BAB II
TINJAUAN TEORI

A. Remaja dan Dampak Terhadap Merokok

1. Pengertian rokok

Merokok mempunyai banyak sekali efek negatif bagi kesehatan atau merugikan parah perokok itu sendiri tetapi juga mengancam masyarakat yang menghirup di sekitarnya atau perokok pasif. Hal yang paling memprihatikan sekali sekarang usia merokok pada remaja di indonesia saat ini adalah usia mulai merokok semakin muda atau dini. Perokok pemula pada remaja usia 10-14 tahun meningkat dalam kurun waktu kurang lebih meningkat dari 20 tahun (Hasanuddin, 2020).

Merokok merupakan kegiatan menghisap gulungan tembakau yang berbalut daun nipah atau kertas yang dibakar kemudian asapnya dimasukan ke dalam tubuh dan menghembuskannya kembali keluar. Dalam kehidupanya sehari-hari kita dapat menemukan orang-orang yang merokok di tempat-tempat umum bahkan disekitar lingkungan rumah kita sendiri (Serly *et al*., 2021). Rokok adalah suatu masalah besar bagi kesehatan masyarakat. Selain dari segi kesehatan rokok juga mempengaruhi kepribadian perokok itu sendiri. Menurut mereka kalau tidak merokok maka mereka merasa tidak gaul sehingga banyak anak-anak usia sekolah dengan masih memakai seragam sekolah mereka yang tidak memperdulikan akibat dari menghisap rokok walaupun sudah banyak iklan-iklan yang menyampaikan bahwa merokok itu dilarang. Untuk itu sebainya anti rokok dilaksanakan sejak dini di sekolahan (Idealistiana *et al*., 2021).

2. Pengertian Remaja Tentang Rokok

Remaja merupakan aset masa depan bangsa, kebiasaan buruk remaja seperti merokok dapat menurunkan derajat kesehatan masa dewasa. remaja merokok dapat dipengaruhi oleh banyak hal salah satunya yaitu iklan rokok di papan reklame. Dengan mudahnya akses untuk mendapatkan produk rokok dan iklan rokok membuat remaja khususnya laki-laki semakin tertarik untuk merokok. mereka yang merokok secara bergerombol dan tidak di tegur oleh orang tua atau keluarganya karena kurangnya pengetahuan bahaya merokok (Hapsari, 2022).

3. Kandungan Dalam Rokok

Merokok juga berbahaya karena nikotin yang terdapat dalam rokok dapat menyebabkan kecanduan. Menurut Kholish (2011), (Mahmudi & Putro, 2017) berikut:

ada beberapa zat berbahaya yang terkandung di dalam sebatang rokok zat yang terkandung dalam rokok yaitu:

a. Karbon Monoksida (CO) Unsur ini dihasilkan oleh pembakaran tidak sempurna dari unsur zat arang/karbon. Gas CO yang dihasilkan sebatang rokok dapat mencapai 3% - 6% dan gas ini dapat dihisap oleh siapa saja. Seorang yang merokok hanya akan menghisap 1/3 bagian saja, yaitu arus tengah, sedangkan arus pinggir akan tetap berada di luar. Setelah itu perokok tidak akan menelan semua asap tetapi akan dikeluarkan lagi setelah asap tersebut.
b. Nikotin Menyebabkan ketagihan. Bahan ini terkandung di dalam rokok sebesar 0,5 – 3 nanogram, dan semuaya diserap sehingga di dalam cairan darah ada sekitar 40 – 50 nanogram nikotin setiap 1 ml nya.
c. Tar adalah sejenis cairan kental berwarna coklat tua atau hitam yang merupakan substansi hidrokarbon yang bersifat lengket dan menempel pada paru – paru. Kadar tar dalam rokok antara 0,5 – 35 mg/batang. Tar merupakan suatu zat karsinogen yang dapat menimbulkan kanker pada jalan napas dan paru – paru.
d. Kadmium adalah zat yang dapat meracuni jaringan tubuh terutama ginjal.
e. Amoniak merupakan gas yang tidak berwarna terdiri dari nitrogen dan hidrogen. Zat ini tajam baunya dan sangat merangsang. Begitu kerasnya racun yang ada padaamonia, sehingga jika masuk sedikit pun ke dalam peredaran darah akan mengakibatkan seseorang pingsan atau koma.
f. HCN/Asam Sianida merupakan sejenis gas yang tidak berwarna, tidak berbau, dan tidak memiliki rasa. Zat ini merupakan zat yang paling ringan, mudah terbakar dan sangat efisien untuk mengahalangi pernafasan dan merusak saluran pernafasan.
g. *Nitrous oxide* merupakan sejenis gas yang tidak berwarna, dan bila terhisap dapat menyebabkan hilangnya pertimbangan dan rasa sakit.
h. *Formaldehid* merupakan sejenis gas dengan bau tajam. Gas ini tergolong sebagai pengawet dan pembasmi hama. Gas ini juga sangat beracun terhadap semua organisme hidup.
i. *Fenol* adalah campuran dari kristal yang dihasilkan dari distilasi beberapa zat organik seperti kayu dan arang, serta diperoleh dari tar arang. Zat ini beracun

dan membahayakan karena fenol ini terikat ke protein sehingga mengahalangi aktivitas enzim.

j. Asetol adalah hasil pemanasan aldehid dan mudah menguap dengan alkohol.

k. H2S (Asam sulfida) adalah sejenis gas beracun yang mudah terbakar dengan bau yang keras. Zat ini menghalangi oksidasi enzim Piridin Piridin adalah sejenis cairan tidak berwarna dengan bau tajam. Zat ini dapat digunakan untuk mengubah sifat alkohol sebagai pelarut dan pembunuh hama.

l. Metil klorida adalah campuran dari zat-zat bervalensi satu dengan hidorkarbon sebagai unsur utama. Zat ini adalah senyawa organik yang beracun, Metanol Metanol adalah sejenis cairan ringan yang mudah menguap dan mudah terbakar. Meminum atau menghisap metanol mengakibatkan kebutaan bahkan kematian.

m. Polycyclic romatic hydrocarbons (PAH) Senyawa hidrokarbon aromatik yang memiliki cincin dideskripsikan sebagai *fused ring system* atau PAH. Beberapa PAH yang terdapat dalam asap tembakau antara lain yaitu Benzo (a) *Pyrene*, *dibenz* (a,h), *anthracene,dan Benz* (a) *anthracene*. Senyawa ini merupakan senyawa reaktif yang cenderung membentuk epoksida yang metabolitnya bersifat genotoksik. Senyawa tersebut merupakan penyebab tumor.

4. Jenis-Jenis Perokok

Perokok terbagi menjadi dua jenis yaitu perokok aktif dan perokok pasif.

a. Perokok aktif

Perokok aktif adalah orang yang melakukan secara langusng aktivitas merokok dan memeliki kebiasaan merokok dan secara mereka juga menghirup/menghisap asap rokok yang mereka hembuskan dari mulut mereka. Walaupun hanya satu batang sehari atau orang yang menghisap rokok dengan menghembuskan asap dan tidak dan tidak masuk ke paru-paru (Rika Widianita, 2023).

b. Perokok pasif

Perokok pasif ialah orang yang bukan perokok tetapi ikut menghirup asap rokok dari orang lain baik di ruang terbuka ataupun diruang tertutup (Pramana, 2024).

5. Dampak Merokok Terhadap Kesehatan

Merokok mempunyai banyak sekali efek negatif bagi kesehatan atau merugikan parah perokok itu sendiri tetapi juga mengancam masyarakat yang menghirup di sekitarnya atau perokok pasif. Hal yang paling memprihatikan sekali sekarang usia merokok pada remaja di indonesia saat ini adalah usia mulai merokok semakin muda atau dini. Perokok pemula pada remaja usia 10-14 tahun meningkat dalam kurun waktu kurang lebih meningkat dari 20 tahun (Hasanuddin, 2020). a). Dampak terhadap paru-paru: Penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) atau disebut juga dengan obstructive pulmonary disease (COPD) merupakan sekelompok penyakit yang ditandai dengan gejala pernapasan kronis (dispnea, batuk, produksi sputum, atau eksaserbasi) dan adanya keterbatasan aliran udara karena kelainan saluran napas ataupun alveolar yang di sebebkan signitifikan partikel atau gas berbahaya. b). Dampak merokok bagi jantung: Nikotin dalam rokok adalah salah satu obat-obatan yang sangat beracun bagi tubuh. nikotin dari rokok dapat memyebabkan denyut nadi tidak teratur dan akan tiba-tiba serangan jantung yang mengakibatkan kematian.

6. Upaya Berhenti Merokok

Merokok merupakan kebiasaan yang sulit dihentikan, terutama bagi mereka yang telah bertahun-tahun menjadikannya bagian dari rutinitas harian. Namun, menyadari dampak buruk merokok terhadap kesehatan diri sendiri dan orang-orang di sekitar, menjadi langkah awal yang penting dalam usaha untuk berhenti. Mereka yang berhenti merokok pun menyadari bahwa rokok tidak memberikan manfaat apa pun, justru merusak tubuh secara perlahan. Keinginan untuk berhenti merokok bermula dari rasa lelah secara fisik dan mental. Sesak napas, batuk berkepanjangan, dan rasa bersalah saat melihat anak-anak tumbuh di lingkungan yang tidak sehat mendorong untuk mengambil keputusan besar berhenti merokok. Berikut cara Upaya berhenti merokok:

1) Berhenti seketika

Cara ini sangat bergantung pada tekad dan keinginan yang kuat dari diri sendiri. Jika Anda sudah membulatkan tekad, lakukan hal-hal ini untuk memastikan keberhasilannya dan menahan godaan merokok.

a. Hindari pemicu dan situasi yang membuat anda merokok, seperti bau asap rokok atau berada dalam situasi sosial Bersama teman-teman yang merokok.
b. Sibukan diri dengan aktivitas dan kesenangan baru, sehingga pikiran anda beralih dari rokok.
c. Terus fokus pada manfaat berhenti merokok dibandingkan kenikmatan sesaat.

2) Pengurangan

Jika Anda belum siap untuk berhenti seketika, Anda bisa mengurangi jumlah rokok yang dihisap setahap demi setahap hingga berhenti total. Anda pun bisa menetapkan tanggal berhenti total, untuk kemudian secara bertahap mengurangi jumlah rokok yang Anda bawa setiap hari dan meninggalkan rokok di rumah saat bepergian

3) Penundaan

Jika keinginan merokok timbul, tundalah 5-10 menit, dan lakukan hal lain untuk mengalihkan perhatian dari keinginan merokok. Usahakan untuk menghindari area merokok sampai Anda bisa menghilangkan keinginan untuk merokok.

4) Rutin berolahraga

Rutin berolahraga dapat menjadi strategi efektif untuk membantu menghindari kebiasaan merokok dan mendukung proses berhenti merokok. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik memiliki dampak positif dalam mengurangi gejala putus nikotin, mengurangi keinginan untuk merokok, serta meningkatkan kesejahteraan mental secara keseluruhan.

5) Membersihkan rumah dari bau rokok

Membersihkan rumah secara teratur, mulai dari membersihkan karpet, gorden pakaian secara teratur untuk menghilangkan bau asap rokok.

6) Makan-makanan sehat

Kandungan nikotin dalam rokok dapat menurunkan sensitivitas indera penciuman dan perasaan, sehingga mengurangi selera makan. Mengonsumsi makanan sehat seperti sayuran dan buah-buahan dapat membantu mengurangi keinginan untuk merokok

7) Mengelola stress dengan relaksasi

Ketika seseorang merasa stres, mereka sering kali merokok karena nikotin memberikan efek relaksasi secara instan. Namun, kebiasaan ini justru dapat meningkatkan kerentanannya terhadap stres. Sebagai alternatif, cobalah teknik relaksasi seperti pijatan, pernapasan dalam, yoga, meditasi, atau mendengarkan musik untuk mengelola stres secara lebih sehat.

8) Nicotine replacement therapy

Terapi pengganti nikotin (Nicotine Replacement Therapy/NRT) merupakan metode yang efektif untuk membantu seseorang berhenti merokok. NRT bekerja dengan cara menyediakan dosis nikotin yang lebih rendah dan terkontrol, yang membantu mengurangi gejala putus nikotin dan keinginan untuk merokok tanpa harus mengonsumsi tembakau atau menghirup asap rokok.

9) Sistem penunjang

Tidak perlu menjalani proses berhenti merokok sendirian. Berbagi rencana Anda dengan keluarga dan teman-teman terdekat serta meminta dukungan mereka dapat memperkuat tekad Anda. Selain itu, bergabung dengan komunitas yang memiliki tujuan serupa dapat memberikan motivasi tambahan dan kesempatan untuk saling berbagi pengalaman.

10) Minta bantuan ahli

Konsultasikan dengan dokter atau tenaga medis untuk mengetahui apakah ada obat yang sesuai untuk membantu Anda berhenti merokok. Obat-obatan seperti bupropion dan varenicline sering diresepkan oleh dokter karena dapat membantu mengatasi kecanduan nikotin.

(Alam *et a*l., 2024).

B. Pengetahuan Remaja

1. Pengertian remaja

Remaja merupakan periode transisi antara masa anak-anak ke dewasa diaman terjadi perkembangan psikologis untuk menemukan jati diri sendiri. Saat ini, ada dua hal penting yang mendorong remaja untuk melakukan pengendalian diri. Pertama, hal tersebut merupakan hal eksternal, yaitu perubahan lingkungan. Dan kedua, ada sesuatu yang bersifat internal, yaitu ciri-ciri dalam diri remaja yang membuat remaja relatif lebih bergejolak dibandingkan dengan masa-masa perkembangan lainnya (Handoko & Gumantan, 2021). Masa remaja ialah masa

yang penuh gejolak. Pada masa ini *mood* (suasana hati) dapat berganti dengan sangat cepat. Pergantian *mood* yang ekstrem pada para remaja ini kerapkali disebabkan oleh beban pekerjaan rumah, pekerjaan sekolah, ataupun aktivitas tiap hari di rumah. Ada beberapa tahap perkembangan remaja yaitu;

Tahap perkembangan remaja di Bagai menjadi 3 yaitu:

a. Remaja awal: Seorang remaja pada tahap ini, usia 10 hingga 12 tahun, menjadi seseorang yang masih takjub dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan yang menyertai perubahan tersebut. Mengembangkan pemikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang.
b. Remaja madya: Tahap ini berusia 13-15 tahun. Pada tahap ini, remaja sangat membutuhkan teman. Ia senang banyak teman yang menyukai mereka.
c. Remaja akhir: Fase ini (16-19 tahun) merupakan fase pemantapan menuju pertumbuhan dan ditandai dengan tercapainya lima hal berikut:
    1) Tumbuhnya minat terhadap fungsi-fungsi akal.
    2) Ego mencari peluang untuk terikat dengan orang lain dan mendapatkan pengalaman baru.
    3) Membentuk identitas seksual yang tidak akan berubah.
    4) Keegoisan digantikan dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dan orang lain.
    5) Membangun “tembok” untuk memisahkan diri pribadi dengan masyarakat.

2. Faktor yang mempengaruhi remaja terhadap prilaku merokok

Menurut (Oktania et al., 2023) Faktor yang mempengaruhi remaja terhadap merokok sebgai berikut:

a. Faktor anak itu sendiri yaitu *predisposing factor* kemampuan penyesuaian diri, kurangnya dasar-dasar keimanan di dalam diri remaja anak itu sendiri dan lemahnya pertahanan diri sendiri
b. Faktor lingkungan rumah yaitu remaja kurang mendapatkan kasih sayang, perhatian dari orangtua dan kehidupan keluarga yang tidak harmonis.
c. Faktor yang berasal dari lingkungan Masyarakat, yaitu kurangnya pelaksanaan ajaran-ajaran agama, Masyarakat yang kurang memperoleh Pendidikan kurangnya, kuarngnya pengawasan dan pemgaruh-pengaruh dari luar.

d. Faktor yang berasal dari lingkungan sekolah yaitu faktor guru, faktor fasilitas pendidikan, norma-norma pendidikan dan kekompakan parah guru, dan kekurangan guru.

C. Pengetahuan

1. Pengertian

Pengetahuan Menurut Notoatmodjo (2018) pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan manusia dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu, yakni indra penglihatan (mata), pendengaran (telinga), penciuman (hidung), rasa, dan raba dengan sendirinya. Pada waktu pengindera sampai menghasilakan pengetahuan. tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi obyek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata). Pengetahuan merupakan pedoman dalam membentuk membentuk tindakan seseorang (*Overt Behavior*) (Silitonga & Nuryeti, 2021). pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari penelitian atau subjek.

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2018) pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu, yakni indra penglihatan (mata), pendengaran (telinga), penciuman (hidung), rasa, dan raba dengan sendirinya.

Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting terbentuknya tindakan seseorang (*ovent behavior*). pengetahuan yang dicakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkat pengetahuan (Notoatmodjo, 2018), yaitu:

1) Tahu *(know)*

Tahu Dapat di artikan sebagian mengingat suatu materi yang telah dipelajri manusia berarti tahu atau ingatan suatu materi yang telah di pelajari sebelumnya ini termasuk ke dalam tingkat ini adalah mengingat kembali terhadap sesuatu yang sfesifik dari seluruh pelajaran yang sudah dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

2) Memahami *(Comprehention)*

Memahami Dapat diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar, tentang objek yang di ketahui, dan dimana dapat

menginterprestasikan secara benar atau di mana seseorang tersebut mendengarkan apa yang telah di pelajari untuk menunjukan sejauh mana seseorang dapat memahami informasi yang disampaikan.

3) Aplikasi *(application)*

Aplikasi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang di pelajari pada situasi apapun atau dalam kondisi Dimana sebenarnya.

4) Analisis *(analysis)*

Sintesis yang di maksud kemampuan untuk menyatakan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih dalam struktur organisasi tersebut.

5) Sintesis *(syntesis)*

Sintesis adalah menunjukan di mana pada suatu kemampuan untuk melksanakan atau hubungan yang lain.

6) Evaluasi (*evaluation)*

Evaluasi berkaitan dengan dengan kemampuan proses penilaian atau pengukuran terhadap suatu kegiatan, progran, atau objek untuk menentukan efektivitas, kualitas, dan pencapaian tujuan.

3. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Budiman dan Riyanto (2013), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu:

a. Faktor Pendidikan: Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dan merupakan usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan (Budiman dan Riyanto, 2013). Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin cepat menerima dan memahami suatu informasi sehingga pengetahuan yang dimiliki semakin tinggi.

b. Faktor informasi/media massa: Informasi adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan 12 informasi dengan tujuan tertentu. Informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang. Jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambahkan pengetahuan dan wawasan.

c. Faktor sosial: budaya dan ekonomi Tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dia lakukan baik atau buruk akan menambahkan pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi juga akan menentukan tersedianya fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu sehingga status ekonomi akan mempengaruhi sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik. Status ekonomi seseorang mempengaruhi tingkat pengetahuan karena seseorang yang memiliki status ekonomi dibawah rata-rata seseorang tersebut akan sulit untuk memenuhi fasilitas yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan.

d. Lingkungan: Lingkungan mempengaruhi proses masuknya pengetahuan ke dalam individu karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh individu. Lingkungan yang baik makan pengetahuan yang didapatkan akan baik tetapi jika lingkungan kurang baik makan pengetahuan yang didapatkan juga kurang baik.

e. Pengalaman Pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman orang lain maupun diri sendiri sehingga pengalaman yang sudah diperoleh dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Pengalaman seseorang tentang suatu permasalahan akan membuat orang tersebut mengetahui bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya yang telah dialami sehingga pengalaman yang didapat bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila mendapatkan masalah yang sama.

f. Usia Semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik dan bertambah.

4. Cara Memperoleh Pengetahuan

Cara memperoleh pengetahuan menurut Notoatmodjo (2012), adalah sebagai berikut:

1) Cara non ilmiah

a. Cara Coba Salah (*Trial and error)*: Cara coba-coba ini dilakukan dengan menggunakan beberapa kemungkinan dalam memecahkan masalah, dan apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil, dicoba kemungkinan yang lain. Apabila kemungkinan kedua ini gagal pula maka dicoba lagi dengan kemungkinan ketiga, dan apabila kemungkinan ketika gagal dicoba

kemungkinan keempat dan seterusnya, sampai masalah tersebut dapat terpecahkan.

b. Cara Kebetulan: Penemuan kebenaran secara kebetulan terjadi karena tidak disengaja oleh orang yang bersangkutan. Salah satu contoh adalah penemuan enzim *urease*.

c. Cara Kekuasaan Atau Otoritas: Sumber pengetahuan cara ini dapat berupa pemimpin-pemimpin masyarakat baik formal maupun informal, para pemuka agama, pemegang pemerintahan dan sebagainya. Dengan kata lain, pengetahuan ini diperoleh berdasarkan pada pemegang otoritas, yakni orang yang mempunyai wibawa atau kekuasaan, baik tradisi, otoritas pemerintahan, otoritas pemimpin agama, maupun ahli ilmu pengetahuan atau ilmuan. Prinsip inilah, orang lain menerima pendapat yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas tanpa terlebih dahulu menguji atau membuktikan kebenarannya, baik berdasarkan fakta empiris maupun berdasarkan pendapat sendiri.

d. Berdasarkan Pengalaman: Pengalaman pribadi dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan. Hal ini dapat dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa lalu.

e. Cara Akal Sehat *(Common sense)*: Akal sehat kadang-kadang dapat menemukan teori kebenaran. Sebelum ilmu pendidikan ini berkembang, para orang tua zaman dahulu agar anaknya mau menuruti nasehat orang tuanya atau agar anak disiplin, biasanya 14 menggunakan cara hukuman fisik. Misalnya seperti dijewer telinganya atau dicubit. Ternyata cara tersebut sampai sekarang berkembang menjadi teori, bahwa hukuman merupakan metode (meskipun bukan yang paling baik) bagi pendidikan anak-anak.

f. Secara Intuitif: Kebenaran yang secara intuitif diperoleh manusia secara cepat melalui proses diluar kesadaran dan tanpa melalui proses penalaran atau berpikir. Kebenaran yang dapat diperoleh melalui intuitif sukar dipercaya karena kebenaran ini tidak hanya menggunakan cara-cara yang rasional dan yang sistematis. Kebenaran ini bisa diperoleh seseorang hanya berdasarkan intuisi atau suara hati.

g. Melalui Jalan Pikiran: Manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuannya. Dengan kata lain, dalam memperoleh kebenaran pengetahuan manusia telah menggunakan dalam pikirannya, baik melalui induksi maupun deduksi. Induksi adalah proses penarikan kesimpulan yang dimulai dari pernyataan-pernyataan khusus ke pernyataan yang bersifat umum. Hal ini berarti dalam berpikir induksi pembuatan kesimpulan tersebut berdasarkan pengalaman pengalaman empiris yang ditangkap oleh indera, kemudian disimpulkan ke dalam suatu konsep yang memungkinkan seseorang untuk memahami suatu gejala. Sedangkan deduksi Deduksi adalah pembuatan kesimpulan dari pernyataan-pernyataan umum ke khusus. Berpikir dengan cara deduksi berlaku bahwa sesuatu yang dianggap benar secara umum, berlaku juga kebenarannya pada semua peristiwa yang terjadi.

2.) Cara Ilmiah

Cara Ilmiah: Cara baru atau modern dalam memperoleh pengetahuan pada dewasa ini lebih sistematis, logis, dan ilmiah. Cara ini juga bisa disebut metode penelitian ilmiah, atau lebih populer disebut metode penelitian.

D. Metode Diskusi dan Pengetahuan Di Peroleh Melalui Pelatihan

Menurut ada beberapa metode promosi kesehatan, salah satunya adalah metode diskusi. Metode diskusi adalah metode salah satu yang dapat memecahkan persoalan-persoalan yang hanya mungkin dapat dipecahkan secara bersama-sama atau kelompok dengan bertukar pikiran satu sama lain atau mufakat bersama antara anggota kelompok dan peserta diskusi. metode diskusi adalah cara penyajian pelajaran, di mana siswa-siswi dihadapkan kepada suatu masalah, yang bisa berupa pernyataan atau pertanyaan yang bersifat problematis untuk dibahas dan dipecahkan Bersama. Dalam pembelajaran metode diskusi akan membantu pemahaman anak didik mengenai materi serta memperluas wawasan melalui pertukaran pikiran dan sumbang pendapat. Dengan metode diskusi ini merangsang kreativitas berfikir para siswa dan dapat melatih siswa untuk mengeluarkan pendapat secara rasional dengan saling bertukar informasi dan pendapat tentang sebuah topik atau masalah yang ingin dicapai serta penyelesaian yang dilakukannya dari segala kemungkinan (Arliman Gari, 2023)

Adapun keuntungan menggunakan media diskusi antara lain:

a) Membantu siswa dapat mengambil Keputusan yang lebih baik dari pada berpikir sendiri.
b) Siswa tidak terjebak dalam pemikiran sendiri, yang kadang salah, penuh prasangkah dan sempit, karena dengan diskusi ia bisa dapat mempertimbangkan pemikiran orang lain.
c) Dengan menngunakan metode diskusi memberikan motivasi terhadap berpikir.
d) Diskusi membantu mendekatkan atau mengeratkan hubungan antara kelas.
e) Diskusi merupakan cara belajar yang menyenangkan dan dapat merangsang pemikiran menjadi lebih luas.

E. Media Video Sebagai Media Pencegahan Bahaya Merokok

1. Pengertian media

Video edukasi adalah media pembelajaran berbentuk audio visual yang dirancang untuk menyampaikan informasi atau materi pendidikan secara menarik, interaktifdan mudah dipahami oleh audiens video ini memadukan elemen visual seperti narasi, music, atau suara latar untuk memperkuat pesan yang disampaikan. Selain itu video dapat membantu menyebarkan informasi tentang pentingnya menjaga kesehatan dan dapat mengajarkan pemirsa tentang berbagai aspek kesehatan. Termasuk menghindari bahaya merokok (Rosadi et al., 2023). Media merupakan sumber belajar, maka secara luas media dapat diartikan sebagai manusia, benda ataupun peristiwa yang memungkinkan anak didik memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Dalam proses belajar mengajar media mempunyai arti yang cukup penting, karena dalam kegiatan tersebut ketidak jelasan dari bahan yang disampaikan dapat dibantu dengan menghadirkan media sebagai perantara, media merupakan suatu alat atau sarana sebagai perantara untuk menyampaikan bahasa. Media Promosi Kesehatan merupakan sarana atau upaya tahapan pertama dan utama pada pencegahan sebelum terjadi. Pada promosi kesehatan dibutuhkan penyaman persepsi bahwa promosi kesehatan merupakan proses yang memberikan informasi kesehatan pada masyarakat agar masyarakat mau dan mampu memelihara kesehatannya.

2. Fungsi Media

a. Sebagai sarana informasi bagi masyarakat.
b. Sebagai sarana untuk menyalurkan ide-ide.
c. Sebagai sarana pendidikan dalam kegeiatan belajar mengajar.
d. Sebagai sarana untuk mendapatkan hiburan agara tidak bosan.
e. Sebagai sarana pengawasan sekaligus untuk pengontrol kegiatan sosial.
f. Sebagai sarana untuk menyekesaikan keterbatasan pada alat indera, ruang, dan waktu

3. Jenis-jenis media promosi Kesehatan

Pada garis besarnya hanya ada tigas jenis media, yaitu (Notoatmodjo):

a. Media audio visual

   Media visual adalah media yang mengutamakan alat indera penglihatan, sehingga biasanya media ini berbentuk gambar, video dan lain-lain.

b. Media audio

   Media audio adalah media yang biasanya di gunakan menyarkan sesuatu informasi atau pesan melalui suara.

c. Media cetak

   Media ini merupakan media yang menggunakan pesan-pesan visual, biasanya terdiri dari gambaran yang sejumlah kata, gambar atau foto dalam tata warna.

d. Media elektronik

   Media cetak merupakan media yang bergeraka dan dinamis dapat di lihat, didengar dan penyampaiannya di bantu melalui alat bantu elektronik media ini adalah televisi, radio, film, kaset, CD, VCD.

F. Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan

Media memiliki peran yang sangat besar dalam pembentukan dan penyebaran pengetahuan. Baik media tradisional seperti televisi, radio, dan surat kabar maupun media digital seperti internet dan media sosial, semuanya memengaruhi cara individu dan masyarakat mendapatkan, memahami, dan mengembangkan informasi. Berikut adalah beberapa pengaruh media terhadap pengetahuan:

1. Pengaruh Positif Media Terhadap Pengetahuan

a. Akses Informasi yang Cepat

   Media memungkinkan akses informasi secara cepat, terutama melalui internet. Dalam hitungan detik, orang dapat mengetahui berita terbaru dari seluruh dunia.

b. Peningkatan Literasi Digital

Dengan berkembangnya media digital, orang menjadi lebih terampil dalam mencari, menyaring, dan menggunakan informasi.

c. Pendidikan dan Pengetahuan Umum

1) Banyak platform media yang menyediakan konten edukatif, seperti kursus online, dokumenter, artikel ilmiah, dan tutorial.
2) Televisi pendidikan atau program khusus di media sosial juga mendukung pembelajaran informal.

2. Peningkatan Kesadaran Sosial

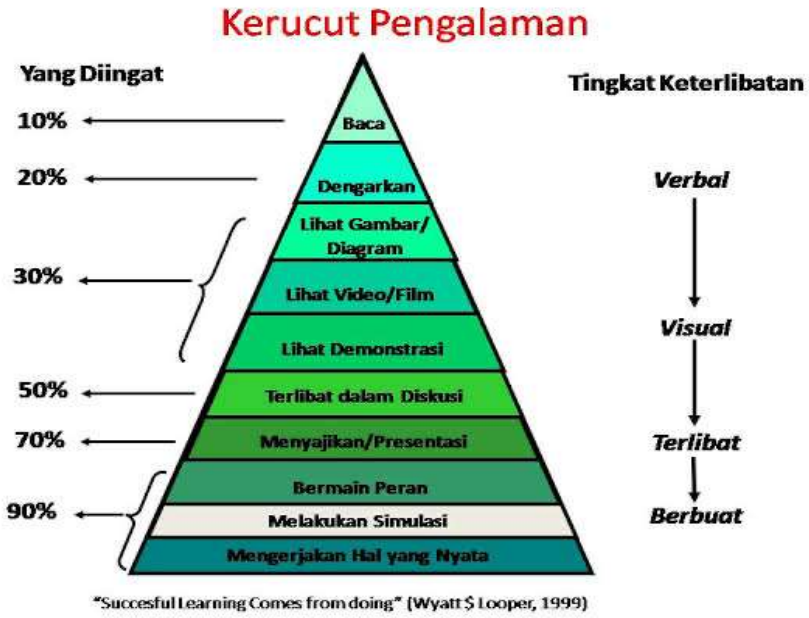
Media sering menjadi alat untuk menyebarkan kesadaran tentang isu-isu global seperti perubahan iklim, Kesehatan , dan hak asasi manusia.

3. Interaksi Global

Media memungkinkan orang dari berbagai belahan dunia untuk berbagi pengetahuan, budaya, dan pengalaman.

G. Teori Perilaku Edgar Dale

Kerucut pengalaman pertama kali diperkenalkan oleh *Edgar Dale* pada tahun 1946. Kerucut pengalaman Edgar Dale menunjukkan pengalaman yang diperoleh ketika menggunakan media dari yang paling konkrit (bawah) hingga yang paling abstrak (sama atas) sebagai hirarki ataupun rangking. Menurut kerucut pengalaman Dale, Ditandai dengan pengalaman yang lebih konkrit, misalnya pengalaman langsung (real *experience),* pengalaman artifisial (model interaktif), dan partisipasi dramawan (permainan peran). Bagian tengah kerucut sedikit lebih abstrak dan ditandai dengan siswa atau pelajar yang secara praktis “mengamati” dan mulai “menganalisis” pengalaman yang diperoleh. Tingkatan dalam kerucut ini meliputi demonstrasi, wisata fisik, pameran, gambar animasi, rekaman suara, atau direpresentasikan secara tidak realistis dengan simbol visual atau verbal, misalnya seperti mendengarkan kata-kata.



Gambar 2.1 Kerucut Pengalaman Edgar Dale

Edgar Dale menyatakan bahwa daya ingat peserta didik terkait pada proses pembelajaran yang dilakukan, yakni sebagai berikut:

a. Peserta didik mungkin mengingat 20% dari apa yang dibaca atau didengar
b. Peserta didik mungkin mengingat 30% dari apa yang dilihat
c. Peserta didik mungkin mengingat 50% dari apa yang didengar dan dilihat
d. Peserta didik mungkin mengingat 70% dari apa yang dikatakan
e. Peserta didik mungkin mengingat 90% dari apa yang dilakukan

Cone of experience Edgar Dale mempunyai arti bahwa dalam menggunakan media pendidikan, usahakan menggunakan media yang paling konkrit terlebih dahulu, yaitu pengalaman langsung yang disengaja atau pengalaman langsung yang disengaja, yang mana pengalaman langsung ini melibatkan indera penglihatan, peraba, penciuman, dan peraba (Wulandari, 2021).

H. Kerangka Teori

2.1 Kerangka Teori Peneliti



Modifikasi Teori Kerucut Elgar Dale
Sumber : (Sugiono, 2015)

Keterangan :tulisan yang bercetak tebal adalah variabel yang ingin diteliti

I. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dari penelitian ini adalah ”Ada pengaruh diskusi di kelas menggunakan media video terhadap pengetahuan siswa tentang bahaya merokok pada remaja di SMPN 15 Kota Bengkulu”.