BAB II
TINJAUAN TEORI

A. Merokok

Rokok adalah benda beracun yang memberikan efek santai dan sugesti merasa lebih jantan dengan kandungan adiktif (meninbulkan ketergantungan) karena didalam rokok terdapat 4000 bahan kimia berbahaya yang 69 diantaranya merupakan zat karsinogenik (menyebakan kanker). Zat-zat berbahaya yang terkandung didalam rokok antara lain: sianida, arsen, nitrosamine, tar, karbon monoksida, formalin. Terkandung bahaya yang sangat besar bagi seorang perokok maupun orang disekitar seorang perokok atau disebut seorang perokok pasif (Erawati *et al*., 2024).

1. Menurut Tivany Ramadhani (2023), Masalah Yang Ditimbulkan Akibat bahaya Merokok yaitu:
   a. Kanker: merokok dapat menyebabkan kanker paru-paru, kanker hati, kanker mulut, dan kanker pita suara, kanker nasofaring.
   b. Penyakit kardiovaskuler: nikotin didalam rokok dapat mneyebabkan pembuluh darah mengencang dan rusak, sehingga meningkatkan resiko stroke dan serangan jantung.
   c. Aneurisma otak: merokok menganggu kesehatan pembuluh darah dan fungsi otak.
   d. Penyakit paru kronis: Seorang perokok mempunyai fungsi paru-paru lebih rendah bila dibandungkan dengan yang bukan perokok.
   e. Penyakit gigi dan mulut yang menyebabkan kerusakan gusi dan bau mulut.
   f. Gangguan kesuburan: merokok meningkatkan risiko infertilitas pada pria maupun wanita, pada pria merokok menyebabkan gangguan ereksi dan mengurangi produksi sperma.
   g. Osteoporosis: merokok menyebabkan tulang menjadi mudah rapuh.
   h. Komplikasi kehamilan: merokok dapat meningkatkan risiko komplikasi saat hamil, seperti cacat lahir dan sindrom kematian bayi mendadak.
   i. Gangguan kecerdasan dan kemampuan belajar: merokok dapat menganggu prestasi, kecerdasan, dan kemampuan belajar anak dan remaja.
   j. Penuaan dini: merokok mempersempit pembuluh darah sehingga asupan oksigen ke kulit berkurang.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

k. Penyakit paru: Merokok dapat mengurangi pertumbuhan paru-paru.
l. Gangguan psikologis: merokok dapat menyebabkan gangguan cemas, susah tidur dan depresi, efek ini bisa terjadi terjadi karena otak sudah mengalami kerusakan akibat sering terpapar zat beracun dari rokok.
m. Dapat menurunkan imun tubuh ataupun daya tahan tubuh bauk pada remaja yang aktif melakukan olahraga.
n. Rata-rata orang yang mengkonsumsi rokok sebanyak 1 bungkus atau lebih setiap harinya akan mengurangi masa hidupnya selama 7 tahun dibandingkan orang yang tidak merokok.

2. Jenis-jenis Perokok
   a. Perokok aktif

      Merupakan seseorang yang secara langsung meghisap asap rokok atau pecandu rokok. Perokok jenis ini biasanya dapat terlihat langsung dalam hal merokok.
   b. Perokok pasif

      Merupakan seorang perokok yang secara tidak langsung menghisap asap rokok yang dikeluarkan dari seorang perokok aktif, seorang perokok pasif mendapatkan bahaya yang jauh lebih besar dari pada perokok aktif.
3. Bahaya Perokok Aktif Dan Perokok Pasif
   a. Menyebabkan kerontokan rambut
   b. Tulang lebih mudah patah
   c. Merusak gigi dan menyebabkan bau mulut yang tidak sedap
   d. Gangguan pada mata, seperti katarak
   e. Kehilangan pendengaran lebih awal dibandingkan bukan perokok
   f. Menyebabkan penyakit paru kronis
   g. Menyebabkan stroke dan serangan jantung
   h. Menyebabkan kanker kulit
   i. Menyebabkan kemandulan dan hipotensi
   j. Menyebabkan kanker rahim dan keguguran (Kemenkes RI, 2017).
4. Kandungan Dalam Rokok

   Menurut (Annisa Dkk, 2024) Salah satu bahan yang terkandung dalam tembakau adalah nikotin, zat ini dapat menyebabkan penggunanya menjadi kecanduan, sehingga sulit untuk berpisah dari rokok tersebut, serta mengandung 4000 kimia berbahaya yang diataranya adalah karsimogenik (pencetus kanker).

a. Nikotin- menyebabkan ketagihan. Merangsang otak supaya si perokok merasa cerdas pada awalnya, kemudian melemahkan kecerdasan otak. Merokok sebungkus per hari dapat menyerap nikotin 20-420mg nikotin per hari yang dapat meningkatkan 23/35mg/ml. selain itu, akibat dari konsumsi nikotin adalah pelepasan adrenalin agar dapat meningkatkan frekuensi deyut jantung, tekanan darah, dikarenakan kurangnya kebutuhan oksigen ke jantung.
b. Karbon monoksida-merupakan gas berbahaya yang terkandung di dalam pembuangan asap rokok, yang menyebakan endapan lemak pada dinding pembuluh darah, menyebabkan darah tersumbat,serta merusak lapisan dalam pembuluh darah, sehingga meningkatkan serangan jantung.
c. Tar-merupakan kumpulan bahan kimia yang terkandung didalam asap rokok dan bersifat karsinogen. Tar membentuk endapan berwarna coklat pada permukaan gigi, saluran pernapasan dan paru-paru. Pengendapan 3-40mg rokok per batangnya, sementara kadar tar pada rokok di Indonesia berkisar 19-33 mg per batang.
d. Aseton-pluntur cat
e. DDT- merupakan racun serangga untuk membunuh nyamuk dan semut
f. Arsenik-racun kutu
g. Kadmium-bahan kimia yang terdapat didalam ACCU
h. Formaldehid-bahan kimia untuk pengawetan mayat
i. Ammonia-bahan aktif dalam perbersih lantai
j. Hidrogen sianida- racun yang digunakan untuk gas
k. Naftalena-bahan yang beracun yang terdapat dalam obat serangga
l. Polonium 210-bahan radioaktif
m. Vinil klorida-bahan kimia dalam pebuatan plastik.

5. Gangguan Kesehatan Seorang Perokok

Menurut Indik Syahrabanu (2023), apakah yang terjadi pada tubuh seorang perokok dan gangguan kesehatan yang ditimbulkan oleh dampak rokok, seperti kerusakan pembuluh darah, mata katarak, pembengkakan paru-paru, radang saluran pernapasan, psiriasi, luka lambung, penurunan kinerja otak, penyakit kulit, kanker mulut, kanker pada rongga tenggorokan, stroke, serangan jantung, gangguan pada eksremitas seperti kuku menguning dan bernoda hitam.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

B. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang *(overt behaviour)* (Notoatmodjo, 2018).

Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa, pengetahuan adalah hal yang diketahui oleh orang atau responden terkait dengan sehat dan sakit atau kesehatan, misal: tentang penyakit (penyebab, cara penularan, cara pencegahan), gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, kesehatan lingkungan, keluarga berencana, dan sebagainya.

2. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan (Notoatmodjo, 2018).

a. Tahu *(Know)*

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu dalam hal ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain dapat menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

b. Memahami *(Comphrehension)*

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi *(Aplication)*

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi *real* (sebenarnya). Aplikasi dalam hal ini diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum,

rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain. Misalnya dapat menggunakan rumus statistik dalam perhitungan-perhitungan hasil penelitian, dapat menggunakan prinsip-prinsip siklus pemecahan masalah *(problem solving cycle)* di dalam pemecahan masalah kesehatan dari kasus yang diberikan.

d. Analisis *(Analysis)*

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi, dan berkaitan satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

e. Sintesis *(Synthesis)*

Sintesis menunjukkan suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Artinya, sistensis merupakan suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya, dapat menyusun, dapat merencanakan, terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

f. Evaluasi *(Evaluation)*

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu ada beberapa faktor :

a. Faktor internal

1) Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya semakin pendidikan yang kurang akan mengahambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan (Nursalam, 2011).

2) Pekerjaan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya (Nursalam, 2011). Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang membosankan berulang dan banyak tantangan (Nursalam, 2011).

3) Pengalaman

Pengalaman merupakan guru yang terbaik *(experience is the best teacher),* pepatah tersebut bisa diartikan bahwa pengalaman merupakan sumber pengetahuan, atau pengalaman itu merupakan cara untuk memperoleh suatu kebenaran pengetahuan. Oleh sebab itu pengalaman pribadi pun dapat dijadikan sebagai upaya untuk memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan persoalan yang dihadapai pada masa lalu (Nursalam, 2011).

4) Umur

Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja dari segi kepercayaan masyarakat yang lebih dewasa akan lebih percaya dari pada orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman jiwa (Nursalam, 2011).

b. Faktor eksternal

1) Informasi

Menurut Nursalam, (2011) informasi merupakan fungsi penting untuk membantu mengurangi rasa cemas. Seseorang yang mendapat informasi akan mempertinggi tingkat pengetahuan terhadap suatu hal.

2) Lingkungan

Menurut Notoatmodjo (2014) hasil dari beberapa pengalaman dan hasil observasi yang terjadi di lapangan (masyarakat) bahwa perilaku seseorang termasuk terjadinya perilaku kesehatan, diawali dengan pengalaman-pengalaman seseorang serta adanya faktor eksternal (lingkungan fisik dan non fisik).

3) Sosial budaya

Semakin tinggi tingkat pendidikan dan status sosial seseorang maka tingkat pengetahuannya akan semakin tinggi pula.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

4. Cara Memperoleh Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2018) terdapat beberapa cara memperoleh pengetahuan, yaitu:

a. Cara kuno atau non modern

Cara kuno atau tradisional dipakai untuk memperoleh kebenaran pengetahuan, sebelum ditemukannya metode ilmiah, atau metode penemuan statistik dan logis. Cara-cara penemuan pengetahuan pada periode ini meliputi:

1) Cara coba salah *(trial and error)*

Cara ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan apabila kemungkinan tersebut tidak bisa dicoba kemungkinan yang lain.

2) Pengalaman pribadi

Pengalaman merupakan sumber pengetahuan untuk memperoleh kebenaran pengetahuan.

3) Melalui jalan fikiran

Untuk memeperoleh pengetahuan serta kebenarannya manusia harus menggunakan jalan fikirannya serta penalarannya. Banyak sekali kebiasaan-kebiasaan dan tradisi-tradisi yang dilakukan oleh orang, tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau tidak. Kebiasaan- kebiasaan seperti ini biasanya diwariskan turun-temurun dari generasi ke generasi berikutnya. Kebiasaan-kebiasaan ini diterima dari sumbernya sebagai kebenaran yang mutlak.

b. Cara modern

Cara baru atau modern dalam memperoleh pengetahuan lebih sistematis, logis, dan alamiah. Cara ini disebut "metode penelitian ilmiah" atau lebih populer disebut metodologi penelitian, yaitu:

1) Metode induktif

Mula-mula mengadakan pengamatan langsung terhadap gejala-gejala alam atau kemasyarakatan kemudian hasilnya dikumpulkan astu diklasifikasikan, akhirnya diambil kesimpulan umum.

2) Metode deduktif

Metode yang menerapkan hal-hal yang umum terlebih dahulu untuk seterusnya dihubungkan dengan bagian-bagiannya yang khusus

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

5. Penilaian tingkat pengetahuan

Menurut Arikunto (2010) Penilaian tingkat pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari isi subjek penelitian atau responden. Nilai pengetahuan dalam penelitian ini akan diperoleh dengan perhitungan sebagai berikut (Utari, 2020) :

$$p = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan:

p = Skor pengetahuan

f = Frekuensi jawaban benar

n = Jumlah item pertanyaan

6. Kriteria tingkat pengetahuan

Menurut Arikunto (2010) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

a. Baik, bila subyek menjawab benar 76%-100% seluruh pertanyaan.
b. Cukup, bila subyek menjawab benar 56%-75% seluruh pertanyaan.
c. Kurang, bila subyek menjawab benar <56% seluruh pertanyaan.

Komorkes Poltekkes Bengkulu

C. Sikap

1. Pengertian

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau obyek (Notoatmodjo, 2014) Struktur sikap terdiri atas 3 komponen menurut (Khoriandari, 2022) :

a. Komponen kognitif *(cognitive)*

Komponen kognitif berisi kepercayaan seseorang mengenai apa yang berlaku atau apa yang benar bagi objek sikap.

b. Komponen afektif *(affective)*

Komponen afektif menyangkut masalah emosional subjektif seseorang terhadap suatu sikap. Secara umum, komponen ini disamakan dengan perasaan yang dimilki terhadap sesuatu.

c. Komponen konatif *(conative)*

Komponen konatif dalam struktur sikap menunjukkan bagaimana perilaku atau kecenderungan berperilaku yang ada dalam diri seseorang

berkaitan dengan objek sikap yang dihadapinya.Kaitan ini didasari oleh asumsi bahwa kepercayaan dan perasaan banyak mempengaruhi perilaku.

2. Tingkatan Sikap

Menurut Notoatmodjo (2014) seperti halnya pengetahuan, sikap ini terdiri dari berbagai tingkatan yaitu:

a. Menerima *(receiving)*

Menerima diartikan nahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).

b. Merespon *(responding)*

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, terlepas dari pekerjaan itu benar atau salah, berarti orang menerima ide tersebut.

c. Menghargai *(valuing)*

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.

d. Bertanggung jawab *(responsible)*

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pembentukan Sikap

Menurut (Khoriandari, 2022) faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap yaitu:

a. Pengalaman pribadi

Sesuatu yang telah dan sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita terhadap stimulus sosial. Tanggapan akan menjadi salah satu dasar terbentuknya sikap. Untuk dapat mempunyai tanggapan dan penghayatan, seseorang harus mempunyai pengalaman yang berkaitan dengan objek psikologis.

b. Kebudayaan

Kebudayaan dimana kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita. Apabila kita hidup dalam budaya yang mempunyai norma longgar bagi pergaulan heteroseksual, sangat mungkin kita akan mempunyai sikp yang mendukung terhadap masalah

kebebasan pergaulan heteroseksual. Apabila kita hidup dalam budaya sosial yang sangat mengutamakan kehidupan berkelompok, maka sangat mungkin kita akan mempunyai sikap negatif terhadap kehidupan individualisme yang mengutamakan kepentingan perorangan.

c. Orang lain yang dianggap penting

Orang lain disekitar kita merupakan salah satu diantara komponen sosial yang ikut mempengaruhi sikap kita. Seseorang yang kita anggap penting, sesorang yang harapkan persetujuannya bagi setiap gerak dan tingkah dan pendapat kita, seseorang yang tidak ingin kita kecewakan atau seseorang yang berarti khusu bagi kita, akan banyak mempengaruhi pembentukan sikap kita terhadap sesuatu.

Diantara orang yang biasanya dianggap penting bagi individu adalah orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, guru, teman kerja, istri atau suami dan lain-lain.

d. Media massa

Media massa sebagai sarana komunikasi. Berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah dll, mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang. Penyampaian informasi sebagai tugas pokoknya. Media massa membawa pula pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap terhadap hal tersebut.

e. Institusi/lembaga pendidikan dan lembaga agama

Lembaga pendidikan serta lembaga agama sebagai suatu sistem yang mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap karena kesuanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam individu. Pemahaman akan baik dan buruk, garis pemisah antara sesuatu yang boleh dan yang tidak boleh dilakukan diperoleh dari pendidikan dan dari pusat keagamaan serta ajaran-ajarannya.

f. Faktor emosi dalam diri individu

Bentuk sikap tidak semuanya ditentukan oleh situasi lingkungan dan pengalaman pribadi seseorang.Kadang-kadang, suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai

semacam penyaluran frustasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

4. Pengukuran Sikap

Menurut Notoatmodjo (2014) pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung dapat ditanyakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek. Secara tidak langsung dapat dilakukan dengan pernyataan hipotesis kemudian dinyatakan pendapat responden melalui kuesioner.Kuesioner mengacu pada skala likert dengan bentuk jawaban pertanyaan atau pernyataan terdiri dari jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju (Utari, 2020).

Sikap dapat bersifat positif dan negatif (Notoatmodjo, 2014) :

a. Sikap positif kecenderungan tindakan adalah mendekati, menyenangi, mengharapkan objek tertentu
b. Sikap negatif terdapat kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci, tidak menyukai objek tertentu.

D. Remaja

1. Pengertian remaja

Remaja atau “adolesence” (Inggris), berasal dari bahasa latin “adolescere” yang berarti tumbuh ke arah kematangan. Kematangan yang dimaksud adalah bukan hanya kematangan fisik saja, tetapi juga kematangan sosial dan psikologis. Tarwoto, dkk (2010) remaja didefinisikan sebagai periode transisi perkembangan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang mencakup aspek biologi, kognitif, dan perubahan sosial yang berlangsung antara usia 10-19 tahun.

Remaja dalam bahasa aslinya disebut adolescence, yang artinya tumbuh atau berkembang untuk mencapai kematangan (Ariswanti,2017). Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak kanak menuju masa dewasa pada masa ini terjadi pertumbuhan yang pesat termasuk funsing reproduksi sehinga mempengaruhi terjadinya perubahan-perubahan perkembangan baik secara fisik, mental, maupun peran social.

2. Pembatasan usia remaja

Lazimnya masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum.

Menurut Harlock secara umum masa remaja dibagi menjadi dua bagian yaitu remaja awal dan remaja akhir. Garis pemisah antara awal masa remaja dan akhir masa remaja terletak kira-kira di sekitar usia tujuh belas tahun. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai enam belas atau tujuh belas tahun sampai delapan belas tahun. Dengan demikian akhir masa remaja merupakan periode tersingkat.

Tak jauh berbeda dengan itu Santrock mengatakan, bahwa perkembangan masa remaja secara global berlangsung antara umur 10-19 tahun, dengan pembagian 10-14 tahun masa remaja awal, 14-17 tahun masa remaja pertengahan, 17-1 tahun masa remaja akhir. Sedangkan pada umumnya masa pubertas terjadi antara 12-16 tahun pada anak laki-laki dan 11-15 tahun pada anak perempuan (Monks dan Knoers, 2002). Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Menurut Depkes RI adalah antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin.

3. Perkembangan masa remaja

Menurut Widyastuti (2009) berdasarkan sifat atau ciri-ciri perkembangan masa (rentang waktu) remaja ada tiga tahap, yaitu:

a. Masa ramaja awal (10-12 tahun)
   2) Tampak dan memang merasa lebih dekat dengan teman sebaya.
   3) Tampak dan merasa ingin bebas.
   4) Tampak dan memang lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berpikir yang khayal (abstrak).

b. Masa remaja tengah (13-15 tahun)

   Umumnya pada masa ini individu telah duduk dibangku SMP, pada masa ini individu akan mulai :

   1) Tampak dan merasa ingin mencari identitas diri.
   2) Ada keinginan untuk berkencan atau tertarik pada lawan jenis.
   3) Timbul perasaan cinta yang mendalam.
   4) Kemampuan berpikir abstrak (mengkhayal) makin berkembang.
   5) Berkhayal mengenai hal-hal yang berkaitan dengan seks.

      Karakter ristik umum perkembangan remaja ini merupakan peralihan masa anak-anak menuju masa dewasa sehingga perlunya perhatian dan pendidikan.

Komonkes Poltekkes Bengkulu

d. Masa remaja akhir (16-19 tahun)
   1) Menampakkan pengungkapan kebebasan diri.
   2) Dalam mencari teman sebaya lebih selektif.
   3) Memiliki citra (gambaran, keadaan, peranan) terhadap dirinya.
   4) Dapat mewujudkan perasaan cinta.
   5) Memiliki kemampuan berpikir khayal atau abstrak.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja

   Adapun yang mempengaruhi perkembangan remaja antara lain seperti pengaruh keluarga, gizi, gangguan emosional, setatus social, ekonomi, kesehatan, serta pengaruh lingkungan sanggat rentan dalam pengaruh perkembangan remaja (Ariswanti, 2017).

5. Perkembangan Remaja dan Tugasnya

   Tugas dan perkembangan pada remaja didefinisikan sebagai upaya untuk meningkatkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusahan untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku antara dewasa serta dapat menyikapi kondisi yang ada pada lingkungan sekitar (Ariswanti,2017). Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja adalah sebagai berikut
   a) Mampu menerima keadaan fisiknya
   b) Mampu menerima dan memahami hubungan baik dengan anggota kelompok berlainan sifat
   c) Mampu menerima dan memahami peran orang dewasa
   d) Memcapai kemandirian emosional
   e) Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektuan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
   f) Mengembangkan perilaku tanggung jawab.

E. Media

Media berasal dari Bahasa latin yang merupakan bentuk jamak dari kata “medium” yang secara harafiah berarti “perantara” atau “pengantar” yaitu perantara atau pengantar tentang sumber pesan dengan penerima pesan.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

2. Media

   Media atau alat peraga dalam promosi kesehatan dapat dijelaskan atau diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa, atau dicium, untuk memperlancarkan komunikasi dan penyebarluasan informasi.

3. Fungsi media

   Media memiliki beberapa fungsi, yaitu sebagai berikut:

   a. Media dapat mengatasi keterbatasan pengalaman yang dimiliki oleh para audience.
   b. Media pembelajaran memungkinkan adanya interaksi langsung antara audience dengan lingkungan.
   c. Media membangkitkan keinginan dan minat baru.
   d. Media menghasilkan keseragaman pengematan.
   e. Media dapat menanamkan konsep dasar yang benar, konkret, dan realistis.
   f. Media membangkitkan epengalaman yang integral atau menyeluruh dari yang konkret sampai dengan abstrak.

4. Jenis-jenis media

   Media dikelompokkan menjadi dua jenis, yaitu media jadi karena sudah merupakan momoditi perdagangan dan terdapat dipasaran luas dalam keadaan siap pakai (*media by utilization),* dan media rancangan karena perlu dirancang dan dipersiapkan secara khusus untuk maksud atau tujuan pembelajaran tertentu (*media by design)* (Rusdianti, 2024).

   a. Media cetak

      1) Poster, merupakan pesan singkat yang berbentuk gambar dan tulisan dengan tujuan untuk memperngaruhi seseorang agar tertarik atau mempengaruhi agar seseorang bertindak akan sesuatu hal.
      2) Leaflet, merupakan bentuk media publikasi yang berupa kertas selebaran dengan ukuran tertentu, yang disakikan dalam bentuk lebaran kertas berlipat yang berisi tulisan 200-400 kata.
      3) Baliho, merupakan media informasi yang dipasangkan ditempat terbuka dan strategis, yang dibuat berukuran besar menggunakan bahan papan triplek yang dicetak dengan ukuran 3x4,5 meter.

4) Spanduk, media informasi yang berupa kain berukuran panjang 5 meter sampai 8 meter, yang berisi huruf dan kalimat yang berisi informasi dan gambar.
5) X-Banner, merupakan desain grafis yang memuat komposisi gambar dan huruf diatas kertas berukuran besar, biasanya ukuran x-benner ialah 60cmx160cm.
6) Gimmick, merupakan media yang langsung diberikan kepada masayarakat secara langsung dan bisa digunakan oleh masyarakat antara lain seperti: kaos, kalender, pin, topi, gantungan kunci, tempat minum, stiker, dan lainnya.
7) Lembar balik, merupakan lembaran-lembaran kertas menyerupai album atau kalender yang berisi gambar peragaan dan dibaliknya berisi kalimat sebagai pesan atau informasi. Media lembar balik biasanya digunakan dengan cara membuka atau membalik halaman demi halaman secara bergantian.

b. Media Audio Visual
1) Televisi, mempunyai karakteristik tersendiri yang tidak bisa dimiliki oleh media masa lainnya. Karakteristik audio visual yang lebih disarankan perannya dalam mempengaruhi khalayak banyak.
2) Radio, merupakan media elektronik termurah, baik pemancar maupun penerimanya.
3) Film, adalah gambar hidup, yang sering disebut *movie.* Film dihasilkan dengan rekaman dari orang benda (termaksud fantasi dan figur palsu) dengan kamera dan animasi.
4) *Audiobook,* merupakan buku yang dibuat dalam bentuk suara berupa teks buku atau bahan tulisan yang dibacakan oleh penyuara.

F. Media Booklet

1. Pengertian Media Boklet

Booklet merupakan sebuah buku kecil yang terdiri dari tidak lebih dari 24 halaman. Isi booklet harus jelas, tegas, mudah dimengerti, struktur sederhana dan fokus pada satu tujuan (Ali, dkk 2018). Booklet merupakan media komunikasi yang termasuk dalam kategori media lini bawah (below the line media). Sesuai sifat yang melekat pada media lini bawah, pesan yang

ditulis pada media tersebut berpedoman pada beberapa kriteria yaitu: menggunakan kalimat pendek, sederhana, singkat, dan ringkas. Selain itu penggunaan huruf tidak kurang dari 10 pt, dikemas menarik dan kata yang digunakan ekonomis (Ali, dkk 2018).

2. Keunggulan

Booklet menggunakan media cetak sehingga biaya yang dikeluarkannya ituvbisa lebih murah jika dibandingkan dengan menggunakan media audio dan visualvserta audio visual.

1) Mampu memberikan informasi lengkap
2) Bentuknya yang mudah dibawa kemana-mana
3) Lebih terperinci dan jelas, karena lebih banyak mengulas tentang pesan yang disampaikan 40
4) Pembaca bisa membaca berulang kali, sehingga bisa di bawak kemanapun dan pembaca dapat belajar sendiri atau berkelompok.
5) Memiliki foto atau gambar penunjang materi dan mampu mengatasi hambatan jarak.
6) Tersusun dengan desain yang menarik dan penuh warna.

Keunggulan dalam menggunakan media cetak seperti booklet dapat mencakup banyak orang, praktis dalam penggunaannya karena dapat dipakai di mana saja dan kapan saja, tidak memerlukan listrik, dan karena booklet tidak hanya berisi teks tetapi terdapat gambar sehingga dapat menimbulkan rasa keindahan serta meningkatkan pemahaman dan gairah dalam belajar. Selain itu, booklet termasuk media pembelajaran visual dapat meningkatkan pemahaman siswa melalui penglihatan sebesar 75-87% (Ali, dkk 2018).

3. Kelemahan Media Boklet

Kelemahan atau keterbatasan yang dimiliki booklet sebagai salah satujenis media cetak menurut (Ali, dkk 2018) adalah

a) Tingkat membaca

Keterbatasan terbesar dari materi cetakan adalah bahwa mereka ditulis untuk level membaca tertentu. Beberapa siswa kurang memiliki ketrampilan membaca yang memadai.

b) Memorisasi

Beberapa guru mengharuskan para siswa untuk mengingat banyak fakta dan definisi. Praktek semacam ini menurunkan materi cetak menjadi hanya sekedar alat-bantu ingatan semata.

c) Kosakata

Beberapa buku memperkenalkan sejumlah besar konsep dan istilah kosakata dalam jumlah sangat terbatas.

d) Presentasi satu arah

Karena sebagian besar materi cetak tidak interaktif, cenderung digunakan dengan cara pasif dan sering kali tanpa pemahaman.

e) Penentuan kurikulum

Terkadang buku cetak yang mengatur kurikulum, bukan digunakan untuk mendukung kurikulum. Buku cetak sering kali ditulis untuk menampung panduan kurikulum dari provinsi.

f) Penilaian sepintas lalu

Terkadang buku cetak dipilih melalui pengujian sekilas apa saja yang memikat mata penelaah.

4. Manfaat Media Boklet

Pada umumnya selain sebagai bahan ajar booklet digolongkan sebagai media pembelajaran dan juga dapat digunakan sebagai buku pengayaan. Buku pengayaan merupakan buku bacaan atau buku kepustakaan, ditujukan untuk memperkaya wawasan, pengalaman, dan pengetahuan bagi pembacanya (Ali, dkk 2018).

Menurut Notoatmodjo, keunggulan dalam menggunakan media cetak seperti booklet antara lain dapat mencakup banyak orang, praktis dalam penggunaannya karena dapat dipakai di mana saja dan kapan saja, tidak memerlukan listrik, dan karena booklet tidak hanya berisi teks tetapi terdapat gambar sehingga dapat menimbulkan rasa keindahan serta meningkatkan pemahaman dan gairah dalam belajar.

Menurut penelitian (Mardiana, 2013) pemberian pendidikan gizi dengan alat bantu booklet akan memperbaiki tingkat pengetahuan anak, ditunjukkan dengan semakin berkurangnya proporsi sampel yang mempunyai tingkat pengetahuan gizi kurang dan berubah menjadi tingkat pengetahuan gizi cukup dan baik setelah sampel mendapatkan pendidikan gizi. Penelitian ini

membuktikan pendidikan gizi dua minggu sekali dengan alat bantu booklet efektif untuk meningkatkan pengetahuan gizi sampel tentang anemia.

G. Teori

Penelitian ini menggunakan Teori Model *Laswell* menjelaskan komunikasi sebagai proses penyampaian pesan dari satu orang ke orang lain (Effendy, 2005). Komunikasi memiliki peran penting dalam promosi kesehatan. Menurut Laswell, komunikasi akan berjalan dengan baik jika mengikuti lima langkah utama, yaitu:



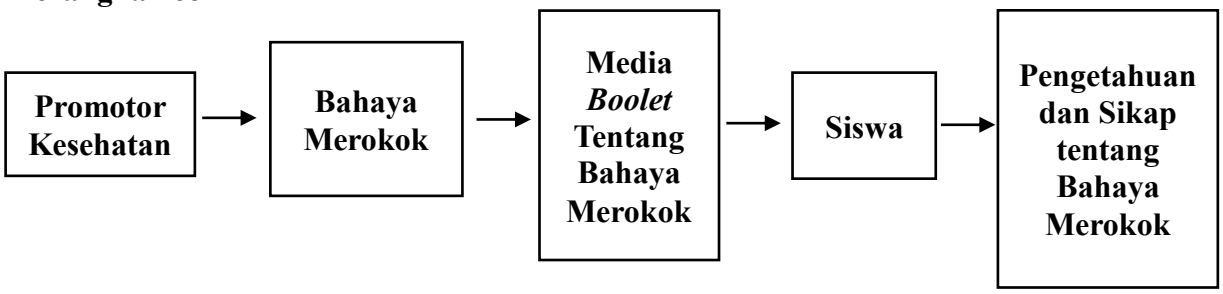
Bagan 2. 1 Teori Laswell Model
Sumber: Teori Laswell Model (Effendy, 2005)

Keterangan:

1. *Who*: Siapa yang menyampaikan pesan.
2. *Say what*: Apa isi pesan yang disampaikan.
3. *In which channel*: Melalui saluran atau media apa pesan disampaikan.
4. *To whom*: Siapa yang menerima pesan.
5. *With what effect*: Apa dampak atau perubahan yang terjadi pada penerima pesan.

Kelima elemen ini adalah bagian penting dalam setiap komunikasi, termasuk dalam promosi kesehatan. Dengan mengikuti langkah-langkah ini, komunikasi dapat berjalan dengan sistematis dan mencapai tujuan yang diinginkan.

H. Kerangka Teori



Bagan 2. 2 Modifikasi Kerangka Teori Laswell Model

Sumber: Teori Laswell Model (Effendy, 2005)

I. Hipotesis

Adanya pengaruh media edukasi booklet terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang bahaya merokok pada siswa SMAN 6 Kota Bengkulu.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu