

PENYULUHAN BAHAYA ROKOK ELEKTRIK PADA REMAJA : MENGAPA KITA HARUS PEDULI

Dessy Abdullah^{1*}, Rinita Amelia², Indra Kertati³, Riki Nova⁴, Maryeti Marwazi⁵,
Zamsari Chan⁶

^{1,2,4,5,6}Universitas Baiturrahmah

³Universitas 17 Agustus 1945 Semarang

dessyabdullah@fk.unbrah.ac.id¹

Received: 16-09-2024

Revised: 24-09-2024

Approved: 07-10-2024

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk menganalisis bahaya penggunaan rokok pada remaja serta menekankan pentingnya langkah-langkah preventif dan kuratif dalam memerangi kebiasaan merokok di kalangan remaja. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah dan diskusi interaktif dengan peserta berjumlah 22 orang. Kegiatan ini dirancang untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai dampak merokok terhadap kesehatan fisik dan mental. Hasil dari kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta tentang bahaya rokok setelah mengikuti program ini. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong remaja untuk menghindari kebiasaan merokok dan menerapkan pola hidup sehat. Simpulan, Kegiatan pengabdian ini berhasil memberikan pemahaman yang lebih baik kepada remaja tentang risiko kesehatan yang ditimbulkan oleh rokok, serta pentingnya langkah-langkah pencegahan. Upaya ini diharapkan dapat berkontribusi dalam menurunkan angka perokok di kalangan remaja.

Kata Kunci: Rokok, Remaja, Kesehatan, Depresi

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, di mana terjadi banyak perubahan fisik dan psikologis. Pada masa ini, remaja cenderung mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar, termasuk perilaku merokok. (Afdal et al., 2021) Merokok dapat berdampak negatif bagi kesehatan fisik dan mental remaja. Secara fisik, rokok mengandung zat-zat berbahaya yang dapat merusak organ pernapasan. Sedangkan secara mental, remaja yang merokok lebih rentan mengalami depresi (Sandhi, 2019). Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanganan perilaku merokok di kalangan remaja perlu dilakukan secara komprehensif, dengan melibatkan orang tua, sekolah, dan pemerintah. Melalui program edukasi dan pengawasan yang intensif, diharapkan dapat menurunkan angka perokok di kalangan remaja dan mengurangi dampak buruk yang ditimbulkan. (Lim et al., 2020)

rokok elektrik atau vape telah menjadi tren di kalangan remaja dalam beberapa tahun terakhir. meskipun kadang-kadang dipromosikan sebagai alat bantu berhenti merokok yang lebih aman dari rokok konvensional, kenyataannya penggunaan rokok elektrik memiliki risiko kesehatan yang serius bagi remaja (Sandhi, 2019). kandungan aerosol dalam rokok elektrik mengandung bahan kimia berbahaya seperti nikotin, logam berat, dan bahan karsinogenik (Striley et al., 2022) yang berpotensi merusak paru-paru dan meningkatkan risiko penyakit (Farber, 2020). selain itu, rokok elektrik juga cenderung menyebabkan kecanduan nikotin dan perilaku adiksi yang berbahaya. (Khambayat et al., 2023). Penggunaan rokok elektrik di kalangan remaja semakin meningkat dari tahun ke tahun. sebuah studi menemukan bahwa penggunaan rokok elektrik di kalangan siswa sekolah menengah atas di AS meningkat dari 11,7% pada tahun 2017 menjadi 27,5% pada tahun 2019 (Larsen, 2020). remaja seringkali tergoda dengan rasa dan aroma dari rokok elektrik, serta kemudahan penggunaannya yang

seolah-olah tidak menimbulkan dampak negatif. (Larsen, 2020) padahal, diketahui bahwa remaja yang mengonsumsi rokok elektrik lebih rentan untuk mulai menggunakan rokok konvensional (Farber, 2020).

Penggunaan rokok elektronik atau vape dapat membahayakan perkembangan fisik, mental, dan emosional remaja. Literatur terbaru menunjukkan bahwa kandungan zat-zat berbahaya seperti nikotin, logam berat, dan bahan-bahan lain dalam rokok elektronik dapat memberi dampak negatif jangka panjang. (Restuaji & Qibthiyah, 2023). Dampak tersebut antara lain masalah perkembangan otak, gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi, serta risiko kecanduan yang lebih tinggi. (Dewi, 2021). Remaja yang menggunakan rokok elektronik cenderung lebih mungkin untuk mencoba rokok konvensional dan terpapar bahaya rokok lebih lanjut. (Cambron, 2022) Oleh karena itu, penting untuk mencegah penggunaan rokok elektronik di kalangan remaja demi menjaga kesejahteraan mereka di masa depan. Berbagai penelitian telah mengungkap kandungan berbahaya dalam rokok elektronik yang dapat memberikan dampak buruk bagi kesehatan remaja. Tren penggunaan rokok elektrik di kalangan remaja ini tentu saja menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu ditangani secara serius. diperlukan upaya komprehensif dari berbagai pemangku kepentingan, termasuk pemerintah, sekolah, orang tua, dan industri, untuk mengedukasi remaja tentang bahaya rokok elektrik serta mencegah semakin meningkatnya jumlah remaja yang terlibat. dengan upaya yang terkoordinasi, diharapkan dapat meminimalisir dampak buruk penggunaan rokok elektrik di kalangan remaja. Rokok elektrik, atau yang sering dikenal sebagai vape, adalah alat yang digunakan untuk menguapkan cairan yang biasanya mengandung nikotin, perasa, dan bahan kimia lainnya. Alat ini bekerja dengan memanaskan cairan tersebut untuk menghasilkan uap yang kemudian dihirup pengguna. Konsep di balik rokok elektrik adalah menawarkan alternatif yang lebih "aman" dibandingkan dengan rokok konvensional, yang mana mengandung tar dan bahan berbahaya lainnya. Namun, realitasnya jauh lebih kompleks. Kebanyakan orang, terutama remaja, cenderung melihat rokok elektrik sebagai sesuatu yang cool dan trendy. Mereka terpesona oleh berbagai pilihan rasa yang ditawarkan, mulai dari buah-buahan hingga makanan penutup, yang membuat pengalaman merokok menjadi lebih menyenangkan. Namun, banyak yang tidak menyadari bahwa meskipun tidak terlihat seperti rokok biasa, rokok elektrik tetap membawa risiko kesehatan yang serius.

Rokok elektrik sering kali diklaim sebagai produk yang tidak berbahaya, tetapi penting untuk diingat bahwa nikotin, zat adiktif yang terdapat di dalamnya, dapat memiliki konsekuensi negatif bagi perkembangan otak remaja. Data menunjukkan bahwa sekali remaja terpapar nikotin, mereka cenderung untuk terus mencari dan menggunakannya, entah dalam bentuk rokok elektrik atau konvensional. Oleh karena itu, memahami apa itu rokok elektrik dan bahaya yang menyertainya sangatlah penting (Diva Widyantari, 2023). Dalam beberapa tahun terakhir, rokok elektrik telah menjadi fenomena yang meluas di kalangan remaja. Apa yang awalnya dianggap sebagai alternatif yang lebih "aman" dibandingkan dengan rokok konvensional, kini telah menjelma menjadi tren yang memikat hati jutaan anak muda. Namun, popularitas ini membawa konsekuensi yang serius dan kita harus lebih waspada. Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya minat remaja terhadap rokok elektrik adalah persepsi bahwa vape adalah pilihan yang lebih modern dan stylish. Dengan desain yang menarik serta beragam rasa menarik seperti buah, permen, dan minuman, rokok elektrik menawarkan pengalaman yang lebih menyenangkan dibandingkan rokok tradisional. Hal ini mendorong remaja untuk mencoba dan terus menggunakan produk

ini. Ditambah lagi, banyak influencer dan selebriti menggunakan vape dalam media sosial, menjadikannya simbol status di kalangan remaja. Mereka terpapar pada gambar-gambar di mana penggunaan rokok elektrik tampak santai dan menyenangkan, sehingga mereka merasa termotivasi untuk mengikuti tren tersebut tanpa memahami bahaya yang mengintai.

Lebih mengkhawatirkan lagi, banyak remaja yang merasa berani mencoba rokok elektrik karena anggapan bahwa itu tidak seberbahaya rokok biasa. Dengan peredaran yang semakin mudah, serta iklan yang kurang diatur, remaja menjadi lebih rentan untuk terjebak dalam jebakan nikotin yang berbahaya. Oleh karena itu, sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman mengenai bahaya rokok elektrik sebelum terlambat. Rokok mengandung lebih dari 4.000 bahan kimia, di antaranya nikotin, tar, dan karbon monoksida, yang dapat memberikan dampak negatif bagi kesehatan (Rivaldo et al., 2022). Zat-zat tersebut dapat merusak sistem pernapasan, seperti menyebabkan iritasi pada saluran pernapasan, bronkitis kronis, dan bahkan kanker paru-paru (Kolintama et al., 2022). Selain itu, konsumsi rokok juga dapat menyebabkan dehidrasi, halusinasi, dan penurunan tingkat kesadaran yang dapat membahayakan kondisi fisik remaja (Sandhi, 2019)(Kolintama et al., 2022). Selain berdampak buruk bagi kesehatan fisik, perilaku merokok pada remaja juga dapat mempengaruhi kesehatan mental. Penelitian menunjukkan bahwa remaja perokok memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang tidak merokok (Aisah Amini et al., 2020). Hal ini disebabkan oleh zat-zat kimia dalam rokok yang dapat mempengaruhi suasana hati dan emosi remaja. Selain itu, perilaku merokok pada remaja juga dapat memicu stres, kecemasan, dan penurunan harga diri. Untuk mengatasi permasalahan perilaku merokok di kalangan remaja, diperlukan upaya pencegahan dan penanganan yang komprehensif. Peran aktif orang tua, sekolah, dan pemerintah sangat penting dalam memberikan edukasi dan pengawasan yang ketat. Di lingkungan keluarga, orang tua perlu memberikan pemahaman dan keteladanan yang baik mengenai bahaya merokok bagi kesehatan. (Rohmah et al., 2023) Selain itu, orang tua juga harus memperhatikan pergaulan anak remajanya dan memastikan mereka tidak terpengaruh oleh perilaku merokok (Aisah Amini et al., 2020). Di lingkungan sekolah, pihak sekolah dapat menyelenggarakan program-program edukasi dan kampanye anti-rokok. Sekolah juga dapat menerapkan peraturan yang tegas terhadap siswa yang melanggar larangan merokok di lingkungan sekolah.

Sementara itu, pemerintah perlu membuat kebijakan yang lebih ketat dalam pengawasan dan pengendalian peredaran rokok. Selain itu, pemerintah juga dapat memperkuat program-program kesehatan mental bagi remaja perokok untuk membantu mereka mengatasi masalah depresi.(Minichino et al., 2013). Pada era modern ini, rokok elektrik atau vaping telah menjadi salah satu fenomena sosial yang mengkhawatirkan, terutama di kalangan remaja. Aspek sosial dan pengaruh lingkungan memainkan peran penting dalam menyebarnya penggunaan rokok elektrik. Sebagai orang tua, pendidik, dan anggota masyarakat, kita harus memahami dinamika ini agar dapat mengambil langkah-langkah yang efektif dalam mencegah kebiasaan berbahaya ini. Salah satu faktor utama yang membuat remaja tertarik untuk mencoba rokok elektrik adalah normalisasi perilaku merokok yang terjadi di sekitar mereka. Melihat teman sebaya atau influencer di media sosial menggunakan rokok elektrik seringkali dapat menciptakan persepsi bahwa hal ini adalah perilaku yang dapat diterima dan bahkan menjadi tren. Dengan demikian, bahaya dari rokok elektrik tidak hanya terletak pada produk itu sendiri, tetapi juga pada bagaimana masyarakat memandangnya. Jika

merokok elektrik dianggap ‘keren’ atau ‘modern’, remaja cenderung tidak melihatnya sebagai sesuatu yang berisiko. (Brown et al., 2020). Selain itu, pengaruh lingkungan seperti komunitas dan keluarga sangat menentukan sikap remaja terhadap rokok elektrik. Jika mereka dibesarkan dalam lingkungan di mana merokok adalah hal biasa, maka kemungkinannya untuk mengadopsi perilaku tersebut semakin tinggi. Kita perlu menciptakan atmosfer yang mendukung kesehatan dan kesejahteraan bagi generasi muda kita, dan ini dimulai dengan memberikan contoh yang baik serta menciptakan kesadaran akan dampak negatif dari rokok elektrik.

Dalam menghadapi fenomena rokok elektrik yang semakin marak di kalangan remaja, peran orang tua dan lembaga pendidikan menjadi sangat krusial. Orang tua adalah garis pertahanan pertama yang dapat membantu anak-anak mereka menghindari jebakan nikotin dan dampak negatifnya. Dengan pendekatan yang tepat, orang tua dapat menjadi panutan dan sumber informasi yang dapat dipercaya mengenai bahaya rokok elektrik. Ada banyak alasan mengapa orang tua perlu mengambil langkah proaktif dalam mendidik anak-anak mereka tentang rokok elektrik. Pertama, tidak semua remaja memiliki pengetahuan yang memadai tentang risiko kesehatan yang terkait dengan penggunaan rokok elektrik. Oleh karena itu, orang tua harus memberikan penjelasan yang jelas dan faktual tentang bahaya tersebut, mulai dari efek jangka pendek hingga jangka panjang. Sekolah juga memegang peranan yang tidak kalah penting. Melalui program pendidikan yang efektif, para siswa dapat dibekali dengan pemahaman yang mendalam mengenai perilaku berisiko dan cara menghindarinya. Pendidikan kesehatan yang mencakup bahasan tentang rokok elektrik harus dimasukkan dalam kurikulum pendidikan agar dapat mengubah cara pandang remaja terhadap kebiasaan ini. Seiring dengan komunikasi yang terbuka dan jujur antara orang tua dan anak, remaja akan lebih mendapatkan dukungan dalam membuat keputusan yang sehat. Ini adalah investasi jangka panjang yang akan membentuk masa depan mereka, serta menciptakan generasi yang lebih sadar akan kesehatan. Mari kita berperan aktif dalam mendukung anak-anak kita agar terhindar dari pengaruh buruk rokok elektrik (Trucco et al., 2021)

Di era di mana rokok elektrik semakin merajalela, komunikasi terbuka antara orang tua dan remaja menjadi hal yang sangat penting. Persoalan ini bukan hanya mengenai kesehatan, tetapi juga tentang bagaimana remaja memahami dan menghadapi tekanan lingkungan sekitar mereka. Anak-anak muda sering kali merasa terisolasi dan bingung dalam menghadapi pilihan yang penuh risiko ini. Oleh karena itu, orang tua wajib hadir sebagai pendengar dan pengarah. (Khambayat et al., 2023). Dengan membangun komunikasi yang terbuka, orang tua dapat menciptakan ruang yang aman bagi remaja untuk berbagi kekhawatiran, ketakutan, atau bahkan rasa ingin tahunya tentang rokok elektrik. Merespons pertanyaan atau kebingungan dengan sikap yang tidak menghakimi akan membuat remaja lebih terbuka dalam berdiskusi. Pendekatan yang penuh empati bukan hanya mendorong kejujuran, tetapi juga membangun hubungan yang lebih kuat antara orang tua dan anak.

Selain itu, orang tua dapat memberdayakan remaja dengan informasi yang faktual dan relevan tentang bahaya rokok elektrik. Mengarahkan anak menuju data dan penelitian mengenai dampak kesehatan, baik jangka pendek maupun jangka panjang, sangat penting. Dengan demikian, remaja tidak hanya mendengar informasi dari luar, tetapi juga menerima bekal pengetahuan yang kuat dari orang tua mereka, yang akan membantu mereka membuat keputusan yang bijaksana.

METODE KEGIATAN

Metode pengabdian yang digunakan adalah Metode sosialisasi yang digunakan adalah partisipatif. Metode ini merangsang kreativitas dan interaksi antara siswa dan tim pengabdian masyarakat. Metode partisipatif memperkuat subjek, yaitu anak-anak dan tim pengabdian masyarakat, dalam merancang kegiatan yang memperkuat hasil sosialisasi. Subjek dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah anak-anak kelas 7 dari SKIL. Metode partisipatif bertujuan untuk menggerakkan komunitas secara sukarela. Model partisipasi mengintegrasikan aspek multidimensional dalam pengambilan keputusan sehingga menjadi prosedur praktis dalam tiga bentuk pengetahuan: pengetahuan berdasarkan akal sehat dan pengalaman pribadi, pengetahuan berbasis keahlian teknis, dan pengetahuan yang diperoleh dari kepentingan sosial dan advokasi. Ketiga bentuk pengetahuan ini diintegrasikan dalam prosedur yang berurutan di mana aktor masyarakat yang berbeda diberikan tugas spesifik sesuai kapasitas mereka. Metode partisipasi ini efektif karena (1) partisipasi menciptakan rasa harga diri dan kemampuan pribadi untuk dapat berpartisipasi dalam keputusan penting yang melibatkan kepentingan subjek; (2) partisipasi menciptakan lingkungan umpan balik untuk aliran informasi tentang sikap, aspirasi, kebutuhan, dan kondisi daerah yang tanpa adanya partisipasi tidak akan terungkap; (3) partisipasi menyediakan lingkungan yang kondusif untuk aktualisasi potensi dan pertumbuhan komunitas; dan (4) partisipasi dilihat sebagai refleksi hak demokratis individu untuk terlibat dalam perkembangan mereka. Melalui partisipasi ini, materi yang disampaikan akan mendapatkan respons dan dapat digunakan untuk meningkatkan kapasitas subjek. Partisipasi didefinisikan sebagai sensitasi untuk meningkatkan kesediaan untuk menerima dan kemampuan untuk merespons materi yang disajikan. Partisipasi bukan hanya meminta dukungan untuk semua program yang telah disiapkan, tetapi juga mendorong kesadaran untuk melakukan sesuatu setelah program diimplementasikan. (Kertati et al., 2024)



Gambar 1. Tahapan pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah berhasil memberikan pemahaman kepada para remaja tentang bahaya rokok bagi kesehatan fisik dan mental. Remaja yang awalnya memiliki pemahaman yang kurang memadai tentang dampak rokok, kini telah memiliki pengetahuan yang lebih baik. Hal ini terlihat dari hasil diskusi interaktif

dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan yang menunjukkan peningkatan pengetahuan pada indikator-indikator terkait bahaya rokok. Selain itu, kegiatan pengabdian ini juga telah mendorong partisipasi aktif remaja dalam upaya pencegahan perilaku merokok di lingkungan mereka. Mereka telah memahami pentingnya menjaga kesehatan diri dan lingkungan dengan tidak merokok, serta berkomitmen untuk menjadi agen perubahan dalam mengurangi angka perokok di kalangan remaja.



Gambar 1. Dampak Kesehatan Rokok Elektrik:
Apa yang Perlu Diketahui Remaja

Kegiatan penyuluhan mengenai bahaya rokok elektrik pada remaja berlangsung dengan antusiasme tinggi dari peserta. Sebanyak 22 remaja yang hadir mengikuti sesi ceramah dan diskusi interaktif. Dalam sesi ini, para peserta diberikan informasi mendalam mengenai komponen berbahaya dalam rokok elektrik, seperti nikotin dan bahan kimia lainnya. Mereka juga diajak untuk memahami bahwa meskipun rokok elektrik sering dianggap lebih aman daripada rokok konvensional, banyak studi menunjukkan dampak kesehatan jangka panjang yang merugikan, termasuk masalah pernapasan, gangguan jantung, dan potensi kecanduan yang tinggi. Peserta diajak untuk menganalisis setiap elemen gambar yang menunjukkan dampak fisik dan mental dari merokok, serta statistik yang relevan mengenai peningkatan pengguna rokok elektrik di kalangan remaja. Dengan pendekatan visual ini, diharapkan informasi yang disampaikan dapat lebih mudah dipahami dan diingat oleh para remaja. Melalui diskusi, peserta berbagi pengalaman dan pandangan mereka mengenai rokok elektrik. Banyak yang tidak menyadari bahwa meskipun dianggap “lebih modern” atau “lebih aman,” rokok elektrik tetap memiliki risiko kesehatan yang serius.

Pembicaraan ini membangun kesadaran kolektif di antara peserta dan mendorong mereka untuk berpikir kritis mengenai pilihan yang mereka buat. Selain itu, mereka juga diberikan tips untuk menghindari dan menolak tekanan teman sebaya yang mungkin mendorong mereka untuk mencoba rokok elektrik. Peningkatan pengetahuan yang terlihat pada peserta pasca-kegiatan diharapkan tidak hanya mengubah pandangan mereka terhadap rokok elektrik, tetapi juga mendorong mereka untuk menyebarkan informasi ini kepada teman-teman sebaya lainnya. Hal ini penting, mengingat peran remaja sebagai agen perubahan dalam komunitas mereka. Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai bahaya rokok elektrik, diharapkan mereka akan lebih peduli dan aktif dalam menghindari kebiasaan merokok, serta berpartisipasi dalam upaya untuk mempromosikan gaya hidup sehat di kalangan rekan-rekan mereka.



Gambar 2. Proses pemaparan dan tanya jawab materi

Kegiatan penyuluhan yang melibatkan sesi pemaparan dan tanya jawab tentang bahaya rokok elektrik pada remaja berjalan dengan sukses. Pada Gambar 2, yang menggambarkan proses pemaparan materi dan sesi tanya jawab, terlihat interaksi aktif antara narasumber dan peserta. Selama pemaparan, narasumber menjelaskan berbagai aspek kesehatan yang terkait dengan penggunaan rokok elektrik, termasuk risiko kesehatan fisik, efek psikologis, dan statistik penggunaan di kalangan remaja. Peserta sangat antusias dan berpartisipasi aktif, mengajukan pertanyaan yang menunjukkan keingintahuan mereka tentang topik ini.

Sesi tanya jawab tidak hanya memungkinkan peserta untuk mendapatkan klarifikasi mengenai informasi yang disampaikan, tetapi juga mendorong mereka untuk berbagi pengalaman pribadi. Banyak peserta mengungkapkan kekhawatiran mereka tentang pengaruh lingkungan sosial, seperti tekanan dari teman sebaya, yang membuat mereka merasa tertarik untuk mencoba rokok elektrik. Dengan memberikan ruang bagi peserta untuk berbicara, kegiatan ini menciptakan suasana yang mendukung, di mana mereka merasa didengarkan dan dihargai. Proses pemaparan dan tanya jawab ini sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Peserta yang awalnya memiliki pandangan yang samar mengenai rokok elektrik mulai memahami bahaya yang mungkin ditimbulkan. Narasumber berhasil menjelaskan dengan jelas bahwa meskipun rokok elektrik sering kali dipromosikan sebagai alternatif yang lebih aman, banyak riset menunjukkan bahwa risiko kecanduan dan efek negatif terhadap kesehatan mental dan fisik tetap ada.

Melalui sesi ini, para remaja juga diajak untuk berpikir kritis tentang kebiasaan merokok di lingkungan mereka. Mereka didorong untuk tidak hanya mempertimbangkan kesehatan pribadi, tetapi juga dampak sosial dari kebiasaan merokok yang dapat menular di kalangan teman sebaya. Dengan hasil positif dari diskusi ini, diharapkan remaja dapat menjadi agen perubahan yang proaktif dalam mempromosikan gaya hidup sehat di komunitas mereka, serta menjadi panutan bagi teman-teman mereka dalam menolak rokok elektrik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi yang dilakukan, merokok tidak hanya dapat menyebabkan kerusakan pada sistem pernapasan, tetapi juga dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi pada remaja. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan penanganan perilaku

merokok di kalangan remaja harus dilakukan secara komprehensif, dengan melibatkan berbagai pemangku kepentingan, seperti orang tua, sekolah, dan pemerintah. Melalui program edukasi, pengawasan, dan kebijakan yang tepat, diharapkan angka perokok di kalangan remaja dapat ditekan, sehingga mereka dapat tumbuh dan berkembang menjadi generasi yang sehat, baik secara fisik maupun mental.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdal, Yunasril, R., Lestari, S. M., Nusa, S. A., Ramadhani, A. F., & Syapitri, D. (2021). Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Meaning of Life Remaja. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 8(02), 186–198. <https://doi.org/10.21009/jkkp.082.07>
- Aisah Amini, N., Noor Prastia, T., & Dewi Pertiwi, F. (2020). Factors Related To Adolescent Depression Levels in Yph Plus Bogor High School Bogor 2019. *Promotor*, 3(4), 387–395. <https://doi.org/10.32832/pro.v3i4.4195>
- Brown, R., Bauld, L., de Lacy, E., Hallingberg, B., Maynard, O., McKell, J., Moore, L., & Moore, G. (2020). A qualitative study of e-cigarette emergence and the potential for renormalisation of smoking in UK youth. *International Journal of Drug Policy*, 75, 102598. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2019.11.006>
- Cambron, C. (2022). E-Cigarette Use Is Associated with Increased Psychological Distress among Youth: A Pooled Cross-Sectional Analysis of State-Level Data from 2019 and 2021. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18). <https://doi.org/10.3390/ijerph191811726>
- Dewi, D. M. S. K. (2021). Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Bahaya Rokok Elektronik. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 3(1), 31–40. <https://doi.org/10.51602/cmhp.v3i1.46>
- Diva Widyantari, D. (2023). Dampak Penggunaan Rokok Elektrik (Vape) terhadap Risiko Penyakit Paru. *Lombok Medical Journal*, 2(1), 34–38. <https://doi.org/10.29303/lmj.v2i1.2477>
- Farber, H. J. (2020). New understanding of the health hazards of electronic cigarettes and vaping. *Pediatrics in Review*, 41(3), 152–154. <https://doi.org/10.1542/pir.2019-0269>
- Kertati, I., Aeni, C., Panggabean, C. I. I. T., Abdullah, D., & Amelia, R. (2024). The Role of Civil Society in Preventing Children from Smoking at Malaysia. *GUYUB: Journal of Community Engagement*, 5(1), 211–228. <https://doi.org/10.33650/guyub.v5i1.8294>
- Khambayat, S., Jaiswal, A., Prasad, R., Wanjari, M. B., Sharma, R., & Yelne, S. (2023). Vaping Among Adolescents: An Overview of E-Cigarette Use in Middle and High School Students in India. *Cureus*, 15(5), 1–8. <https://doi.org/10.7759/cureus.38972>
- Kolintama, B., Lelyana, S., Lelyana, S., Kintawati, S., & Kintawati, S. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Merokok Sebagai Faktor Risiko Kanker Rongga Mulut Di Kelurahan Bintauna Kecamatan Bintauna Kabupaten Bolmong Utara Provinsi Sulawesi Utara. *Jurnal Ilmiah Dan Teknologi Kedokteran Gigi*, 18(1), 1–7. <https://doi.org/10.32509/jitekgi.v18i1.1619>
- Minichino, A., Bersani, F. S., Calò, W. K., Spagnoli, F., Francesconi, M., Vicinanza, R., Chiaie, R. D., & Biondi, M. (2013). Smoking behaviour and mental health disorders-mutual influences and implications for therapy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 10(10), 4790–4811.

- <https://doi.org/10.3390/ijerph10104790>
- Restuaji, I. M., & Qibthiyyah, S. (2023). Penentuan Konsentrasi Timbal Dalam Darah Dengan Metode SSA Pada Mahasiswa Perokok Elektrik di IIK Bhakta Kediri. *Jurnal Sintesis: Penelitian Sains, Terapan Dan Analisisnya*, 4(1), 46–53. <https://doi.org/10.56399/jst.v4i1.99>
- Rivaldo, R., Pratiwi, B. A., Ardinata, M., Oktarianita, O., Yuli, M., & Nazar, N. (2022). Edukasi Hukum Tentang Dampak Penyalagunaan Napza Terhadap Remaja Di Desa Talang Ulu. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (JIMAKUKERTA)*, 2(3), 663–671. <https://doi.org/10.36085/jimakukerta.v2i3.2779>
- Rohmah, N., Elvira, V. F., & Badrah, S. (2023). Upaya Pemberdayaan Masyarakat: Rumah Sehat Bebas Asap Rokok Di Kawasan Masyarakat Tropis. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(2), 1129. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i2.13240>
- Sandhi, S. I. (2019). Studi Fenomenologi : Kesadaran Diri (Self Awareness) Perokok Aktif yang mempunyai Anak Balita dalam Perilaku Merokok di Tempat Umum di Kelurahan Pegulon Kabupaten Kendal. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 6(3), 237–243. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol6.iss2.61>
- Striley, C. W., Nutley, S. K., & Hoeflich, C. C. (2022). E-cigarettes and non-suicidal self-injury: Prevalence of risk behavior and variation by substance inhaled. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.911136>
- Trucco, E. M., Cristello, J. V., & Sutherland, M. T. (2021). Do Parents Still Matter? The Impact of Parents and Peers on Adolescent Electronic Cigarette Use. *Journal of Adolescent Health*, 68(4), 780–786. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.12.002>