



Perilaku Tidak Merokok sebagai Indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Rumah Tangga di Desa Meunasah Baet Kecamatan Krueng Barona Jaya

Ellianufara¹, Ambia Nurdin¹, Ricky Dear Fitria², Zoel Helmi², Fardilla Aisya¹

¹ Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Abulyatama

² Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sihit Beurata

∴ ambianurdin_fkm@abulyatama.ac.id

Abstrak: Perilaku tidak merokok merupakan salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga yang berperan penting dalam mencegah berbagai penyakit tidak menular maupun penyakit akibat paparan asap rokok. Penerapan perilaku tidak merokok di lingkungan rumah tangga diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang sehat, meningkatkan kualitas hidup keluarga, serta mengurangi risiko gangguan kesehatan pada anggota keluarga, terutama anak-anak, ibu hamil, dan lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku tidak merokok sebagai indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 312 responden yang dipilih sesuai dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian. Data diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner PHBS rumah tangga, kemudian dianalisis secara univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 255 rumah tangga (81,7%) tidak memiliki kebiasaan merokok, sedangkan 57 rumah tangga (18,3%) masih memiliki anggota keluarga yang merokok. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar rumah tangga di Desa Meunasah Baet telah menerapkan perilaku tidak merokok sebagai salah satu indikator PHBS, meskipun masih terdapat sebagian masyarakat yang merokok sehingga memerlukan perhatian dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa perilaku tidak merokok pada rumah tangga di Desa Meunasah Baet telah tergolong baik, namun diperlukan penguatan promosi kesehatan, edukasi mengenai bahaya rokok, serta dukungan dari berbagai pihak untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Perilaku Tidak Merokok; PHBS; Rumah Tangga; Promosi Kesehatan; Mahasiswa

Article Info:

Diterima: 15 Juli 2026; Disetujui: 28 Juli 2026; Dipublikasikan Daring: 20 Agustus 2026

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu strategi pembangunan kesehatan yang bertujuan meningkatkan kemampuan individu, keluarga, dan masyarakat dalam memelihara, menjaga, serta meningkatkan derajat kesehatan melalui penerapan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari. PHBS pada tatanan rumah tangga menjadi salah satu indikator penting dalam mewujudkan keluarga sehat karena keluarga merupakan lingkungan pertama yang berperan dalam membentuk perilaku kesehatan setiap anggotanya. Salah satu indikator PHBS pada rumah tangga adalah perilaku tidak merokok. Penerapan perilaku tidak merokok berperan penting dalam melindungi anggota keluarga dari paparan asap rokok, menurunkan risiko penyakit tidak menular, serta menciptakan lingkungan rumah yang sehat dan nyaman (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022; Notoatmodjo, 2018).

Merokok masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang serius di dunia. Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization [WHO]) melaporkan bahwa penggunaan tembakau menyebabkan lebih dari delapan juta kematian setiap tahun, termasuk sekitar 1,3 juta kematian pada perokok pasif akibat paparan asap rokok (World Health Organization, 2024). Di Indonesia, prevalensi perokok usia 15 tahun ke atas masih tergolong tinggi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, perilaku merokok masih menjadi salah satu faktor risiko utama penyakit tidak menular yang berkontribusi terhadap meningkatnya angka kesakitan, kematian, serta beban pembiayaan kesehatan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Di Provinsi Aceh, perilaku merokok juga masih menjadi salah satu tantangan dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Konsumsi rokok yang masih tinggi menunjukkan bahwa pengendalian tembakau perlu terus diperkuat melalui edukasi kesehatan, penerapan Kawasan Tanpa Rokok (KTR), serta pemberdayaan masyarakat dalam menerapkan PHBS. Selain itu, kebiasaan merokok di dalam rumah meningkatkan risiko paparan asap rokok terhadap anggota keluarga lain, terutama anak-anak, ibu hamil, dan lanjut usia yang lebih rentan mengalami gangguan kesehatan akibat asap rokok (Badan Pusat Statistik Provinsi Aceh, 2025; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

■

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat pengetahuan, sikap, pendidikan, dan dukungan keluarga. Fadila dan Rachmayanti (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap masyarakat dengan penerapan PHBS pada tatanan rumah tangga. Semakin baik tingkat pengetahuan dan sikap masyarakat, semakin baik pula penerapan indikator PHBS dalam kehidupan sehari-hari (Fadila & Rachmayanti, 2021). Selain itu, promosi kesehatan merupakan salah satu upaya yang berperan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (Notoatmodjo, 2018; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Meskipun berbagai penelitian telah membahas implementasi PHBS maupun perilaku merokok di Indonesia, sebagian besar penelitian masih berfokus pada penerapan seluruh indikator PHBS atau faktor-faktor yang memengaruhi pelaksanaannya secara umum. Penelitian yang secara khusus menggambarkan perilaku tidak merokok sebagai salah satu indikator PHBS pada rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya, masih sangat terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (research gap), sehingga diperlukan penelitian yang dapat memberikan gambaran mengenai penerapan indikator perilaku tidak merokok pada masyarakat di wilayah tersebut.

Kebaruan (novelty) penelitian ini terletak pada penyajian gambaran perilaku tidak merokok sebagai salah satu indikator PHBS berdasarkan hasil survei rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah mengenai kondisi penerapan indikator tidak merokok pada tingkat rumah tangga sehingga dapat menjadi dasar bagi pemerintah desa, puskesmas, dan tenaga kesehatan dalam menyusun program promosi kesehatan serta pengendalian perilaku merokok yang lebih efektif sesuai dengan kebutuhan masyarakat setempat.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku tidak merokok sebagai salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar dalam

■

perencanaan program promosi kesehatan, penguatan implementasi PHBS, serta pengambilan kebijakan untuk mewujudkan lingkungan rumah tangga yang sehat dan bebas asap rokok.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif menggunakan pendekatan cross-sectional. Pendekatan cross-sectional digunakan karena pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu untuk memperoleh gambaran mengenai perilaku tidak merokok sebagai salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya. Desain ini dipilih karena mampu menggambarkan kondisi responden pada saat penelitian tanpa memberikan perlakuan atau intervensi terhadap responden (Notoatmodjo, 2018).

Penelitian dilaksanakan di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya, Kabupaten Aceh Besar, Provinsi Aceh. Pengumpulan data dilakukan pada tahun 2026 melalui kegiatan Survei Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang dilaksanakan oleh mahasiswa Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Abulyatama.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya. Sampel penelitian merupakan rumah tangga yang mengikuti kegiatan Survei PHBS dan memenuhi kriteria penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh rumah tangga yang memenuhi kriteria penelitian dijadikan sebagai sampel. Berdasarkan hasil survei, jumlah sampel yang dianalisis sebanyak 312 rumah tangga.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tatanan rumah tangga yang mengacu pada indikator PHBS Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Variabel penelitian adalah perilaku tidak merokok pada rumah tangga yang dikategorikan berdasarkan ada atau tidaknya anggota keluarga yang memiliki kebiasaan merokok di dalam rumah.

Data yang digunakan merupakan data primer yang diperoleh melalui wawancara langsung kepada responden menggunakan kuesioner PHBS. Sebelum proses pengumpulan data dilakukan, responden diberikan penjelasan mengenai

tujuan penelitian dan diminta memberikan persetujuan (informed consent) untuk berpartisipasi dalam penelitian. Seluruh data yang diperoleh dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Data yang telah terkumpul selanjutnya diolah melalui tahapan editing, coding, entry, cleaning, dan tabulating. Pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 25. Tahap editing dilakukan untuk memeriksa kelengkapan dan konsistensi data, coding dilakukan untuk memberikan kode pada setiap variabel, entry dilakukan dengan memasukkan data ke dalam SPSS, cleaning bertujuan memastikan tidak terdapat kesalahan penginputan data, sedangkan tabulating dilakukan untuk menyusun data ke dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk memperoleh distribusi frekuensi dan persentase perilaku tidak merokok sebagai salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan diinterpretasikan secara deskriptif untuk memberikan gambaran mengenai penerapan perilaku tidak merokok pada rumah tangga (Notoatmodjo, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai perilaku tidak merokok sebagai salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya.

Tabel 1. Distribusi Perilaku Tidak Merokok

Perilaku Tidak Merokok	Frekuensi (KK)	Persentase (%)
Tidak Merokok	255	81,7%
Merokok	57	18,3%
Total	312	100,0%

Berdasarkan [Tabel 1](#) diketahui bahwa dari 312 rumah tangga yang menjadi sampel penelitian, sebanyak 255 rumah tangga (81,7%) telah menerapkan perilaku tidak merokok, sedangkan 57 rumah tangga (18,3%) masih memiliki

■

anggota keluarga yang merokok. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar rumah tangga di Desa Meunasah Baet telah menerapkan perilaku tidak merokok sebagai salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan perilaku tidak merokok pada rumah tangga di Desa Meunasah Baet tergolong baik. Perilaku tidak merokok merupakan salah satu indikator PHBS yang bertujuan melindungi anggota keluarga dari paparan asap rokok serta menurunkan risiko terjadinya berbagai penyakit tidak menular (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa penerapan PHBS dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan sikap masyarakat. Masyarakat yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung lebih mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari, termasuk perilaku tidak merokok di lingkungan rumah (Fadila & Rachmayanti, 2021).

Perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor penguat. Pengetahuan mengenai bahaya merokok, dukungan keluarga, serta edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan merupakan faktor penting yang dapat mendorong masyarakat untuk menerapkan perilaku tidak merokok sebagai bagian dari PHBS. (Notoatmodjo, 2018).

Meskipun sebagian besar rumah tangga telah menerapkan perilaku tidak merokok, penelitian ini masih menemukan 57 rumah tangga (18,3%) yang memiliki anggota keluarga dengan kebiasaan merokok. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perilaku merokok masih menjadi tantangan dalam penerapan PHBS pada tingkat rumah tangga. Kebiasaan merokok dapat dipengaruhi oleh lingkungan sosial, budaya, tingkat pendidikan, pengaruh teman sebaya, serta ketergantungan terhadap nikotin. Paparan asap rokok juga meningkatkan risiko berbagai penyakit tidak menular, baik pada perokok aktif maupun perokok pasif (World Health Organization, 2024; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Persentase rumah tangga yang menerapkan perilaku tidak merokok pada penelitian ini mencapai 81,7%, yang menunjukkan bahwa penerapan indikator

PHBS di Desa Meunasah Baet tergolong baik. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan, sikap, serta promosi kesehatan berperan penting dalam meningkatkan penerapan PHBS pada rumah tangga. Perbedaan hasil antarpelitian dapat dipengaruhi oleh kondisi masyarakat, tingkat pengetahuan, serta pelaksanaan program promosi kesehatan di masing-masing wilayah penelitian (Fadila & Rachmayanti, 2021).

Berbeda dengan penelitian Fadila dan Rachmayanti (2021) yang membahas seluruh indikator PHBS pada tatanan rumah tangga, penelitian ini secara khusus berfokus pada indikator perilaku tidak merokok di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya. Fokus tersebut memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai penerapan perilaku tidak merokok pada rumah tangga sehingga dapat menjadi dasar bagi pemerintah desa, puskesmas, dan tenaga kesehatan dalam menyusun program promosi kesehatan serta pengendalian perilaku merokok yang lebih tepat sasaran (Fadila & Rachmayanti, 2021).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar rumah tangga di Desa Meunasah Baet, Kecamatan Krueng Barona Jaya telah menerapkan perilaku tidak merokok sebagai salah satu indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Hal ini menggambarkan bahwa penerapan perilaku sehat pada tingkat keluarga sudah berjalan dengan baik dalam upaya menciptakan lingkungan rumah yang lebih sehat dan mengurangi risiko paparan asap rokok.

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi dasar bagi pemerintah desa, tenaga kesehatan, dan pihak terkait dalam memperkuat program promosi kesehatan serta pengendalian perilaku merokok di masyarakat. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku tidak merokok, seperti pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik Provinsi Aceh. (2025). Provinsi Aceh dalam angka 2025. Banda Aceh: Badan Pusat Statistik Provinsi Aceh.

- Fadila, R., & Rachmayanti, R. D. (2021). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(2), 85–92.
- Hidayat, A., & Sari, D. P. (2022). Faktor yang berhubungan dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(1), 45–52.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam tatanan rumah tangga*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lestari, R., & Widodo, A. (2020). Faktor yang memengaruhi perilaku merokok pada masyarakat pedesaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 112–119.
- Mulyani, S., & Prasetyo, B. (2021). Peran promosi kesehatan dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 34–41.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan teori dan aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurhayati, E., & Fitriani, A. (2020). Determinan perilaku hidup bersih dan sehat pada keluarga di wilayah kerja puskesmas. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(3), 245–252.
- Pratiwi, D., & Susanto, E. (2022). Edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang bahaya rokok. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 75–82.
- Putri, A. R., & Sari, M. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan penerapan PHBS pada rumah tangga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 150–157.
- Rahmawati, F., & Kurniawan, A. (2023). Faktor sosial dan lingkungan yang berhubungan dengan perilaku merokok pada keluarga. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 11(1), 55–63.
- Sari, D. P., & Yuliani, R. (2020). Implementasi program PHBS sebagai upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat. *Jurnal Serambi Kesehatan Nusantara*, 5(2), 45–53.
- Setiawan, H., & Lestari, W. (2021). Analisis perilaku merokok dan paparan asap rokok pada keluarga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 16(2), 88–95.

-
- Susanti, N., & Amelia, R. (2019). Faktor yang memengaruhi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada tingkat rumah tangga. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 4(3), 140–147.
- World Health Organization. (2024). WHO report on the global tobacco epidemic 2023. Geneva: World Health Organization.
- Wulandari, R., & Nugroho, H. (2022). Promosi kesehatan sebagai strategi pengendalian perilaku merokok masyarakat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(1), 12–20.
- Yusuf, M., & Rahman, F. (2021). Hubungan pengetahuan bahaya rokok dengan perilaku tidak merokok pada keluarga. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 24(3), 175