaan terapi CBT sebagai salah satu intervensi menghentikan perilaku merokok pada remaja (Rahayuningtyas., 2020). Berdasarkan uraian diatas maka pengabdian tertarik untuk melakukan pengabdian di SMK PGRI 2 Giri Banyuwangi 2024 “ yang bertujuan: untuk memberikan motivasi terkait motivasi untuk berhenti merokok dengan terapi *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) Pada Siswa SMK PGRI 2 Giri Banyuwangi

METODE

Pengabdian masyarakat ini akan dilakukan selama 1 hari, peserta pengabdian masyarakat adalah 30 orang siswa SMK PGRI yang merokok. Metode yang digunakan dengan sebelum diberikan terapi CBT, remaja diminta untuk mengisi kuestioner motivasi sebelum berhenti merokok, dan setelah diberikan terapi akan diminta mengisi kuestioner post.

menggunakan lembar monitoring yang terdiri dari 50 tahapan.

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

1. Persiapan

- 1) Tim melakukan peninjauan lokasi atau survey untuk mengidentifikasi permasalahan dan kebutuhan dari mitra.
- 2) Permohonan ijin melakukan pengabdian masyarakat ke STIKES Banyuwangi
- 3) Pengurusan administrasi (surat menyurat)
- 4) Persiapan alat dan bahan serta akomodasi
- 5) Koordinasi dengan Kepala Sekolah dan Guru BK untuk menentukan sasaran, tempat dan waktu pelaksanaan pengabdian
- 6) Mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan seperti LCD, pengeras suara dan ruangan

2. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat "Motivasi berhenti Merokok dengan CBT"

Pengabdian masyarakat dengan tema "Pendekatan Holistik untuk Meningkatkan Motivasi Berhenti Merokok melalui Terapi CBT pada Siswa SMK PGRI Banyuwangi" dilaksanakan di Aula SMK PGRI Banyuwangi dengan susunan kegiatan sebagai berikut :

- 1) Registrasi, dan tensi
- 2) Pemberian kuesioner awal untuk mengetahui alasan merokok, dan keinginan untuk berhenti merokok
- 3) Pelaksanaan terapi CBT tentang Edukasi bahaya Rokok dan Motivasi berhenti merokok
- 4) Edukasi tentang bahaya Rokok serta motivasi untuk berhenti merokok

3. Penutupan

- 1) Siswa SMK diberikan kuesioner untuk mengetahui alasan siswa merokok
- 2) Pemberian souvenir
- 3) Foto bersama dengan tim
- 4) Berpamitan dengan Pihak Sekolah
- 5) Pembuatan laporan kegiatan pengabdian Masyarakat

HASIL

A. Data Umum

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Responden

No.	Usia	Jumlah	Presentase
1.	17 Tahun	17	56.1 %
2.	18 Tahun	11	36.3 %
3.	19 Tahun	2	7.6 %
	Total	30	100.0 %

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Merokok Responden

No.	Lama merokok	Jumlah	Presentase
1.	Baru mencoba	0	0.0%
2.	Kurang dari 1 tahun	0	0.0%
3.	Lebih dari 1 tahun	30	100.0%
	Total	30	100.0%

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Lingkungan Responden

No.	Informasi bahaya rokok	Jumlah	Presentase
1.	Keluarga	19	61.8 %
2.	Teman	4	11.2 %
3.	Masyarakat	7	27.0 %
	Total	30	100.0 %

Tabel 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Berapa Batang Perhari Responden

No.	Berapa batang perhari	Jumlah	Presentase
1.	2 batang perhari	9	29.7 %
2.	3 batang perhari	10	33.0 %
3.	1 bungkus perhari	11	37.3 %
	Total	30	100.0 %

Tabel 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Motivasi Berhenti Merokok

No.	Keinginan berhenti merokok	Jumlah	Presentase
1.	Keinginan	19	62.7%
2.	Ketertarikan	5	16.5%
3.	Upaya	6	20.8%
	Total	30	100.0%

B. Data Khusus

Tabel 8 Data Motivasi Berhenti Merokok Sebelum Intervensi CBT

No.	Variabel	Frekuensi	Presentase
1.	Motivasi tinggi	4	13.2 %
2.	Motivasi rendah	26	86.8 %
	Total	30	100.0 %

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan Terapi CBT, mayoritas siswa lebih dari setengahnya dengan jumlah 26 responden (86.8%) didapatkan motivasi berhenti merokok dalam kategori rendah

Tabel 9 Data Motivasi Berhenti Merokok setelah Intervensi CBT

No.	Variabel	Frekuensi	Presentase
1	Motivasi tinggi	28	92.4 %
2.	Motivasi rendah	2	7.6 %
	Total	30	100.0 %

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa setelah dilakukan Terapi CBT lebih dari setengahnya siswa dengan jumlah 28 responden (92.4%) dengan motivasi kategori tinggi.

Dokumentasi kegiatan



Gambar 1 Edukasi tentang Bahaya Merokok



Gambar 2 Penyampaian Materi Tentang Motivasi berhenti merokok



Gambar 3 Pemutaran Video Bahaya Rokok dan dampaknya



Gambar 4 Foto Bersama

PEMBAHASAN

Tingkat Motivasi Siswa Sebelum Dilakukan Terapi CBT pada Siswa SMK PGRI 2 Giri Tahun 2024.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan Terapi CBT mayoritas siswa lebih dari setengahnya dengan jumlah 26 responden (86.8%) didapatkan motivasi berhenti merokok dalam kategori rendah. Motivasi dalam kategori rendah adalah pada keadaan di mana seseorang memiliki sedikit atau tidak ada dorongan untuk mengambil tindakan atau berpartisipasi dalam suatu kegiatan seperti terapi CBT. Motivasi rendah untuk berhenti merokok bila responden dapat menjawab

Ditinjau dari usia berdasarkan tabel 1 maka menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya siswa dengan jumlah 17 responden (56.1%) dengan karakteristik masa remaja akhir. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Erik Erikson (2019) bahwa termasuk salah satu faktor karena masa remaja merupakan tahap perkembangan yang unik dimana mereka berusaha menemukan jati diri, remaja sering kali tidak sepenuhnya memahami atau peduli terhadap dampak jangka panjang. Selain usia, lama merokok juga dapat mempengaruhi tingkat motivasi. Berdasarkan tabel 2 diatas didapatkan bahwa keseluruhan yaitu 30 responden (100.0%) lama merokok lebih dari 1 tahun. Hasil penelitian ini sejalan dengan Prochaska & Diclemente (2020), dimana semakin lama seseorang merokok, mereka cenderung berada pada tahap *precontemplation* (tahap dimana seseorang 56 tidak sadar akan masalah atau belum merasa perlu untuk berubah) karena ketergantungan yang tinggi dan keyakinan bahwa perubahan sulit dilakukan. Seseorang yang sudah mengkonsumsi nikotin akan membuat kecanduan dan ketergantungan.

Efek candu akibat kandungan nikotin pada rokok membuat seseorang sulit untuk melepas kebiasaan merokok. Nikotin akan menempati reseptor alpha 4 beta 2 pada otak yang kemudian dapat merangsang pelepasan neurotransmitter dopamin pada

sistem saraf pusat. Dopamin merupakan hormon yang dapat menimbulkan rasa bahagia pada seseorang. Dampak buruknya, nikotin yang masuk dalam tubuh membuat terjadinya toleransi. Seseorang tidak lagi mampu mendapatkan kepuasan dari dosis yang biasanya dikonsumsi sehingga dosis yang dikonsumsi pun meningkat. Seseorang yang mengalami kecanduan nikotin biasanya akan merasa nyaman ketika merokok, merasa gelisah ketika belum merokok, mengeluarkan keringat ketika belum merokok, serta ingin menggunakan rokok secara terus-menerus.

Selain lama merokok, lingkungan juga mempengaruhi tingkat motivasi. Berdasarkan tabel 3 maka menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya siswa didapatkan dengan jumlah 23 responden (75.9%) dari pengaruh lingkungan teman. Hal ini sejalan dengan, Chairiyah et al (2022), lingkungan merupakan dimana seseorang memainkan peran penting dalam kemungkinan seseorang untuk berhenti merokok. Bau asap rokok orang lain dapat menyebabkan keinginan untuk merokok secara umum, yang berhubungan dengan kekambuhan. Sebaliknya, perokok yang kehilangan teman merokoknya cenderung berniat untuk berhenti, berupaya untuk berhenti. Meskipun berhenti merokok dikaitkan dengan berkurangnya kontak dengan perokok dari waktu ke waktu, secara keseluruhan hal ini tampaknya memperluas lingkaran pergaulan. Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat motivasi yaitu berapa batang perhari. Berdasarkan tabel 5 maka menunjukkan bahwa hampir setengahnya siswa didapatkan dengan jumlah 11 responden (37.3%) menghabiskan rokok 1 bungkus perhari. Hal ini sejalan dengan peneliti Nasution, (2020), penelitian ini menunjukkan bahwa semakin banyak seseorang merokok per hari, semakin besar ketergantungan nikotin yang mereka miliki.

Satu batang rokok mengandung kurang lebih 4000 jenis zat berbahaya, ada 400 jenis zat yang dikenali, dan lebihnya zat bersifat karsinogenik, satu diantaranya adalah zat nikotin yang menyebabkan

kecanduan. Jenis perokok dibagi menjadi perokok ringan jika menghisap 1 sampai 4 batang per hari, perokok sedang jika menghisap 5 sampai 14 batang per hari dan perokok berat jika menghisap lebih dari 15 batang perhari. Menurut hasil penelitian didapatkan bahwa, jika seseorang yang menjalani gaya hidup sehat dan tidak merokok bisa bertindak sebagai model peran yang memberi inspirasi, membuat individu merasa bahwa berhenti merokok dapat meningkatkan motivasi seseorang untuk menjalani terapi CBT.

Dalam teknik CBT teknik yang digunakan adalah bagaimana mengubah cara berpikir individu yang keliru dan menjadi suatu hal yang mengkhawatirkan. Sebagai contoh, pemikiran yang tidak tepat tersebut seperti berfikir bahwa seseorang tidak dihargai oleh kelompok tertentu sehingga membuat individu tersebut menjauhi kelompok yang belum tentu benar-benar tidak menghargainya. Dengan memberikan terapi kognitif, diharapkan klien mampu merespon pemikiran yang kurang tepat tersebut dengan lebih rasional, sehingga pemikiran dan perilaku mereka lebih efektif. Apabila terapi kognitif lebih menasar pada cara berfikir, maka lain halnya dengan terapi perilaku atau *behavioral therapy*. Terapi ini memiliki tujuan untuk mengajarkan individu mengubah perilakunya, seperti mengubah cara berperilaku yang dirasa kurang tepat sehingga individu yang bersangkutan dapat lebih nyaman dalam menjalani kesehariannya, Menurut Huecker (2021). Oleh karena itu, terapi CBT sering kali mencakup teknik untuk membantu individu mengenali dan mengatasi pengaruh sosial serta mengubah pola pikir yang berkaitan dengan kebiasaan merokok dan lingkungan sosial mereka (Maria, 2022)

KESIMPULAN

Kesimpulan Berdasarkan hasil pengabdian pengumpulan data, analisa dan pembahasan diperoleh sebagai berikut

Sebelum dilakukan Terapi CBT terhadap Motivasi untuk berhenti merokok pada siswa

SMK PGRI 2 Giri. Lebih dari setengahnya dengan motivasi rendah, yaitu 26 responden (86.8%). setelah dilakukan Terapi CBT terhadap Motivasi untuk berhenti merokok pada siswa SMK PGRI 2 Giri. Sebagian besar motivasi tinggi, yaitu 28 responden (92.4%). Terdapat perbedaan yang bermakna kenaikan nilai motivasi sebelum dan setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan dengan hasil penelitian menggunakan Uji Wilcoxon Rank Test, diperoleh hasil nilai signifikasi $p = 0,000$.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah SMK PGRI Banyuwangi, Guru BK diperkenalkan menggunakan SMK PGRI sebagai lahan Pengabdian Masyarakat. Tim tidak lupa juga mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian dan Pengabdian Masyarakat STIKES Banyuwangi, yang telah memberikan support dan bantuan dana dalam melakukan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadih. (2022). Efektivitas Komunikasi Persuasi Melalui Penggunaan Gambar Dampak Positif Berhenti Merokok Untuk Meningkatkan Motivasi Berhenti Merokok. *Jurnal Sains Psikologi*, 11(1),
- Ama, P. G. B., Wahyuni, D., & Kurniawati, Y. (2021). Pengaruh Motivasi Dan Persepsi Dengan Kesulitan Berhenti Merokok Pada Karyawan Universitas MH. Thamrin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(2), 216–223. <https://doi.org/10.37012/Jik.V13i2.420>
- Amaliyyah, R. (2021). Pengaruh Intervensi Edukasi Kesehatan Secara Daring Terhadap Pengetahuan Bahaya Rokok Masyarakat Indonesia Usia 20-40. 2(February), 6.
- Anwar, Y., Nababan, D., & Tarigan, F. L. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi

-
- Perilaku Merokok Pada Remaja Di Desa Tawar Sedenge Kecamatan Bandar Kabupaten Bener Meriah
Factors Affecting Smoking Behavior In Adolescents In Tawar Sedenge Village Bandar Bener Meriah District. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 7(2), 2615–109.
Apriningtyas Budiyati,
- G., & Suryati. (2021). Edukasi Tentang Bahaya Merokok Bagi Anak. *J.Abdimas: Community Health*, Barus, H. (2020). Hubungan Pengetahuan Perokok Aktif Tentang Rokok Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Mahasiswa Fkm Dan Fisip Universitas Indonesia (Skripsi). Universitas Indonesia, 81. Bulukumba,
- D. S. (2022). Edukasi Pada Remaja Tentang Bahaya Merokok.
- Cut Mahabbah, & Fithria. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Meroko Pada Remaja Di Sekolah
Factors Influencing The Smoking Behavior On Adolescent At Schools. *JIM Fkep*, IV(2), 48–55.
- Damanik, R. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Berprestasi Mahasiswa. *Jurnal Serunai Administrasi Pendidikan*,
- Dewi, S. K. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Remaja Di Parung Panjang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 10(2), 249–253.
- Dinas Kesehatan Banyuwangi. (2021). Profil Kesehatan Kabupaten Banyuwangi Tahun 2018. Profil Kesehatan Kabupaten Banyuwangi Tahun 2018, 1–99.
- Diyono, D., & Setiani, D. Y. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Penyakit Jantung Koroner Terhadap Sikap Dan Motivasi Berhenti Merokok. In *KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan* (Vol. 8, Issue 1, Pp. 17–24). Farida, N. (2022). Fungsi Dan Aplikasi Motivasi Dalam Pembelajaran. *Education And Learning Journal*, 2(2), 118.