

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 3 No. 2	Hal : 131-139	Desember 2020
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

PENANGANAN KEBIASAAN MEROKOK DI MASA PANDEMI COVID-19

Arik Anfasa Salsabil¹, Meilanny Budiarti Santoso², Moch. Zainudiin³

¹ Program Studi Ilmu Kesejahteraan Sosial Universitas Padjadjaran

^{2,3} Pusat Studi CSR, Kewirausahaan Sosial dan Pengembangan Masyarakat
Universitas Padjadjaran

ariksalsabil@gmail.com¹; meilanny.budiarti@unpad.ac.id²; moch.zainudiin@unpad.ac.id³

ABSTRAK

Merokok dipandang sebagai kebiasaan yang sudah banyak dan menjadi wajar untuk dilakukan terutama di kalangan remaja Indonesia. Ditengah pandemi ini merokok merupakan kebiasaan yang sangat berbahaya karena bisa memperburuk sistem kerja paru-paru dan membuat paru-paru menjadi lebih lemah untuk beroperasi. Kondisi tersebut dapat menurunkan fungsi paru-paru untuk mengambil oksigen dari udara. Hal ini dapat melemahkan sistem imun sehingga tubuh sulit untuk melawan virus Corona yang masuk. Dengan berhenti merokok orang bisa meningkatkan imunitas tubuh untuk memerangi Covid-19 ini. Dengan dilakukannya metode-metode seperti token ekonomi dan behavioral therapy yang efektif, diharapkan mampu untuk bisa membuat seseorang mengurangi bahkan berhenti dari kebiasaan merokok tersebut. Teknik pengambilan data tersebut diambil dari catatan deskriptif.

Kata kunci: Covid 19, Perilaku Merokok, Token Ekonomi.

ABSTRACT

Smoking seen as a habit that has been widely used and is natural to do, especially among Indonesian youth. In the middle of this pandemic smoking is a very dangerous habit because it can worsen the working system of the lungs and make the lungs weaker to operate. These conditions can reduce the function of the lungs to take oxygen from the air. This can weaken the immune system making it difficult for the body to fight the incoming Corona virus. By quitting smoking, people can increase their immunity to fight Covid-19. With the implementation of methods such as economic tokens and effective behavioral therapy, it is expected to be able to make someone reduce or even quit smoking. The data collection technique was taken from descriptive notes.

Keywords: Covid 19, Smoking Behavior, Token Economy

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 3 No. 2	Hal : 131-139	Desember 2020
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

A. PENDAHULUAN

1. Perilaku Meroko

Kebiasaan merokok di Indonesia sudah dianggap wajar khususnya bagi kalangan remaja dan dewasa. Walaupun sudah disampaikan secara tertulis mengenai bahaya merokok, tetapi masyarakat di Indonesia masih juga belum menghiraukannya karena sudah kecanduan zat nikotin di dalam rokok yang dihisap. Remaja di Indonesia banyak merokok karena kebiasaan yang dibawa oleh lingkungannya. Oleh karena itu, kebiasaan merokok dianggap wajar di Indonesia (Sutha, 2016). Persepsi itulah yang justru membuat orang-orang (khususnya remaja) yang tadinya tidak merokok jadi ikut merokok agar dianggap bahwa mereka mengikuti tren dan dianggap gaul atau keren. Bahkan Indonesia menjadi salah satu negara dengan jumlah perokok terbesar ke tujuh di dunia dengan presentase mencapai 39,9 % atau bisa diartikan 57 juta masyarakat Indonesia adalah perokok aktif (RI Kemenkes, 2018). Bahkan, ketidaktegasan larangan mengonsumsi rokok di tempat umum telah menyebabkan lebih dari ratusan bayi premature setiap tahunnya.

Terlebih dengan adanya pandemi covid-19 ini, bahaya rokok semakin tinggi. Kebiasaan merokok dapat menyebabkan kerusakan pada paru-paru dan saluran napas yang akan menimbulkan penyakit pada sistem pernapasan, seperti bronkitis kronis, emfisema, bahkan kanker paru-paru. Kondisi-kondisi tersebut dapat menurunkan fungsi paru-paru untuk mengambil oksigen dari udara.

Bila terjadi infeksi virus Corona, fungsi paru-paru akan semakin menurun, sehingga sangat berisiko mengalami sesak napas yang bisa berakibat fatal, tidak hanya menyebabkan gangguan pernapasan.

Merokok juga dapat mengakibatkan berbagai penyakit lain, seperti penyakit kardiovaskular (jantung dan pembuluh darah) atau kanker pada organ lain di luar sistem pernapasan. Penyakit-penyakit ini dapat melemahkan sistem imun, sehingga tubuh sulit untuk melawan virus Corona yang masuk. Akibatnya, virus jadi lebih mudah berkembang biak dan menyebabkan kerusakan yang lebih berat pada saluran napas serta paru-paru. Jika perokok sudah mengalami penurunan fungsi paru, infeksi virus Corona tentunya akan membuat kondisi ini makin parah. Inilah yang menyebabkan perokok lebih berisiko mengalami komplikasi dan kematian akibat virus Corona.

Sistem penyebaran virus melalui rokok juga sangat mudah, karena orang tidak tahu apakah rokok itu steril atau tidak dan langsung dimasukkan ke dalam mulutnya tanpa disadari apakah rokok itu terpapar atau tidak, dan jika rokok itu ternyata terpapar, maka virus akan terhirup dan langsung masuk ke dalam tubuh seseorang, berdasarkan hal inilah mengapa perokok dapat lebih mudah terkena virus corona (Komasari, 2000).

Pekerjaan sosial merupakan salah satu profesi yang memberikan bantuan ataupun pertolongan berupa pelayanan pada individu, kelompok, maupun masyarakat yang membutuhkan. Pekerja sosial juga bisa dimaknai sebagai profesi

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 3 No. 2	Hal : 131-139	Desember 2020
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

pelayanan sosial atau disebut dengan istilah *helping profession*. Itu berarti pekerja sosial menolong orang lain untuk menolong dirinya sendiri (*to help people to help themselves*) (Husna, 2014).

Dalam melakukan proses pertolongannya, terdapat beberapa metode intervensi yang dapat dilakukan oleh seorang pekerja sosial bersama kliennya yang ditempatkan pada posisi aktif, yaitu bahwa pekerja sosial bekerja bersama klien, bukan bekerja terhadap klien. Hal ini merupakan value yang dikembangkan oleh profesi pekerjaan sosial, sehingga proses *to help people to help themselves* dapat berjalan.

Adapun berbagai metode pertolongan yang dapat dilakukan oleh seorang pekerja sosial diantaranya adalah *Reality Therapy, Cognitive Behavior Therapy, Hypnosis, Relaksasi, Token Ekonomi, Assertiveness, Client Centered Therapy, Free Association, dan Emotional Freedom Technique (EFT)*. Berbagai metode pertolongan tersebut dapat dilakukan oleh seorang pekerja sosial tergantung pada apa masalah yang dihadapi oleh klien. Dengan demikian tentu saja pekerja sosial bergerak di bidang kesehatan mental (Santoso, 2016)

Pada kasus klien dengan perilaku merokok, pekerja sosial dapat menggunakan metode yang ditujukan untuk mengubah perilaku, yaitu *behavioral therapy* ataupun token ekonomi. Namun demikian, pemilihan metode pun harus disesuaikan dengan kondisi klien yang tentunya dipengaruhi oleh budaya masyarakat Indonesia yang lebih

menyukai afeksi atau penghargaan daripada stimulus positif yang diberikan pada mereka.

Berdasarkan pertimbangan tersebut, maka metode token ekonomi cukup efektif untuk dilakukan dalam upaya mengubah perilaku klien. Sebagai sebuah metode, token ekonomi pun tergolong mudah untuk dijelaskan pada klien dan proses *treatment* yang dilakukan oleh pekerja sosial pun tidak terlalu rumit untuk dilakukan. Di sisi lain, keterlibatan klien menjadi salah satu kunci keberhasilan dari proses perubahan perilaku yang dilakukan dengan menggunakan metode token ekonomi.

Proses *treatment* dilakukan terlebih dahulu dengan menggunakan token ekonomi, karena seseorang akan dengan senang jika mendapatkan sebuah afeksi. Lalu ketika token ekonomi sedang berjalan pekerja sosial juga bisa memasukan metode *behavioral therapy* didalamnya. Dengan memberikan masukan masukan positif klien bisa lebih berpikir dan mengubah mindset dan kebiasaannya perlahan.

2. Token Ekonomi

Token ekonomi adalah satu bentuk perubahan perilaku yang dirancang untuk meningkatkan perilaku yang disukai dan mengurangi perilaku yang tidak disukai dengan menggunakan token atau koin (Ayllon, 1999). Seorang individu akan menerima token dengan segera setelah menampilkan perilaku yang disenangi, sebaliknya akan mendapat

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 3 No. 2	Hal : 131-139	Desember 2020
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

pengurangan token jika menampilkan perilaku yang tidak disukai.

Token-token tersebut akan dikumpulkan dan kemudian dalam jangka waktu tertentu dapat ditukarkan dengan hadiah atau sesuatu yang mempunyai makna. Secara singkatnya token ekonomi merupakan sebuah *system reinforcement* untuk perilaku yang dikelola dan diubah, seseorang mesti dihiasi/diberikan penguatan untuk meningkatkan atau mengurangi perilaku yang diinginkan (Garry, 1999). Hadiah ini tidak perlu mahal. Uang saku tambahan mungkin bisa digunakan sebagai hadiah, atau juga keistimewaan (*privilege*), misalnya dengan memberikan atau membuatkan makanan kesukaan atau memberikan hadiah tiket nonton biskop atau pertandingan sepak bola.

Tujuan utama dari token ekonomi adalah meningkatkan perilaku yang disukai (baik) dan mengurangi perilaku yang tidak disukai (Miltenberger, 2001). Umumnya token ekonomi digunakan dalam perubahan perilaku di *setting* institusional (termasuk rumah sakit jiwa, lembaga koreksional atau pusat rehabilitasi) untuk mengatur perilaku individu yang agresif atau tidak dapat diprediksi. Bagaimanapun, tujuan token ekonomi yang lebih besar adalah mengajarkan tingkah laku yang tepat dan keterampilan sosial yang dapat dipergunakan dalam suatu lingkungan alamiah. Pendidikan khusus (bagi anak dengan kecacatan perkembangan atau kesulitan belajar, hiperaktif, kurang perhatian, atau gangguan perilaku), pendidikan regular, akademi, berbagai tipe panti,

divisi militer, panti werdha, program rehabilitasi narkoba, setting pekerjaan, konseling keluarga dan rumah sakit dapat juga menggunakan token ekonomi (Fahrudin, 2010). Token Ekonomi juga bisa digunakan pada individu atau dalam kelompok.

a. Token (Koin)

Segala sesuatu yang bisa dilihat dan dapat dihitung dapat dijadikan token. Token seharusnya sesuatu yang menarik, mudah dibawa dan sukar ditiru. Umumnya beberapa item dapat dijadikan token seperti uang poker, stiker, tally poin, atau uang mainan. Ketika individu menampilkan tingkah laku yang disukai, maka klien segera diberikan sejumlah token. Token harus tidak punya nilai bagi mereka. Mereka harus mengumpulkan token dan kemudian menukarkannya dengan sesuatu yang berharga, diberikan keistimewaan atau diberi kemudahan melakukan aktivitas lain. Individu juga dapat kehilangan token (denda) jika menunjukkan perilaku yang tidak disukai.

b. Kejelasan pendefinisian tingkah laku target

Individu yang terlibat dalam ekonomi token harus mengetahui secara jelas apakah yang harus mereka lakukan agar mendapatkan token. Tingkah laku yang disukai dan yang tidak disukai

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 3 No. 2	Hal : 131-139	Desember 2020
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

harus dijelaskan diawal secara sederhana dan terma yang spesifik. Jumlah token yang akan dihadiahkan atau kehilangan token bagi setiap perilaku juga harus bersifat spesifik

c. Motif-Motif Penguat/Back-up Reinforcers

Motivasi penguat adalah objek yang penuh arti, keistimewaan, atau aktivitas tambahan yang dapat diberikan kepada klien sebagai pertukaran dengan token yang mereka peroleh. Token dapat berupa mainan-mainan, waktu tambahan, atau tamasya/aktivitas di luar panti. Kesuksesan dari suatu token ekonomi tergantung pada pesona (tawaran menarik/kenikmatan) dari motif-motif penguat tersebut. Individu akan hanya termotivasi untuk mendapatkan token jika mereka mengetahui bentuk penghargaan di masa depan yang diwakili oleh tanda-tanda yang mereka terima. Suatu ekonomi token yang direncanakan akan menjadi baik jika penggunaan motif-motif penguat tersebut dipilih sendiri oleh individu tersebut berbanding yang dipilih oleh pekerja sosial/petugas panti.

d. Sistem Penukaran Token

Klien perlu tahu adanya mekanisme tempat dan waktu yang sesuai untuk mereka menukarkan token dengan

motif-motif penguat tadi. Nilai dari suatu token dari setiap motif penguat ditentukan oleh nilai uang, permintaan, atau nilai terapi yang dijalankan. Sebagai contoh, jika motif penguat itu adalah mahal atau sangat menarik maka nilai token harus yang lebih tinggi. Jika nilai token diatur/tetapkan terlalu rendah, maka individu kurang termotivasi untuk mendapatkan token. Dan sebaliknya, jika nilai itu diatur terlalu tinggi, maka individu akan merasa takut atau ragu dalam mendapatkan token. Adalah penting agar masing-masing individu dapat memperoleh sedikitnya beberapa token.

e. Suatu Sistem Perekam Data

Sebelum rawatan (*treatment*) dimulai, informasi (baseline data) perilaku individu yang sekarang perlu dikumpulkan. Perubahan perilaku kemudian direkam di lembar data harian (daily data sheet). Informasi ini digunakan untuk mengukur kemajuan individu dan efektivitas dari token ekonomi. Informasi mengenai pertukaran dari token juga perlu untuk direkam/dicatat.

f. Implementasi Konsistensi Ekonomi Token oleh Pekerja Sosial/Petugas

Keberhasilan implementasi Ekonomi Token sangat tergantung dari semua pekerja sosial/petugas sebagai

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 3 No. 2	Hal : 131-139	Desember 2020
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

terapis/fasilitator yang harus memperlihatkan perilaku-perilaku yang sama, menggunakan token dalam jumlah yang sesuai, menghindari motif penguat dibagikan dengan bebas, dan mencegah token dari pemalsuan, pencurian, atau diperoleh secara tidak adil. Maka pekerja sosial harus bersifat adil dan tidak memihak siapapun agar tidak ada kecemburuan diantara satu sama lain. Itulah mengapa metode tersebut cukup efektif untuk dilakukan.

Pekerja sosial sebagai professional yang bergerak di bidang kesejahteraan masyarakat diharuskan mampu menangani kebiasaan kebiasaan yang berdampak buruk bagi diri klien dan lingkungannya. Pekerja sosial juga tidak hanya menangani individu tetapi juga kelompok dan masyarakat secara luas. Pekerja sosial juga tidak hanya menangani kebiasaan kebiasaan buruk tetapi bisa juga menangani kesehatan mental seperti stress ataupun depresi. (Raharjo, 2014)

B. METODE

Metode penulisan artikel yang dilakukan menggunakan metode deskriptif, di mana metode ini memberikan gambaran dan keterangan secara objektif, sistematis, analisis, dan kritis. Dalam penulisan artikel, teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah studi literatur dengan menggunakan data

sekunder berupa buku-buku ilmiah, karangan-karangan ilmiah, serta sumber-sumber tertulis lainnya yang relevan dengan topik atau masalah yang akan dibahas.

Data sekunder kepustakaan yang telah dicari kemudian akan dipilih, dianalisis, dan disajikan secara sistematis dan deskriptif dan membuat kesimpulan, sehingga mudah dipahami oleh pembaca.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagai pekerja sosial jika ada klien yang berkonsultasi dan ia ingin mengurangi bahkan berhenti untuk konsumsi rokok, bisa menggunakan metode-metode yang sudah di pelajari di bidang *social case work*, yang mana pekerja sosial harus membantu klien untuk mengurangi bahkan berhenti merokok tanpa harus menyinggung perasaan perokok karena didalam pekerjaan sosial kenyamanan adalah salah satu prioritas. Salah satu yang dapat digunakan untuk menjelaskan fenomena ini adalah teori *social cognitive learning* dari Bandura. Teori ini menyatakan bahwa perilaku individu disebabkan pengaruh lingkungan, individu, dan kognitif. Perilaku merokok tidak semata-mata merupakan proses imitasi dan penguatan positif dari keluarga maupun lingkungan teman sebaya tetapi juga adanya pertimbangan pertimbangan atas konsekuensi konsekuensi perilaku merokok. Dalam kaitan ini, seperti yang telah diuraikan bagian terdahulu, jika orang tua atau saudaranya merokok merupakan agen imitasi yang baik. Jika keluarga mereka tidak ada yang merokok,

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 3 No. 2	Hal : 131-139	Desember 2020
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

maka sikap permisif orang tua merupakan penguah positif atas perilaku merokok. Demikian halnya yang terjadi pada kelompok teman sebaya. Teman sebaya mempunyai peran yang sangat berarti bagi remaja, karena masa tersebut remaja mulai memisahkan diri dari orang tua dan mulai bergabung pada kelompok sebaya. Kebutuhan untuk diterima sering kali membuat remaja berbuat apa saja agar dapat diterima kelompoknya dan terbebas dari sebutan 'pengecut' dan 'banci'. Metode-metode yang bisa di pakai pekerja sosial untuk kasus remaja merokok ini antara lain, *behavior therapy* dan token ekonomi metode yang bisa dilakukan secara berdampingan. Tetapi metode cara mengurangi kebiasaan merokok bahkan berhenti merokok bisa dilakukan dengan metode token ekonomi saja. Ketika seseorang sedang dalam metode token ekonomi pekerja sosial bisa memasukan metode *behavior therapy* di dalamnya. Apalagi saat pandemi seperti ini, orang-orang tidak banyak melakukan kegiatan dan pelarian dari ketidaksihinggaan kegiatan tersebut adalah rokok. Maka dari itu tidak heran saat pandemi seperti ini permintaan rokok mengalami kenaikan. "Di tengah pandemi Covid-19, aktivitas produksi rokok di Kudus masih tetap berjalan normal, bahkan ada kecenderungan beberapa pabrik rokok produksinya naik menyesuaikan permintaan pasar. Menurut dia di tengah pandemi Covid-19 memang banyak masyarakat yang terpaksa bekerja dari rumah atau aktivitas ke luar rumah terbatas. Hal ini membuat perokok memiliki

kesempatan yang luas untuk merokok, kata Ketua Persatuan Perusahaan Rokok Kudus Agus Sarjono di Kudus, Rabu 13 Mei 2020 (bisnis.tempo.co). Maka dari itu sebagai pekerja sosial harus lebih pintar melihat situasi terhadap klien apa yang bagus untuk klien diberi metode.

Dengan demikian, metode token ekonomi akan lebih efektif dilakukan karena metode ini memberikan sebuah afeksi atau penghargaan yang mana bisa membuat seseorang terpacu untuk merubah kebiasaannya tersebut. Seperti contoh kasus seorang remaja yang kecanduan merokok klien datang untuk berkonsultasi dan menginginkan kebiasaan tersebut dikurangi bahkan bisa sampai berhenti, pekerja sosial bisa melakukan *assessment* terlebih dahulu dengan cara mengulik informasi sebanyak-banyaknya dari klien tersebut agar lebih mudah untuk menentukan titik masalah dan jalan keluarnya.

Pekerja sosial bisa mulai mewawancarnya secara individual, berdasarkan data yang diperoleh dari klien tersebut, pencarian data dapat diperluas pada lingkungan terkecil dari klien yaitu keluarga dan lingkungan sekitarnya, lalu selanjutnya pekerja sosial pun dapat menggali informasi mengenai kebiasaan merokok pada diri klien apakah karena pengaruh yang terbentuk dari lingkungan keluarga, pertemanan atau masyarakat secara luas. Berdasarkan berbagai data tersebutlah pekerja sosial mulai mendiskusikan dan menetapkan metode apakah yang cocok untuk diterapkan pada diri klien.

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 3 No. 2	Hal : 131-139	Desember 2020
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

Dengan menggunakan metode token ekonomi, klien berupaya untuk mengubah kebiasaan merokoknya agar berkurang dan pada tahap akhir dalam rangka mengubah kebiasaan tersebut pekerja sosial dapat memberikan stimulan positif agar klien berubah. Kelebihan dari metode token ekonomi adalah bahwa klien bisa lebih bersemangat untuk merubah kebiasaannya karena klien mengetahui jika perjuangannya untuk mengubah kebiasaan buruknya tersebut berhasil, maka ia akan mendapatkan afeksi atau penghargaan dari pekerja sosial yang menanganinya.

Dengan menggunakan metode token ekonomi tersebut seseorang akan lebih merasa dihargai dan mulai merubah kebiasaan buruknya tersebut terlepas dari apa afeksi yang nantinya akan diberikan. Kebiasaan merokok akan berkurang jika secara sadar ataupun tidak sadar ketika fokus kebiasaan untuk merokok mulai terbagi dan bahkan berpindah pada penghargaan yang akan diberikan. Hal inilah mengapa metode token ekonomi dipandang cukup efektif untuk dilakukan. Jika seseorang sudah bisa mengubah kebiasaannya dengan berhenti merokok, maka sistem imun dalam tubuhnya akan meningkat dan dapat mengurangi risiko untuk terpapar oleh virus corona.

D. SIMPULAN

Merokok adalah salah satu kebiasaan yang buruk bagi kesehatan akan tetapi hal yang wajar dilakukan di Indonesia ini. Kebiasaan buruk tersebut di anggap menjadi *fashion* di zaman modern ini, banyak stimulant

stimulan negatif yang muncul agar seseorang bisa di pengaruhi untuk membiasakan merokok. Terlebih lagi dikondisi pandemi ini merokok dapat menularkan virus dengan mudah dan cepat melalui batang rokok yang dimasukan kedalam mulut, dan orang orang yang terpapar virus kemudian orang itu perokok maka virus itu akan lebih berbahaya bagi tubuh orang yang terpapar tersebut, karena sebelumnya paru-paru seorang perokok sudah rusak oleh zat zat yang terkandung dalam rokok dan virus corona menyerang paru-paru yang mana bisa menambah kerusakan dalam paru paru orang tersebut. Dengan berhenti merokok orang-orang bisa meningkatkan imunitas tubuh untuk memerangi Covid-19 ini. Cara berhentinya itulah yang masih susah untuk diterapkan untuk orang orang yang acuh terhadap situasi dan kesehatannya. Dengan melakukan metode yang sudah dibahas tersebut, orang bisa melakukannya sendiri di rumah karena metode ini cukup mudah dilakukan dengan bantuan orang terdekat yang bisa memberikan stimulan positif untuk mengubah pola berpikir dan kebiasaannya itu. Oleh karena itu kebiasaan merokok bisa dikurangi dan tingkat positif terpapar virus corona di Indonesia bisa segera menurun agar situasi kembali aman dan kondusif.

DAFTAR PUSTAKA

- Fahrudin, A. (2012). Teknik Ekonomi Token dalam Pengubahan Perilaku Klien. *Sosio Informa*, 17(3).

Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial	e ISSN: 2620-3367	Vol. 3 No. 2	Hal : 131-139	Desember 2020
-----------------------------------	-------------------	--------------	---------------	---------------

- Fikriyah, S., & Febrijanto, Y. (2012). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada mahasiswa laki-laki di Asrama Putra. *Jurnal stikes*, 5(1), 99-109.
- Hammado, N. (2014). Pengaruh rokok terhadap kesehatan dan pembentukan karakter manusia. *Prosiding*, 1(1), 77-84.
- Husna, N. (2014). ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL DAN PEKERJAAN SOSIAL. *Jurnal Al Bayan*, 51.
- Kemenkes, R. I. (2018). Situasi umum konsumsi tembakau di Indonesia. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Komasari, D., & Helmi, A. F. (2000). Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 27(1), 37-47.
- Kumalasari, D. (2017). Konsep Behavioral Therapy dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri pada Siswa Terisolir. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 14(1), 15-24.
- Masithah, D., Soedirham, O., & Triyoga, R. S. (2018). Peran Kecerdasan Emosional dan Tingkat Ketergantungan Nikotin pada Niat Berhenti Merokok The Influence of Emotional Intelligence and Nicotine Dependence Level on Smoking Cessation Intention.
- Nabila, F. S., Sukohar, A., & Setiawan, G. (2017). Terapi Pengganti Nikotin sebagai Upaya Menghentikan Kebiasaan Merokok. *Jurnal Majority*, 6(3), 158-162.
- Raharjo, S. T. (2014). Dasar Pengetahuan Pekerja Sosial . Bandung : UNPAD PRESS.
- Rochayati, A. S., & Hidayat, E. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Remaja di Sekolah Menengah Kejuruan Kabupaten Kuningan. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 10(1), 1-11.
- Santoso, M. B. (2016). Kesehatan Mental Dalam Perspektif Pekerjaan Sosial. *Share: Social Work Journal*, Vol. 6 No. 1.
- Sutha, D. W. (2016). Analisis Lingkungan Sosial Terhadap Perilaku Merokok Remaja di Kecamatan Pangarengan Kabupaten Sampang Madura. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS. Dr. Soetomo*, 2(1), 43-59.