

ABSTRAK

Perilaku merokok pada remaja memiliki konsekuensi yang kompleks dan multidimensi. Rokok berdampak buruk untuk remaja. Merokok merupakan salah satu indikator perilaku bermasalah yang dapat mengganggu tumbuh kembang remaja secara fisik, psikologis dan sosial. Program UBM di wilayah puskesmas Sawahan ini diharapkan mampu memberikan dampak nyata dalam menekan angka perilaku merokok pada remaja. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas program UBM Puskesmas terhadap perilaku merokok pada remaja.

Desain penelitian yang digunakan yaitu *Pretest – Posttest With Control Group Design* dengan populasi remaja yang terdata merokok di 7 SMA sebanyak 93 orang dengan sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan sampel dengan *cluster sampling* sebanyak 32 sampel. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* dan uji beda *Mann Whitney U Test* dengan $\alpha=0,005$.

Hasil uji wilcoxon terdapat pengaruh program UBM terhadap pengetahuan remaja tentang merokok di Puskesmas Sawahan, terdapat pengaruh program UBM terhadap sikap remaja tentang merokok di Puskesmas Sawahan, terdapat pengaruh program UBM terhadap perilaku remaja tentang merokok di Puskesmas Sawahan dan program UBM efektif menurunkan perilaku merokok pada remaja di Puskesmas Sawahan.

Program UBM unggul karena menggabungkan pendekatan edukatif, motivasional, dan suportif dalam satu paket intervensi. Remaja dilibatkan dengan berdiskusi serta melakukan simulasi pengambilan keputusan, UBM berhasil mengembangkan keterampilan sosial dan psikologis yang dibutuhkan untuk menghindari tekanan teman sebaya atau kebiasaan merokok yang sudah terbentuk. Selain itu, program UBM memiliki keunggulan dalam membangun kesadaran jangka panjang, karena tidak hanya menekankan pada efek jangka pendek dari merokok, tetapi juga memperkuat nilai-nilai kesehatan dan kualitas hidup.

Kata kunci : perilaku, merokok, remaja

ABSTRACT

Smoking behavior in adolescents has complex and multidimensional consequences. Cigarettes have a bad impact on teenagers. Smoking is one indicator of problematic behavior that can interfere with the physical, psychological and social growth of adolescents. The UBM program in the Sawahan Health Center area is expected to be able to provide a real impact in reducing the number of smoking behavior in adolescents. The purpose of this study was to determine the effectiveness of the UBM Health Center program on smoking behavior in adolescents.

The research design used was Pretest - Posttest With Control Group Design with a population of adolescents recorded as smoking in 7 high schools totaling 93 people with samples that met the inclusion and exclusion criteria. Sampling with cluster sampling of 32 samples. Data collection using a questionnaire. Data analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test and the Mann Whitney U Test with $\alpha = 0.005$.

The results of the Wilcoxon test showed that the UBM program had an effect on adolescent knowledge about smoking at the Sawahan Health Center, there was an effect of the UBM program on adolescent attitudes about smoking at the Sawahan Health Center, there was an effect of the UBM program on adolescent behavior about smoking at the Sawahan Health Center and the UBM program was effective in reducing smoking behavior in adolescents at the Sawahan Health Center.

The UBM program excels because it combines educational, motivational, and supportive approaches in one intervention package. Adolescents are involved in discussions and decision-making simulations, UBM successfully develops the social and psychological skills needed to avoid peer pressure or established smoking habits. In addition, UBM has advantages in building long-term awareness, because it not only emphasizes the short-term effects of smoking, but also strengthens health values and quality of life.

Keywords: *behavior, smoking, adolescents*