

Efektivitas Komunikasi Persuasi Melalui Penggunaan Gambar Dampak Positif Berhenti Merokok untuk Meningkatkan Motivasi Berhenti Merokok

Nur Diny Abadiah

Program Pendidikan Magister Psikologi Profesi Klinis, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga
Kampus B UNAIR, Jl. Airlangga 4-6, Surabaya, Indonesia 60286
nurdinyabadiah@gmail.com

Herison P. Purba

Departemen Psikologi Industri dan Organisasi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga
Kampus B UNAIR, Jl. Airlangga 4-6, Surabaya, Indonesia 60286
herison.purba@psikologi.unair.ac.id

Informasi Artikel

Tanggal masuk	19-03-2021
Tanggal revisi	19-11-2021
Tanggal diterima	11-01-2022

Kata Kunci:

media gambar;
komunikasi persuasi;
motivasi berhenti merokok.

Keywords:

picture media;
persuasive communication;
motivation to stop smoking.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas komunikasi persuasi melalui penggunaan gambar dampak positif berhenti merokok untuk meningkatkan motivasi berhenti merokok. Penelitian dilakukan menggunakan metode *quasi experiment* yang melibatkan 30 orang subjek berjenis kelamin laki-laki dengan rentang usia antara 20–23 tahun dan dengan skor motivasi berhenti merokok rendah hingga sedang. Desain penelitian menggunakan *one-group pretest-posttest design*. Motivasi para subjek dinilai menggunakan skala motivasi berhenti merokok milik Barus. Data yang telah diperoleh dianalisa menggunakan *paired sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi persuasi melalui gambar dampak positif berhenti merokok dapat dikategorikan efektif dalam meningkatkan motivasi berhenti merokok. Hal ini dikarenakan proses komunikasi persuasi mengakibatkan suatu perubahan informasi mengenai merokok, yang dalam penelitian ini berfokus pada dampak positif dari berhenti merokok. Perubahan informasi itu kemudian menjadi suatu penguatan karena pemberian media gambar yang menunjukkan dampak positif dari berhenti merokok dilakukan secara kontinu sehingga subjek penelitian termotivasi untuk berhenti merokok.

Abstract

This study aims to examine the effectiveness of persuasive communication through the use of pictures of the positive impact of smoking cessation to increase motivation to quit smoking. The study was conducted using a quasi-experimental method involving 30 male subjects with an age range of 20–23 years and with low to moderate smoking cessation motivation scores. The design of this study used a one-group pretest-posttest design. The motivation of the subjects was assessed using Barus' motivation scale to quit smoking. The data were analyzed using a paired sample t-test. The results showed that persuasive communication through pictures of the positive impact of quitting smoking can be effective in increasing motivation to quit smoking. This was because the persuasion communication process results in a change in information about smoking, which in this study focused on the positive impact of quitting smoking. This change in information then became a reinforcement because the provision of media images that show the positive impact of quitting smoking was carried out continuously, so that research subjects were motivated to stop smoking.



PENDAHULUAN

Permasalahan merokok adalah suatu problematika yang menjadi masalah dunia sejak lama. Berdasarkan laporan global atas prevalensi perokok tembakau dari 187 negara yang dirilis oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018, jumlah perokok yang terdapat di dunia per 2015 lalu diestimasi mencapai 1,114 milyar orang dan kendati diproyeksikan untuk mengalami penurunan di tahun 2020 dan 2025, angka total yang diprediksi masih berkisar di 1,095 milyar (WHO, 2018). Di Indonesia sendiri, Menteri Kesehatan Republik Indonesia (Menkes RI) pada tahun 2017 menggambarkan bahwa saat ini 36,3% atau lebih dari sepertiga penduduk Indonesia adalah perokok (Hayati, 2017). Lebih jauh lagi, pada tahun 2018, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) mencatat kenaikan jumlah perokok usia di bawah 18 tahun, dari 7,2% menjadi 9,1% dalam kurun waktu 5 tahun, dengan prevalensi perokok dewasa di atas 15 tahun ditemukan naik dari 31,5% di tahun 2001 menjadi 33,8% di tahun 2018 (Billy, 2019). Angka itu terdiri atas 62,9% perokok laki-laki aktif dan 4,8% perokok perempuan aktif.

WHO, menjelang *World No Tobacco Day* pada tahun 2019, menuturkan bahwa lebih dari 40% kematian perokok di dunia disebabkan oleh berbagai macam penyakit yang inheren dari aktivitas merokok itu sendiri (Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kemenkes RI, 2019). Di Indonesia sendiri, Kemenkes RI melaporkan bahwa 88 dari 100.000 kematian nasional diakibatkan oleh merokok dan menambahkan bahwa di sepuluh provinsi rasio kematian bahkan lebih tinggi (Teguh, 2020). Pada tahun 2015 lalu, Kajian Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Badan Litbangkes) melaporkan angka kematian di atas 230.000 dikarenakan konsumsi produk tembakau, dalam bentuk penyakit tak menular (PTM), seperti emfisema, jantung koroner, dan kanker paru-paru. Menkes RI tentang hal ini menyebutkan bahwa perokok aktif rentan terhadap serang-

an penyakit kanker paru dan PTM lainnya sebanyak dua sampai empat kali lipat dibandingkan orang lain (Kemenkes RI, 2019). Konsumsi tembakau dan paparan terhadap asap tembakau membawa dampak buruk bagi kesehatan, terutama karena zat adiktif dan bahan tambahan karsinogenik yang dapat memicu kanker. Bahan adiktif seperti nikotin dapat merusak kinerja *prefrontal cortex* (PFC), sedang bahan lain seperti *glycol* dan *glycerol* dapat menimbulkan iritasi saluran napas dan paru-paru (Kemenkes RI, 2020). Hanya saja, meskipun resiko yang didapatkan dari merokok sudah jelas dipaparkan dan diketahui oleh para perokok, jumlah perokok justru terus bertambah.

Beragam program telah diciptakan untuk membantu para perokok berhenti merokok yang dapat memberikan dampak negatif bagi dirinya dan orang-orang di lingkungannya. Program-program tersebut pada dasarnya bertujuan untuk meningkatkan motivasi para perokok dalam berhenti mengonsumsi rokok melalui kegiatan-kegiatan yang mendukung. Motivasi ini akan lebih baik apabila muncul dari dalam diri individu (motivasi intrinsik), karena hasilnya akan terlihat lebih efektif apabila perokok telah memiliki niat untuk berhenti merokok dari dalam dirinya sendiri (Oktarita et al., 2017). Untuk itu, program-program berhenti merokok dirancang untuk mengondisikan motivasi intrinsik para perokok melalui dorongan-dorongan dari luar yang kemudian nantinya akan terinternalisasi ke dalam diri individu apabila berhasil. Beberapa program seperti seminar dan diskusi telah dilakukan untuk meminimalisir jumlah perokok.

Fanshawe et al. (2017) telah mengkaji berbagai bentuk intervensi dan program berhenti merokok untuk kalangan muda, di antaranya adalah *school campaigns*, *youth-to-youth programs*, *teaching methods*, *message themes*, dan *on the job recruitment*. Program-program tersebut dinilai tidak menunjukkan tren efektivitas yang tinggi terhadap penghentian perilaku me-

rokok anak-anak muda. Namun, Piper et al. (2016) di dalam hasil penelitiannya mengidentifikasi komponen-komponen intervensi yang menawarkan tingkat keberhasilan menjanjikan, salah satunya intensivitas program atau konseling. Intervensi Piper memberi hasil yang signifikan dengan praktek program yang mengambil waktu 16 minggu, menunjukkan bahwa program berhenti merokok mungkin dapat berhasil apabila program dilakukan tidak hanya sekali dan sebentar, tetapi lama dan kontinu.

Dalam program-program berhenti merokok, seringkali metode yang digunakan, yaitu pemberian edukasi dengan menunjukkan konsekuensi-konsekuensi negatif dari merokok, seperti gambar mengerikan dalam pamflet atau dengan menunjukkan gambar-gambar jantung yang mengerikan pada saat pelaksanaan program seminar (Siddiqui et al., 2016). Metode ini dilakukan dengan harapan bahwa para perokok akan merasa takut dan sadar akan kesehatannya sehingga mereka termotivasi untuk berhenti merokok (Morissan, 2020). Metode ini dinilai mampu meningkatkan motivasi para perokok untuk berhenti merokok. Penelitian lain juga membuktikan bahwa hal tersebut dapat meningkatkan motivasi para perokok untuk berhenti merokok (Larasati et al., 2018).

Berangkat dari hasil-hasil penilaian tersebut, timbul ide baru mengenai apakah menunjukkan konsekuensi negatif dari merokok lebih efektif bila dibandingkan dengan menunjukkan dampak positif dari berhenti merokok. Kahler et al. (2018) dan Taber et al. (2016) telah menyinggung ide ini sekilas dalam jajak upayanya untuk mengintegrasikan afirmasi internal maupun eksternal ke dalam program berhenti merokok melalui media teks dengan laporan hasil yang positif. Mollen et al. (2017) kemudian meneruskan penelitian lebih jauh dengan menempel-tindih label peringatan pada bungkus rokok dengan pesan-pesan positif, seperti “Jika berhenti merokok, stamina akan meningkat,” dan, “Berhenti merokok dapat menambah uang tabungan”, dan melaporkan bahwa kelompok

subjek yang menemui pesan-pesan positif tersebut menuai respon kemauan berhenti merokok yang lebih baik daripada kelompok kontrol yang tidak diubah label peringatannya. Berangkat dari fenomena tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji dampak komunikasi persuasi positif terkait motivasi untuk berhenti merokok apabila digunakan media yang lebih menarik perhatian dari barisan teks, yang mendominasi kurang dari 10% bungkus rokok. Media yang dipilih adalah media gambar yang ditempelkan di salah satu muka bungkus rokok. Penunjukan gambar mengenai dampak positif berhenti merokok ini diharapkan mampu secara efektif meningkatkan motivasi perokok untuk berhenti merokok.

METODE

Penelitian eksperimen ini menggunakan metode eksperimen semu atau *quasi experiment*. Metode ini melibatkan eksperimen dengan kontrol minimum terhadap variabel-variabel non-eksperimental. Sampel penelitian ditentukan secara acak, dengan *one-group pretest-posttest design* sebagai desain penelitian. Proses penelitian dimulai dengan tes awal (*pretest*) terhadap variabel terikat dari para subjek. Setelah perlakuan, tes akhir (*posttest*) untuk variabel terikat yang sama dilakukan kembali melalui instrumen pengukuran yang telah digunakan sebelumnya (Schneider et al., 2016).

Para subjek penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Subjek penelitian ini merupakan 30 orang mahasiswa laki-laki berusia 20–23 tahun dari beberapa universitas di Surabaya, sehat jasmani, dengan skor motivasi rendah dan sedang, yang telah memberikan pesetujuannya untuk berpartisipasi. Variabel penelitian yang dipilih meliputi komunikasi persuasi melalui penggunaan media gambar yang menunjukkan dampak positif dari berhenti merokok. Komunikasi persuasi di dalam penelitian ini disampaikan melalui serangkaian penggunaan media gambar yang menunjukkan dampak positif dari berhenti merokok. Variabel terikat yang diuji di dalam penelitian ini adalah

motivasi berhenti merokok. Tingkat motivasi didapatkan dari skor skala motivasi berhenti merokok, yang diadaptasi dari Barus (2012) yang telah digunakan untuk mengukur motivasi berhenti merokok mahasiswa Universitas Indonesia. Skala terdiri atas sepuluh pernyataan menggunakan skala Likert, dengan kategori: (1) sangat tidak setuju (STS = satu poin); (2) tidak setuju (TS = dua poin); (3) setuju (S = tiga poin); dan (4) sangat setuju (SS = empat poin). Contoh pernyataan dalam skala ini di antaranya adalah, “Saya ingin berhenti merokok karena ingin hidup sehat,” dan, “Suatu saat nanti, saya akan benar-benar berhenti merokok.” Keterandalan dari skala ini diukur dengan program analisis *SPSS Statistics 23*. Hasil uji coba skala motivasi berhenti merokok terhadap 30 orang mahasiswa (usia 18–22 tahun) menunjukkan reliabilitas sebesar 0,920 sehingga instrumen penelitian ini dapat dikategorikan sebagai instrumen yang reliabel karena mendapatkan skor yang mendekati 1,00.

Sesuai dengan modul penelitian yang sebelumnya telah disusun, komunikasi persuasi positif diberikan melalui media gambar yang terdiri atas empat ilustrasi berbeda yang menyampaikan manfaat-manfaat berhenti merokok. Salah satu ilustrasi yang diberikan, misalnya, adalah ilustrasi seorang pria paruh baya yang tampak segar dengan mata bersinar, disusul oleh keterangan “Memperpanjang Usia” dan satu kalimat fakta yang relevan di bagian bawah ilustrasi. Gambar-gambar ini dicetak dalam bentuk stiker yang harus ditempelkan pada bungkus rokok subjek selama durasi perlakuan.

Langkah-langkah eksperimen adalah: (1) eksperimenter memberikan pengantar terkait dengan kegiatan; (2) eksperimenter memberikan *pretest* alat ukur motivasi berhenti merokok; (3) media gambar beserta cara penggunaannya diperkenalkan oleh eksperimenter melalui demonstrasi yang ditujukan untuk subjek penelitian; (4) setelah semua subjek mengerti, dua puluh buah stiker bergambar yang menunjukkan dampak positif dari berhenti merokok diberikan kepada para subjek; (5) perlakuan diterapkan selama tujuh hari berturut-turut; dan (6) pemberian *posttest* berupa alat ukur motivasi berhenti merokok. Proses analisa data dilaksanakan dengan metode *paired sample t-test* dengan bantuan program analisis *SPSS Statistics 23*.

HASIL

Uji Asumsi

Uji normalitas dan homogenitas data penelitian dilakukan menggunakan uji Shapiro-Wilk dan uji Levene. Uji normalitas diperlukan untuk memastikan distribusi normal pada nilai dari *pretest* dan *posttest*. Data pada Tabel 1 menunjukkan taraf signifikansi subjek penelitian sebesar 0,122 dan 0,449 untuk uji Shapiro-Wilk. Taraf signifikansi yang demikian menunjukkan bahwa data memiliki distribusi normal (taraf signifikansi $> 0,05$).

Adapun nilai Kolmogorov-Smirnov, yang memakai uji koreksi signifikansi Lilliefors, memberikan nilai yang berbeda dengan Shapiro-Wilk, tetapi masih menguatkan bahwa data hasil penelitian memiliki distribusi normal. Hal ini dikarenakan sifat uji Kolmogorov-Smirnov yang lebih sesuai untuk kelompok sampel besar, sehingga pada penelitian ini Shapiro-Wilk lebih baik digunakan.

Tabel 1.

Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	<i>Statistic</i>	df	Sig.	<i>Statistic</i>	df	Sig.
<i>Pretest</i>	0,108	30	0,200	0,945	30	0,122
<i>Posttest</i>	0,094	30	0,200	0,967	30	0,449

Tabel 2.
Hasil Uji Homogenitas Variabel Penelitian

Levene Statistics	df1	df2	Sig.
0,009	1	58	0,924

Hasil uji homogenitas disajikan dalam Tabel 2. Hasil uji homogenitas (0,924) menunjukkan nilai signifikansi yang lebih tinggi dari 0,05. Oleh karena itu, varian sampel dapat dikategorikan sama. Adapun hasil uji kesamaan dan normalitas membuktikan bahwa data penelitian memiliki distribusi normal dan varian yang sama sehingga hasil uji dengan *paired sample t-test* dapat digunakan untuk analisa.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dengan *paired sample t-test* digunakan untuk mengidentifikasi perbedaan nilai rata-rata (*mean*) disajikan dalam Tabel 3. Berdasarkan Tabel 3, *mean* motivasi berhenti merokok subjek penelitian pada *posttest* (34,13) lebih tinggi daripada *pretest* (20,10) sehingga terdapat perbedaan sebelum pemberian perlakuan dan setelah pemberian perlakuan dengan memberikan gambar-gambar dampak positif berhenti merokok. Analisis lebih lanjut dilakukan untuk melihat apakah perbedaan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan adalah signifikan.

Hasil uji beda disajikan dalam Tabel 4. Hasil analisis menunjukkan nilai t-hitung yang lebih tinggi dari t-tabel ($138,231 > 2,045$). Hal ini menggambarkan perbedaan motivasi berhenti

merokok sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa gambar-gambar dampak positif. Penelitian ini mempunyai taraf signifikansi 0,000 (kurang dari 0,05). Taraf signifikansi yang kurang dari 0,05 memiliki arti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima (Suraya et al., 2021). H_a menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel satu dengan variabel pasangannya sehingga hasil analisis menguatkan andil pemberian perlakuan terhadap perubahan motivasi berhenti merokok.

PEMBAHASAN

Secara umum, hasil dari data analisis menggambarkan pengaruh yang timbul saat subjek diberikan gambar-gambar positif dengan motivasi subjek berhenti merokok. Hal ini dapat terjadi dikarenakan adanya proses persepsi yang terjadi dalam subjek penelitian. Persepsi merupakan proses individu dalam memberikan makna pada stimulus indera yang diterima. Stimulus dari indera penglihatan umumnya berupa objek yang nampak (Chitale et al., 2019).

Tabel 3.
Hasil Uji Hipotesis dengan *Paired Sample T-Test*

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
<i>Pretest</i>	20,10	30	2,524	0,461
<i>Posttest</i>	34,13	30	2,662	0,486

Tabel 4.
Hasil Uji Beda dengan *Paired Sampe T-Test*

	Perbedaan Berpasangan					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Selang Kepercayaan Perbedaan				
				Bawah	Atas			
<i>Pretest-Posttest</i>	-14,033	0,556	0,102	-14,241	-13,826	-138,231	29	0,000

Proses terjadinya persepsi diawali dari hadirnya objek yang diidentifikasi oleh panca indera dalam bentuk rangsangan-rangsangan dan kemudian akan diteruskan ke otak, tempat terjadinya proses interpretasi untuk memaknai stimulus yang diterimanya. Ketika subjek dihadapkan pada suatu stimulus yang berupa gambar, individu akan memaknainya dan memiliki respon motivasi untuk berhenti merokok. Gambar-gambar positif kemudian dimaknai oleh subjek secara positif pula sehingga motivasi untuk berhenti merokok pada diri subjek mengalami peningkatan.

Skinner mengungkapkan bahwa perilaku merupakan hasil dari suatu respon terhadap stimulus yang berasal dari luar (Jones et al., 2016). Ketika stimulus dihadirkan, maka respons yang dimunculkan individu dapat berbeda tergantung dari bagaimana individu memaknai stimulus tersebut. Apabila stimulus yang dihadirkan tersebut diterima, maka individu tersebut memiliki perhatian terhadap stimulus tersebut dan stimulus tersebut efektif sehingga individu akan memiliki kesediaan untuk mengubah perilaku. Kehadiran gambar-gambar positif memiliki pengaruh dikarenakan adanya atensi serta frekuensi kehadiran gambar tersebut. Semakin sering seseorang dihadirkan pada suatu rangsangan atau stimulus, maka semakin baik pula ia dalam mengingat stimulus yang dihadirkan (Holt et al., 2015). Terjadinya perubahan motivasi berhenti merokok pada subjek dapat terjadi karena pemberian perlakuan yang berlangsung selama tujuh hari. Media gambar yang secara total melapisi salah satu sisi bungkus rokok mau tak mau akan terlihat sehingga paparan stimulus yang kontinu tersebut menyebabkan subjek mengingat dampak-dampak positif yang terjadi apabila berhenti merokok dengan lebih baik.

Hasil riset sebelumnya menunjukkan bahwa individu akan lebih memaknai sesuatu dan lebih mudah untuk mengingat apabila dihadirkan pada stimulus yang berbentuk gambar dibandingkan dengan tulisan (Boomgaarden et al., 2016). Hal

ini disebabkan karena manusia berpikir secara visual sehingga penyampaian pesan dengan melalui gambar akan sangat efektif dibandingkan dengan tulisan saja. Melalui perlakuan di penelitian ini, subjek dapat menyadari dan memikirkan informasi-informasi yang dihadirkan mengenai dampak-dampak positif melalui media gambar yang ada di bungkus rokok dengan lebih baik daripada apabila diberikan stimulus berupa tulisan saja.

Penelitian oleh Tombor et al. (2018) menyebutkan bahwa individu merasionalisasi motivasi berhenti merokok pada dua sumber, yaitu internal dan eksternal. Penguatan motivasi di dalam penelitian ini dilakukan melalui pemberian dorongan eksternal, yaitu melalui perlakuan media gambar. Hal ini bukan berarti motivasi itu adalah entitas di luar individu; motivasi untuk berhenti merokok tetap terdapat pada diri masing-masing, tetapi dipicu oleh faktor eksternal melalui gambar-gambar dampak positif berhenti merokok.

Setiap individu cenderung menginginkan hal-hal yang lebih baik dari keadaannya saat ini; lebih sehat, lebih kuat, lebih aman secara finansial, lebih disukai orang lain, dan sebagainya. Pemberian penguatan positif di penelitian ini adalah upaya untuk menumbuhkan motivasi berhenti merokok dengan mengingatkan subjek terhadap aspek-aspek kehidupan lebih baik yang dapat diperoleh dengan berhenti merokok. Analisa hasil penelitian menunjukkan bahwa perlakuan ini memiliki dampak positif yang signifikan terhadap motivasi berhenti merokok, yakni mengalami peningkatan dari rata-rata motivasi yang sedang (20,10) ke rata-rata motivasi tinggi (34,13).

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa komunikasi persuasi melalui media gambar dampak positif dari berhenti merokok memiliki pengaruh baik yang signifikan terhadap motivasi berhenti merokok. Gambar-gambar dampak positif tersebut dimaknai secara positif sehingga pemaparan yang kontinu dapat

memberikan dorongan positif pula. Oleh karena peningkatan yang signifikan komunikasi persuasi melalui media gambar dampak-dampak positif berhenti merokok bernilai efektif dalam memberikan pengaruh pada motivasi untuk berhenti merokok. Berdasarkan hasil riset ini, diharapkan dilakukan riset lanjutan dengan menambah durasi perlakuan lebih lama dan diberikan tindakan lanjutan untuk mengetahui ketahanan motivasi untuk berhenti merokok.

DAFTAR RUJUKAN

- Barus, H. (2012). *Hubungan Pengetahuan Perokok Aktif tentang Rokok dengan Motivasi Berhenti Merokok pada Mahasiswa FKM dan FISIP Universitas Indonesia* [Undergraduate thesis]. Universitas Indonesia, Depok, Indonesia.
- Billy, A. T. (2019, September 17). *Kemendes Harap Kenaikan Cukai Rokok Turunkan Jumlah Perokok*. *Tribun News*. <https://www.tribunnews.com/bisnis/2019/09/17/kemendes-harap-kenaikan-cukai-rokok-turunkan-jumlah-perokok>
- Boomgaarden, H., Boukes, M., & Iorgoveanu, A. (2016). Image versus Text: How Newspaper Reports Affect Evaluations of Political Candidates. *International Journal of Communication*, 10(2016), 2529–2555. <https://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/4250>
- Chitale, A. K., Mohanty, R. P., & Dubey, N. R. (2019). *Organizational Behaviour* (2nd ed.). New Delhi: PHI Learning.
- Fanshawe, T. R., Halliwell, W., Lindson, N., Aveyard, P., Livingstone-Banks, J., & Hartmann-Boyce, J. (2017). Tobacco Cessation Interventions for Young People. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 11. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD003289.pub6>
- Hayati, I. (2017, May 15). *Menteri Kesehatan: Sepertiga Penduduk Indonesia Perokok*. *Tempo*. <https://nasional.tempo.co/read/875384/menteri-kesehatan-sepertiga-penduduk-indonesia-perokok>
- Holt, N., Bremner, A., Sutherland, E., Vlieg, M., Passer, M., & Smith, R. (2015). *Psychology: The Science of Mind and Behaviour* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Jones, J. S., Fitzpatrick, J. J., & Rogers, V. L. (2016). *Psychiatric-Mental Health Nursing: An Interpersonal Approach* (2nd ed.). New York: Springer Publishing Company.
- Kahler, C. W., Surace, A., Gordon, R. E. F., Cioe, P. A., Spillane, N. S., Parks, A., Bock, B. C., & Brown, R. A. (2018). Positive Psychotherapy for Smoking Cessation Enhanced with Text Messaging: Protocol for A Randomized Controlled Trial. *Contemporary Clinical Trials*, 71, 146–153. <https://doi.org/10.1016/j.cct.2018.06.013>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019, July 11). *HTTS 2019: Jangan Biarkan Rokok Merenggut Napas Kita*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19071100001/htts-2019-jangan-biarkan-rokok-merenggut-napas-kit a.html>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020, January 15). *Apakah Rokok Elektrik Lebih Baik dari Rokok Tembakau? Keduanya Tidak Baik!*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/20011700004/apakah-rokok-elektrik-lebih-baik-dari-rokok-tembakau-keduanya-tidak-baik-.html>

- Larasati, E. R., Saraswati, W., Setiawan, H. U., Rahma, S. S., Gianina, A., Estherline, C. A., Nurmalasari, F., Annisa, N. N., Septiani, I., & Nugraheni, G. (2018). Motivasi Berhenti Merokok pada Perokok Dewasa Muda Berdasarkan Transtheoretical Model (TTM). *Jurnal Farmasi dan Ilmu Ke-farmasian Indonesia*, 5(2), 85–92. <https://doi.org/10.20473/jfiki.v5i22018.85-92>
- Mollen, S., Engelen, S., Kessels, L. T. E., & van den Putte, B. (2017). Short and Sweet: The Persuasive Effects of Message Framing and Temporal Context in Antismoking Warning Labels. *Journal of Health Communication*, 22(1), 20–28. <https://doi.org/10.1080/10810730.2016.1247484>
- Morissan, M. (2020). The Influence of Anti Smoking Campaign on Desire to Quit Smoking in Indonesia. *Profetik: Jurnal Komunikasi*, 13(1), 5–24. <https://doi.org/10.14421/pjk.v13i1.1682>
- Oktarita, I., Idriansari, A., & Muharyani, P. W. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Motivasi Berhenti Merokok pada Sopir Angkutan Umum. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 4(1), 14–25. https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jk_sriwijaya/article/view/6393
- Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019, May 31). *WHO: 40% Lebih Perokok di Seluruh Dunia Meninggal karena Penyakit Paru-Paru*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/artikel-sehat/who-40-lebih-pe-rokok-di-seluruh-dunia-meninggal-karena-penyakit-paru-paru>
- Piper, M. E., Fiore, M. C., Smith, S. S., Fraser, D., Bolt, D. M., Collins, L. M., Mermelstein, R., Schlam, T. R., Cook, J. W., Jorenby, D. E., Loh, W.-Y., & Baker, T. B. (2016). Identifying Effective Intervention Components for Smoking Cessation: A Factorial Screening Experiment. *Addiction*, 111(1), 129–141. <https://doi.org/10.1111/add.13162>
- Schneider, Z., Whitehead, D., LoBiondo-Wood, G., & Haber, J. (2016). *Nursing and Midwifery Research: Methods and Appraisal for Evidence Based Practice*. Amsterdam: Elsevier.
- Siddiqui, T. R., Ghazal, S., Bibi, S., Ahmed, W., & Sajjad, S. F. (2016). Use of the Health Belief Model for the Assessment of Public Knowledge and Household Preventive Practices in Karachi, Pakistan, a Dengue-Endemic City. *PLOS Neglected Tropical Diseases*, 10(11), e0005129. <https://doi.org/10.1371/journal.pntd.0005129>
- Suraya, Asih, D., Briandana, R., Rohmadi, M., & Saddhono, K. (2021). *MICOSS 2020: Proceedings of the 1st MICOSS Mercu Buana International Conference on Social Sciences, MICOSS 2020, September 28-29, 2020, Jakarta, Indonesia*. Ghent: European Alliance for Innovation.
- Taber, J. M., Klein, W. M. P., Ferrer, R. A., Augustson, E., & Patrick, H. (2016). A Pilot Test of Self-affirmations to Promote Smoking Cessation in a National Smoking Cessation Text Messaging Program. *JMIR MHealth and UHealth*, 4(2), e5635. <https://doi.org/10.2196/mhealth.5635>
- Teguh, Z. (2020, September 28). *Kemenkes: 88 dari 100.000 Orang Indonesia Meninggal karena Rokok, Yogyakarta Tertinggi*. NKRIKU. <https://nkriku.com/kemenkes-88-dari-100-000-orang-indonesia-meninggal-karena-rokok-yogyakarta-tertinggi/>

- Tombor, I., Vangeli, E., West, R., & Shahab, L. (2018). Progression towards Smoking Cessation: Qualitative Analysis of Successful, Unsuccessful, and Never Quitters. *Journal of Substance Use*, 23(2), 214–222. <https://doi.org/10.1080/14659891.2017.1378746>
- World Health Organization. (2018). *WHO Global Report on Trends in Prevalence of Tobacco Smoking 2000-2025*. Jenewa: World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/272694>