

PENGETAHUAN TENTANG DAMPAK MEROKOK TERHADAP KESEHATAN JANTUNG DI SMK TARUNA JAYA PRAWIRA TUBAN

Cicik Vidyanti¹, Binti Yunariyah², Roudlotul Jannah³, Su'udi⁴

Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Kampus Tuban

Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email Korespondensi : cicikvidyanti@gmail.com

ABSTRAK

Merokok dianggap sebagai salah satu penyebab utama penyakit jantung dan merupakan faktor risiko signifikan bagi penyakit kardiovaskular di seluruh dunia. Di Jawa Timur, jumlah remaja berusia lebih dari 15 tahun yang merokok masih cukup besar. Minimnya pemahaman remaja mengenai konsekuensi merokok bagi kesehatan jantung bisa berdampak pada sikap dan kesadaran mereka dalam merawat kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengetahuan remaja terkait efek merokok terhadap kesehatan jantung di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh remaja kelas X Jurusan Teknik Kendaraan Ringan dan Teknik Komputer dan Jaringan SMK Taruna Jaya Prawira Tuban Tahun Ajaran 2025/2026 dengan jumlah sampel 152 remaja. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan dampak merokok terhadap kesehatan jantung. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh remaja berjenis kelamin laki-laki sebanyak 138 remaja (91%), sedangkan remaja perempuan sebanyak 14 remaja (9%). Sebagian kecil (17%) remaja memiliki tingkat pengetahuan baik tentang dampak merokok terhadap kesehatan jantung. Berdasarkan jenis kelamin, seluruh remaja perempuan (100%) memiliki tingkat pengetahuan baik tentang dampak merokok terhadap kesehatan jantung. Pemahaman tentang efek merokok pada kesehatan jantung tidak hanya datang dari pengajaran di sekolah, tetapi juga harus diperkuat dengan pendidikan kesehatan yang berkelanjutan. Sekolah dapat meningkatkan program pendidikan kesehatan melalui penyuluhan tentang bahaya merokok terhadap kesehatan jantung dan pemasangan media edukasi kesehatan sehingga pemahaman remaja tentang efek merokok terhadap kesehatan jantung bisa bertambah.

Kata Kunci : Pengetahuan, Dampak Merokok, Kesehatan Jantung

ABSTRACT

Smoking is recognized as one of the leading causes of heart disease and is a major risk factor for cardiovascular diseases worldwide. In East Java, the prevalence of smoking among adolescents aged over 15 years remains relatively high. Limited knowledge among adolescents regarding the harmful effects of smoking on heart health may negatively influence their attitudes and awareness toward maintaining cardiovascular health. This study aimed to explore adolescents' knowledge regarding the effects of smoking on heart health at SMK

Taruna Jaya Prawira Tuban. This study employed a descriptive research design. The population consisted of all tenth-grade students from the Automotive Light Vehicle Engineering and Computer and Network Engineering departments at SMK Taruna Jaya Prawira Tuban in the 2025/2026 academic year, with a sample size of 152 students. The sampling technique used was simple random sampling. The research instrument was a questionnaire assessing knowledge regarding the impact of smoking on heart health. Data were analyzed descriptively using frequency distribution. The study showed that the majority of adolescents were male, accounting for 138 respondents (91%), while female adolescents accounted for 14 respondents (9%). A small proportion of adolescents (17%) had a good level of knowledge regarding the impact of smoking on heart health. Based on gender, all female adolescents (100%) demonstrated a good level of knowledge regarding the impact of smoking on heart health. Knowledge of the effects of smoking on heart health should not only be acquired through formal education but also strengthened through continuous health education. Schools can enhance health promotion programs by providing education on the harmful effects of smoking on cardiovascular health and by displaying health education media. These efforts may improve adolescents' knowledge and increase their awareness of the importance of maintaining heart health.

Keywords: *Knowledge, Effects of Smoking, Heart Health*

PENDAHULUAN

Merokok menjadi faktor utama memicu gangguan jantung dan menjadi penyumbang terbanyak bagi tingginya angka kematian di berbagai belahan dunia. Kandungan racun seperti nikotin di dalam rokok dapat merusak dinding pembuluh darah. Hal ini memicu penumpukan lemak atau penyumbatan lebih cepat, sehingga risiko terkena penyakit jantung menjadi jauh lebih tinggi (Giuseppina Gallucci, 2020). Namun pada kenyataannya, perilaku merokok masih banyak ditemukan terutama pada kalangan remaja. Banyak remaja yang terus menerus merokok meskipun sudah sadar akan efek negatif yang ditimbulkan terhadap kesehatan, termasuk risiko bagi jantung.

Penggunaan rokok yang menimbulkan ketergantungan pada remaja hingga sekarang masih menjadi masalah kesehatan yang banyak terjadi di berbagai negara di dunia. Jumlah remaja pada rentang usia 13 hingga 15 tahun diperkirakan mencapai sekitar 37 juta orang yang aktif merokok, dengan mayoritas adalah anak laki-laki dan tingkat prevalensi dunia berada di angka 12,5%. Berdasarkan *Global Youth Tobacco Survey*, persentase remaja laki-laki berumur 13 hingga 15 tahun yang merokok mencapai 11,5%, sementara remaja perempuan berada di angka 10,1%. Pada jenjang usia yang lebih tua (15–16 tahun), temuan ESPAD 2019 menunjukkan angka merokok yang beragam di Eropa, mulai dari 9,5% di Malta hingga mencapai 31% di Italia. Selain itu, tren penggunaan rokok elektrik juga kian meningkat. Angka penggunaannya pada persentase remaja laki-laki berumur 13 hingga 15 tahun mengalami kenaikan dari angka 0,7% di Uzbekistan hingga 23,3% di Bulgaria. Bahkan untuk usia 15–16 tahun, angkanya melonjak hingga 30% atau lebih di negara-negara seperti Lituania, Monako, dan Polandia (WHO, 2024). Temuan dalam Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mengungkapkan bahwa kebiasaan merokok masih dilakukan oleh sebagian penduduk Indonesia di tingkat nasional telah melebihi 70 juta orang, dengan proporsi 7,4% masih tergolong anak-anak dan remaja 10–18 tahun. Jika dilihat pada untuk kelompok umur lebih dari 15 tahun, mencakup 62,9% laki-laki serta 5,8% perempuan merupakan perokok aktif (Diella Zulaeika, 2025). Secara umum, tingkat perokok berusia di atas 15 tahun masih cukup tinggi, sehingga menempatkan provinsi tersebut di posisi ke-16 secara nasional (Iriyanti and Mandagi, 2022). Merujuk pada temuan Badan Pusat Statistik (BPS) Jawa Timur, terlihat bahwa persentase

remaja berusia lebih dari 15 tahun yang merokok masih cukup signifikan. Pada tahun 2021 prevalensinya sebesar 19,35%, kemudian sedikit menurun menjadi 19,20% pada periode tahun 2023, namun kembali mengalami peningkatan menjadi 19,56% pada tahun 2025. Berdasarkan informasi dari Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Tuban, prevalensi perokok yang berusia ≥ 15 tahun juga menunjukkan variasi dalam beberapa waktu terakhir. Pada tahun 2021 persentasenya sebesar 17,24%, serta mengalami penurunan menjadi 11,77% pada tahun 2022. Akan tetapi, prevalensi tersebut kembali meningkat menjadi 17,84% pada tahun 2023. Data ini menunjukkan bahwa meskipun sempat ada penurunan, prevalensi perilaku merokok pada individu berusia ≥ 15 tahun di Kabupaten Tuban pada umumnya tetap tinggi.

Faktor-faktor yang memengaruhi kebiasaan merokok meliputi pengaruh teman sebaya, ajakan teman, kemudahan akses terhadap rokok, teladan yang ditunjukkan orang tua, serta paparan iklan rokok melalui media sosial. Selain itu, sikap yang positif terhadap rokok juga berkontribusi pada pola perilaku merokok remaja, seperti pandangan bahwa merokok dapat menimbulkan rasa rileks, membantu mengatasi stres, dan meningkatkan kepercayaan diri. Tingginya rasa penasaran pada remaja dapat mendorong munculnya keinginan untuk mencoba merokok tanpa memikirkan konsekuensi jangka panjang, sehingga meningkatkan risiko ketergantungan pada nikotin (Inggit Windhi Kharisma Putri, 2025). Perilaku merokok menjadi salah satu ancaman signifikan terhadap kesehatan jantung kita. Di dalam rokok, terdapat berbagai kandungan Kesehatan organ jantung sangat berisiko terganggu akibat kebiasaan mengonsumsi rokok yang memiliki kandungan zat yang berbahaya, seperti nikotin, karbon monoksida, serta senyawa toksik lainnya yang dapat merusak aliran darah di dalam tubuh. Bahan-bahan berbahaya ini dapat merusak dinding pembuluh darah, membuatnya makin sempit, membuat darah menjadi lebih kental, serta memicu terbentuknya sumbatan yang menghalangi darah mengalir ke jantung. Selain itu, kandungan nikotin membuat detak jantung berpacu lebih cepat dan tekanan darah naik, sehingga jantung terpaksa bekerja jauh lebih berat dari biasanya.

Dampak buruk yang bisa terjadi di antaranya adalah penyakit jantung koroner, aterosklerosis (penumpukan lemak di pembuluh darah), irama detak jantung yang tidak teratur, gagal jantung, hingga serangan jantung mendadak. Oleh karena itu, merokok menjadi pemicu utama makin banyaknya penderita penyakit jantung di masyarakat (Jeri Bura, 2020).

Langkah pencegahan dan penanganan perilaku merokok di kalangan remaja dapat dilakukan melalui pendekatan promotif dan preventif yang mengutamakan peningkatan pengetahuan. Salah satu strategi yang efektif adalah melalui promosi kesehatan terstruktur untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai risiko kardiovaskular akibat merokok sehingga mampu membentuk sikap dan perilaku hidup sehat. Kegiatan promosi kesehatan ini bisa difokuskan pada program CERDIK, yang mencakup pemeriksaan kesehatan secara rutin, menghindari asap rokok, aktif berolahraga, mengonsumsi makanan bergizi dan sehat, cukup istirahat, serta manajemen stres (Sari, 2023). Selain itu, langkah pencegahan harus diikuti dengan pembentukan pola hidup dan suasana lingkungan yang sehat. Usaha ini dapat dilakukan dengan membatasi waktu berkumpul bersama perokok, serta memahami bahwa kegiatan bersosialisasi tidak harus diisi dengan merokok. Kita juga perlu berani menyatakan secara terbuka bahwa kita adalah seorang non-perokok. Di samping itu, penting untuk terus memperluas pengetahuan tentang bahaya rokok bagi kesehatan, menolak segala bentuk promosi rokok seperti iklan, sponsor acara, poster, maupun pemberian rokok gratis serta aktif melakukan kegiatan yang bermanfaat, seperti berolahraga, membaca buku, atau menjalankan hobi yang positif (Pandai Lolan et al., 2022).

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan khusus dari penelitian ini yaitu :

1. Mengidentifikasi karakteristik remaja berdasarkan jenis kelamin pada Remaja Kelas X SMK Taruna Jaya Prawira Tuban
2. Mengidentifikasi pengetahuan remaja tentang dampak merokok terhadap kesehatan jantung Remaja Kelas X SMK Taruna Jaya Prawira Tuban
3. Mendeskripsikan pengetahuan remaja tentang dampak merokok terhadap kesehatan jantung Remaja Kelas X SMK Taruna Jaya Prawira Tuban berdasarkan karakteristik

METODE PENELITIAN

Penelitian ini memakai desain penelitian Deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh remaja kelas X Jurusan Teknik Kendaraan Ringan dan Teknik Komputer dan Jaringan SMK Taruna Jaya Prawira Tuban Tahun Ajaran 2025/2026 dengan jumlah sampel 152 remaja. Pendekatan sampel yang digunakan adalah *Simple Random Sampling*. Variabel penelitian ini adalah pengetahuan tentang dampak merokok terhadap kesehatan jantung. Cara pengambilan data menggunakan kuesioner.

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Jenis Kelamin di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban Bulan April 2026

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	138	91%
Perempuan	14	9%
Total	152	100%

Tabel 4.1 menunjukkan hampir seluruhnya remaja berjenis kelamin laki-laki, yaitu sebanyak 138 orang (91%) sedangkan sebagian kecil remaja berjenis kelamin perempuan berjumlah 14 orang (9%).

Tabel 4.2 Distribusi Pengetahuan dari Remaja di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban Bulan April 2026

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
baik	26	17%
cukup	83	55%
kurang	43	28%
Total	152	100%

Tabel 4.2 menunjukkan sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 83 remaja (55%). Selanjutnya, hampir setengahnya dari remaja berada pada kategori pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 43 remaja (28%). Sementara itu, sebagian kecil remaja yang memiliki tingkat pengetahuan baik, yaitu sebanyak 26 remaja (17%).

Tabel 4.3 Tabulasi Silang Jenis Kelamin Remaja Terhadap Pengetahuan di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban Bulan April 2026

Jenis Kelamin	Pengetahuan						Jumlah (n)	Presentase (%)
	baik	%	cukup	%	kurang	%		
Laki-laki	12	9%	83	60%	43	31%	138	100%
Perempuan	14	100%	0	0%	0	0%	14	100%
Total	26	17%	83	55%	43	28%	152	100%

Tabel 4.3 Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa pada remaja laki-laki, sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup (60%), hampir setengahnya memiliki tingkat pengetahuan kategori kurang (31%), dan sebagian kecil memiliki tingkat pengetahuan kategori baik (9%). Sementara itu, seluruh remaja perempuan (100%) berada pada kategori pengetahuan baik.

PEMBAHASAN

5.1.1. Karakteristik Jenis Kelamin Remaja di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya remaja di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban berjenis kelamin laki-laki dan sebagian kecil berjenis kelamin perempuan.

Jenis kelamin merupakan perbedaan biologis antara pria dan wanita yang berkaitan dengan organ dan fungsi reproduksi. Selain dari segi biologi, perbedaan antara pria dan wanita juga dapat diketahui dari gender, yaitu perbedaan terbentuk melalui proses sosial dan budaya yang mencakup peran, perilaku, serta sifat yang dianggap sesuai dalam kehidupan masyarakat. Dengan demikian, jenis kelamin tidak hanya berpengaruh terhadap kondisi fisik, tetapi juga dapat memengaruhi cara individu dalam berpikir, bersikap, serta menerima informasi, termasuk informasi yang berkaitan dengan kesehatan (Mad Sa'i, 2022).

Laki-laki dan wanita memiliki kecenderungan sifat yang khas dalam pertumbuhan serta perkembangan selama masa remaja. Laki-laki cenderung mengalami peningkatan massa otot, perubahan suara, serta pertumbuhan fisik yang dipengaruhi hormon testosteron. Sementara itu, perempuan mengalami perkembangan organ reproduksi, perubahan hormonal, serta pertumbuhan fisik yang dipengaruhi hormon estrogen dan progesteron. Perbedaan karakteristik tersebut merupakan bagian dari proses perkembangan biologis yang terjadi secara alamiah pada setiap individu dan dapat membentuk karakteristik remaja selama masa pertumbuhan (Kemenkes RI, 2022).

Selain itu, Damayanti dan Djuwita (2021) menjelaskan bahwa perbedaan antara remaja pria dan wanita menjadikan gender menjadi salah satu faktor pembeda karakteristik remaja. Perbedaan terlihat dari kondisi biologis, proses pertumbuhan, serta perkembangan selama masa remaja. Karena masa ini merupakan tahap perkembangan yang berisi berbagai perubahan, karakteristik gender tertentu bisa dipakai dalam penelitian untuk menggambarkan kondisi remaja (Damayanti and Djuwita, 2021).

Penelitian Irmayanti (2022) juga menyatakan terdapat variasi antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan kondisi biologis dalam konteks pertumbuhan dan perkembangan remaja. Perbedaan karakteristik tersebut merupakan kondisi alamiah yang dimiliki oleh setiap remaja. Oleh karena itu, distribusi jenis kelamin dalam suatu penelitian dapat memberikan informasi mengenai kondisi populasi yang diteliti sehingga dapat membantu peneliti dalam menjelaskan karakteristik remaja secara umum (Irmayanti *et al.*, 2022).

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa hampir seluruh remaja di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban adalah laki-laki. Hal ini bisa dipengaruhi oleh sifat sekolah berbasis kejuruan teknik yang biasanya lebih banyak dipilih oleh laki-laki daripada perempuan. Program Keahlian Teknik Kendaraan Ringan serta Teknologi Komputer dan Jaringan merupakan bagaimana karakteristik responden terdistribusi dalam penelitian ini.

5.1.2. Pengetahuan Remaja di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban Tentang Dampak Merokok Terhadap Kesehatan Jantung

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup, hampir setengah responden memiliki tingkat pengetahuan kurang, dan sebagian kecil responden memiliki tingkat pengetahuan baik.

Pengetahuan didapatkan dari proses memahami diperoleh remaja saat berinteraksi dengan objek tertentu. Proses interaksi ini berlangsung melalui lima indera manusia, dengan sebagian besar informasi yang didapat melalui indera penglihatan dan pendengaran. Tanpa pengetahuan, remaja akan kesulitan dalam membuat keputusan yang tepat (Pakpahan Martina *et al.*, 2021).

Selain itu, tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang juga dipengaruhi oleh intensitas perhatian terhadap informasi yang diperoleh. Semakin sering remaja terpapar dan memperhatikan suatu informasi, maka semakin besar kemungkinan remaja tersebut untuk memahami serta mengingat informasi yang diperoleh. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat perhatian dan paparan terhadap informasi, maka semakin baik tingkat pengetahuannya (Saputri *et al.*, 2025).

Ada beberapa hal yang dapat memengaruhi pengetahuan seperti akses informasi, dunia pendidikan, serta pendidikan kesehatan yang diterima remaja. Informasi yang diperoleh melalui sekolah, media sosial, media massa, maupun lingkungan sekitar dapat membantu meningkatkan pemahaman seseorang terhadap suatu informasi kesehatan. Melalui ketersediaan informasi yang lebih memadai peluang bagi remaja guna memperoleh pemahaman yang lebih luas juga semakin meningkat (Thaha Yuliana and Yani, 2021). Selain itu, Pemahaman dan kesadaran remaja tentang pentingnya menjaga tubuh tetap sehat bisa ditingkatkan melalui edukasi kesehatan yang dilakukan secara berkelanjutan (Angesti *et al.*, 2022).

Menurut penelitian Ganda (2024) menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hubungan dengan kebiasaan merokok di kalangan remaja. Kelompok usia muda yang kurang memahami dampaknya terbukti lebih rentan untuk mulai merokok (Ganda *et al.*, 2024). Selain itu, menurut penelitian Ade Ismayanti (2024) menunjukkan bahwa pengetahuan remaja mengenai bahaya merokok pada beberapa aspek masih kurang, dan meskipun sebagian remaja menyadari dampaknya, akan tetapi kebiasaan merokok tetap dilakukan (Ade Ismayanti *et al.*, 2024).

Dalam penelitian ini mengungkapkan sebagian besar remaja di SMK Taruna Jaya Prawira memiliki pemahaman yang cukup mengenai bahaya merokok. Tingkat pengetahuan cukup ini menunjukkan bahwa remaja telah menerima informasi dasar dari sekolah, media, atau lingkungan, namun pemahamannya masih belum mendalam. Di samping itu, masih terdapat responden pengetahuannya masih kurang, yang mengindikasikan bahwa sebagian remaja kemungkinan belum memahami informasi tersebut secara optimal. Sementara itu, sebagian kecil kelompok remaja dengan pemahaman yang baik cenderung menunjukkan perhatian yang lebih baik terhadap informasi kesehatan dapat meningkatkan pemahaman remaja mengenai dampak merokok terhadap kesehatan jantung.

5.2. Deskripsi Pengetahuan Remaja Berdasarkan Karakteristik di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban

5.2.1 Deskripsi Pengetahuan Berdasarkan Jenis Kelamin Remaja di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan, dimana remaja perempuan memiliki tingkat pengetahuan yang lebih baik dibandingkan remaja laki-laki di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban.

Jenis kelamin merupakan ciri bawaan sejak lahir yang secara alami membedakan antara laki-laki dan perempuan, mencakup variasi secara anatomis, fungsi tubuh, fisiologis, dan fungsi reproduksi. Perbedaan tersebut ditentukan berdasarkan organ reproduksi serta ciri biologis lain yang secara kodrati melekat pada masing-masing remaja. Dengan demikian, jenis kelamin menjadi salah satu karakteristik dasar yang membedakan remaja secara biologis (Izka Aulia & Syahnaz, 2026).

Tingkat pemahaman dihasilkan dari proses individu dalam menerima berita melalui proses indra yang diperoleh melalui lima indera, terutama penglihatan dan pendengaran. Tingkat pengetahuan dapat digambarkan berdasarkan perhatian terhadap informasi, pengalaman, lingkungan, pendidikan, serta akses informasi yang dimiliki remaja. Remaja yang memperoleh informasi secara lebih luas memiliki kesempatan lebih besar dalam memahami suatu informasi yang diterima (Pakpahan Martina *et al.*, 2021).

Informasi kesehatan yang diperoleh melalui lingkungan sekolah, media sosial, media massa, maupun lingkungan sekitar dapat menjadi sumber pengetahuan bagi remaja mengenai suatu masalah kesehatan. Banyaknya informasi yang didapatkan remaja, maka bertambah besar peluang remaja mengenali serta memahami informasi kesehatan yang diperoleh. Pengetahuan yang baik mengenai kesehatan dapat membantu remaja memahami risiko kesehatan dan pentingnya menjaga kesehatan diri. Menurut penelitian Safitri dan Rahajeng (2025), tingkat pemahaman pada perempuan cenderung lebih baik daripada laki-laki. Kondisi ini dipicu oleh berbagai hal, diantaranya perempuan umumnya lebih teliti, lebih peka terhadap situasi dan kondisi, serta memiliki perhatian yang lebih besar terhadap berbagai informasi. Selain itu, keterlibatan perempuan dalam kegiatan pembelajaran umumnya cenderung memiliki motivasi yang tinggi, dan lebih memperhatikan aspek kesehatan. Sikap yang lebih waspada serta keinginan untuk mencari informasi dengan bertanya atau menggali pengetahuan lebih lanjut dapat menjadi faktor yang mendukung peningkatan pengetahuan pada perempuan (Safitri and Rahajeng, 2025).

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh remaja perempuan di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban tingkat pengetahuan dalam kelompok baik, sedangkan sebagian besar remaja laki-laki termasuk dalam kelompok cukup dan kurang. Kondisi ini menjelaskan bahwa adanya perbedaan tingkat pengetahuan berdasarkan jenis kelamin, dimana remaja perempuan cenderung memiliki pemahaman yang lebih tinggi jika dibandingkan remaja laki-laki. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh banyaknya informasi yang diperoleh remaja mengenai kesehatan, baik melalui lingkungan sekolah, media sosial, media massa, maupun lingkungan sekitar. Remaja perempuan cenderung lebih banyak memperhatikan informasi yang berkaitan dengan kesehatan sehingga dapat meningkatkan pemahaman terhadap informasi yang diterima, sedangkan remaja laki-laki biasanya kurang memperhatikan informasi kesehatan sehingga pemahaman terhadap informasi yang diperoleh belum optimal.

SIMPULAN

1. Hampir seluruhnya remaja di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban berjenis kelamin laki-laki.
2. Sebagian kecil remaja kelas X di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban memiliki pengetahuan baik tentang dampak merokok terhadap kesehatan jantung.

3. Pengetahuan remaja berdasarkan karakteristik jenis kelamin menunjukkan adanya perbedaan, dimana remaja perempuan memiliki tingkat pengetahuan yang lebih baik dibandingkan remaja laki-laki.

SARAN

1. Remaja kelas X SMK Taruna Jaya Prawira Tuban, dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan dengan menghindari kebiasaan merokok serta lebih aktif mencari informasi mengenai dampak negatif merokok terhadap kesehatan.
2. Remaja dapat menghindari kebiasaan merokok dengan mengisi waktu luang melalui kegiatan positif seperti olahraga, membaca, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, atau aktivitas seni yang mendukung pola hidup sehat.
3. Sekolah diharapkan dapat mengoptimalkan edukasi kesehatan terkait bahaya merokok melalui kegiatan pembelajaran, penyuluhan kesehatan, serta pembinaan remaja secara berkelanjutan. Guru juga diharapkan dapat berperan sebagai teladan dalam menjalankan pola hidup sehat dan melakukan penguatan edukasi mengenai perilaku berisiko di remaja sehingga pemahaman yang sudah didapat bisa diterapkan dalam kegiatan kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Ismayanti, S. *et al.* (2024) *Perilaku dan Pengetahuan Remaja Indonesia tentang Merokok, Jurnal Farmasi Komunitas*. Available at: <https://orcid.org/0009-0004-4252-3106>.
- Angesti, A.N. *et al.* (2022) "Analysis of Nutrition Knowledge and Health Education in Adolescents," *Jurnal Inovasi Pendidikan MH Thamrin*, 6(2), pp. 104–111. Available at: <https://doi.org/10.37012/jipmht.v6i2.1376>.
- Damayanti, M. and Djuwita, E. (2021) "Pengaruh Pengalaman Hukuman Fisik Dan Jenis Kelamin Terhadap Mitos Dan Intensi Penggunaan Hukuman Fisik Pada Remaja," *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 14(1), pp. 63–75. Available at: <https://doi.org/10.24156/jikk.2021.14.1.63>.
- Diella Zulaeika, F.A. (2025) "Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Merokok Terhadap Kesehatan Di Smp Sunan Bonang Tangerang."
- Ganda, J. *et al.* (2024) Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Merokok Pada Remaja di SMAN 2 Tambun Utara. Available at: <https://jurnal.akperrscikini.ac.id/index.php/JKC>.
- Inggit Windhi Kharisma Putri, M. (2025) "Analisis Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama," *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 11(2).
- Iriyanti, Y.N. and Mandagi, A.M. (2022) "Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat Pengetahuan Mengenai Bahaya Merokok dengan Keinginan Berhenti Merokok Masyarakat Desa Pakel," 13, pp. 15–24. Available at: <http://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/preventif>.
- Mad Sa'i (2022) "Pendidikan Islam Dan Gender," *Islamuna: Jurnal Studi Islam*, 2(1), pp. 118–138. Available at: <https://doi.org/10.19105/islamuna.v2i1.657>.
- Pakpahan Martina *et al.* (2021) "2021 Book Chapter Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan."
- Pandai Lolan, Y. *et al.* (2022) "Penyuluhan Bahaya Merokok Pada Remaja Di Kelurahan Cipadung Kidul Kota Bandung," 5(3), pp. 609–616. Available at: <https://doi.org/10.22460/as.v5i3.10903>.
- Safitri, A. and Rahajeng, A. (2025) "Tingkat Pengetahuan Remaja Terhadap Kesehatan Reproduksi di Kampung KB Sendangsari," *Jurnal Pengabdian, Riset, Kreativitas*,

- Inovasi, dan Teknologi Tepat Guna*, 3(2), pp. 250–258. Available at: <https://doi.org/10.22146/parikesit.v3i2.9490>.
- Saputri, L.W. *et al.* (2025) “Akses informasi dan pengetahuan dengan perilaku kesehatan reproduksi remaja,” *Journal of Public Health Innovation*, 5(2), pp. 200–209. Available at: <https://doi.org/10.34305/jphi.v5i2.1566>.
- Sari, D., Pratama Sutisna, D. and Dwi Apriliani STIKes Wijaya Husada Bogor, F. (2023) Hubungan Merokok Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner, *Jurnal Ilmiah Wijaya*. Available at: www.jurnalwijaya.com;