

Efektifitas Tambalan Nikotin Terhadap Konsumsi Rokok Pada Pekerja Rumah Sakit

Tati Suryati^{1*}, Devi Trianingsih², Rian Agus Setiawan³ Dian Novianti³

^{1,2,3,4} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pertamedika Jakarta

*Koresponden: Devi Trianingsih. Alamat: Jl Bintaro Raya No 10 Tanah Kusir Jakarta 12240. Email: devi.trianingsih27@gmail.com

Received: 03 februari | Revised: 26 februari | Accepted: 12 maret

Abstrak

Latar Belakang: Kecanduan rokok sebagian besar disebabkan oleh nikotin, zat adiktif yang mempengaruhi system saraf pusat dan menghasilkan efek yang menyenangkan seperti relaksasi dan peningkatan konsentrasi. Namun, nikotin juga membuat ketagihan, menyulitkan perokok untuk berhenti meskipun mereka menyadari risiko kesehatan yang terlibat. Di lingkungan Rumah Sakit (RS), pekerja perokok tidak hanya membahayakan kesehatannya sendiri, tetapi juga dapat memberikan contoh perilaku yang kurang sehat bagi pasien dan rekan kerja. Mengurangi konsumsi rokok di kalangan pekerja RS menjadi penting dalam upaya menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan mendukung promosi kesehatan. Salah satu metode yang digunakan untuk membantu mengatasi ketergantungan nikotin adalah terapi penggantian nikotin (NRT), yang bertujuan untuk menggantikan nikotin dari rokok dengan dosis terkontrol untuk mengurangi gejala penarikan nikotin.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menentukan efek tambalan nikotin pada konsumsi rokok pada pekerja di RS X.

Metodologi Penelitian: Desain penelitian ini menggunakan desain eksperimental semu dengan desain pre post test tanpa kelompok kontrol. Populasi penelitian ini adalah 51 pekerja RS X yang mengonsumsi rokok. Sampel penelitian ini sejumlah 17 orang dengan teknik pengambilan konsekutif. Responden diberikan tambalan nikotin selama 3-4 jam dan dilakukan selama 7 hari. Instrumen penelitian adalah kuesioner untuk karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin dan pendidikan terakhir serta lembar pengamatan konsumsi rokok sebelum dan sesudah intervensi

Hasil: Hasil uji statistic sampel uji t-test memperoleh nilai $p = 0,000 (<0,05)$ yang berarti bahwa ada efek dari tambalan nikotin pada konsumsi rokok pada pekerja di RS X.

Kesimpulan: : Penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan ilmu kesehatan dalam memberikan pengetahuan public dan wawasan tentang tambalan nikotin pada konsumsi rokok.

Kata Kunci: Tambalan Nikotin, Konsumsi Rokok, Merokok

1. Latar Belakang

Merokok merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih menjadi kendala sampai saat ini di Indonesia maupun dunia. Rokok mengandung ribuan bahan kimia

berbahaya yang dapat menyebabkan berbagai penyakit serius seperti penyakit jantung coroner, kanker paru, penyakit paru obstruktif kronik dan gangguan system reproduksi (Tivany Ramadhani, Usna Aulia, 2024). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2022), mencatat bahwa

setiap tahun lebih dari tujuh juta orang meninggal akibat mengkonsumsi rokok aktif, dan sekitar satu juta lainnya akibat paparan asap rokok secara pasif. Fenomena ini menunjukkan betapa besarnya dampak negatif rokok terhadap kesehatan individu dan masyarakat secara luas.

Prevalensi merokok masih tergolong tinggi di Indonesia, terutama di kalangan laki-laki usia produktif. Berdasarkan data Global Adult Tobacco Survey Indonesia Report 2021 menunjukkan bahwa 70,2 juta orang atau 34,5% orang dewasa menggunakan tembakau (WHO, 2023). Tidak terkecuali dalam lingkungan RS, yang seharusnya menjadi tempat paling mendukung perilaku hidup bersih dan sehat. Fakta bahwa sejumlah pekerja RS adalah perokok aktif menimbulkan kekhawatiran tersendiri, karena bertentangan dengan prinsip pelayanan kesehatan promotif dan preventif yang diaman oleh institusi tersebut.

Pekerja RS, termasuk tenaga kesehatan maupun tenaga non-medis, merupakan kelompok yang memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan mendukung upaya promosi kesehatan (Wasliati, B., Saputri, I. N., Panjaitan, D. B., Octavariny, R., & Octavia, 2021). Ketika pekerja RS menjadi perokok aktif hal ini bukan hanya berisiko terhadap kesehatan pribadi, tetapi juga dapat mempengaruhi persepsi pasien dan masyarakat terhadap institusi layanan kesehatan itu sendiri (Ravsanjani, M. I., Tetteng, B., & Fakhri, 2023). Di samping itu, perilaku merokok di tempat kerja dapat menyebabkan paparan asap rokok kepada rekan kerja dan pasien sehingga meningkatkan risiko penyakit akibat paparan rokok pasif (Zakiah, F., Furqaani, A. R., & Dharmmika, 2022).

Upaya untuk membantu pekerja RS berhenti merokok menjadi suatu kebutuhan yang mendesak. Salah satu strategi yang telah banyak diterapkan secara global untuk mendukung proses berhenti merokok adalah terapi pengganti nikotin (Lani Maulina, Kinanti Septia R, Rahmi Sabarini A, M Zidan Ardhana, Sofa Hanifah, Ahmad Reza, Ahmad Rezi, Qisti Andarun, Yulia Adira N, 2023). Terapi ini bekerja dengan memberikan nikotin dalam dosis yang lebih rendah dan lebih aman dibandingkan dengan rokok, sehingga membantu mengurangi gejala putus zat dan

keinginan untuk merokok (Fihiruddin, F., Hanafi, F., Inayati, N., & Hasbi, 2024). Di antara berbagai bentuk terapi pengganti nikotin yang tersedia, tambalan nikotin merupakan salah satu metode yang paling mudah digunakan, praktis, dan memiliki tingkat kepatuhan yang relative tinggi (Urbaningrum, L. M., & Hilmi, 2022).

Tambalan nikotin adalah sejenis plester transdermal yang mengandung nikotin dan ditempelkan pada kulit untuk memberikan nikotin secara perlahan ke dalam tubuh melalui system transdermal (Majdi, A., Sadigh-Eteghad, S., & Gjedde, 2021). Penggunaan tambalan nikotin tidak memerlukan tindakan invasif dan dapat digunakan dalam aktifitas harian tanpa mengganggu pekerjaan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan tambalan nikotin dapat secara signifikan membantu mengurangi konsumsi rokok dan meningkatkan peluang keberhasilan berhenti merokok, terutama jika disertai dengan motivasi tinggi dan dukungan psikososial (Liu, Y.-Y., Tien, T.-Y., Hung, C.-L., Wu, Y.-J., Su, C.-H., Yeh, 2024).

Efektifitas tambalan nikotin telah banyak dibuktikan di negara-negara lain, masih terbatas penelitian di Indonesia yang secara khusus mengkaji dampak penggunaannya terhadap konsumsi rokok, terutama pada kelompok pekerja RS. Konteks budaya, social dan lingkungan kerja yang berbeda di Indonesia dapat mempengaruhi efektifitas intervensi tersebut. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji sejauh mana tambalan nikotin dapat berperan sebagai strategi intervensi dalam mengurangi perilaku merokok pada pekerja RS di Indonesia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan tambalan nikotin terhadap penurunan konsumsi rokok pada pekerja RS. Pemahaman tentang pengaruh tambalan nikotin dalam konteks lingkungan RS, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan dasar ilmiah untuk pengembangan program intervensi berhenti merokok yang lebih efektif dan aplikatif di lingkungan institusi pelayanan kesehatan.

Peneliti juga dapat memberikan kontribusi terhadap kebijakan manajemen sumberdaya manusia di RS, khususnya dalam menciptakan lingkungan kerja yang

mendukung gaya hidup sehat. Program berhenti merokok yang terstruktur dan berbasis bukti dapat menjadi bagian dari strategi promosi kesehatan kerja yang lebih luas, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan kualitas hidup pekerja dan mutu pelayanan kesehatan secara keseluruhan.

Penelitian ini difokuskan pada penggunaan tambalan nikotin sebagai intervensi dalam menurunkan konsumsi rokok pada pekerja RS. Penelitian ini diharapkan dapat menjawab pertanyaan “Apakah penggunaan tambalan nikotin secara konsisten dapat memberikan dampak signifikan terhadap konsumsi merokok pada pekerja RS?”. Keberhasilan dalam menurunkan konsumsi rokok di kalangan pekerja RS melalui metode tambalan nikotin tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga dapat memberikan efek domino yang positif dalam membentuk budaya hidup sehat di lingkungan kerja, meningkatkan produktifitas kerja serta meningkatkan citra RS sebagai institusi yang mendukung kesehatan masyarakat secara menyeluruh.

3. Metode Penelitian

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif berjenis penelitian eksperimen semu dengan rancangan desain pre-post tes tanpa kelompok kontrol. Rancangan eksperimen semu merupakan penelitian yang berguna dalam melihat perubahan keadaan saat diberikan perlakuan dengan pengontrolan ketat dalam kondisi tertentu (Abraham, I., & Supriyati, 2022). Tujuan dari studi ini untuk mengukur intervensi tanpa menggunakan pengacakan.

3.2. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapatnya pengaruh tambalan nikotin terhadap konsumsi rokok pada pekerja RS X

3.3. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini didefinisikan sebagai seluruh pekerja RS yang merupakan perokok batangan.

Populasi sejumlah 51 orang. Sampel penelitian merupakan bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan populasi dalam penelitian. Dalam menentukan jumlah sampel, peneliti mempertimbangkan kebutuhan analisis yang direncanakan. Berdasarkan pertimbangan tersebut, jumlah sampel dalam penelitian ini ditetapkan sebanyak 15 orang (Isnawan, 2020). Antisipasi kemungkinan adanya dropout sebesar 10%, sehingga total responden adalah 17 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah consecutive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan urutan subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sampai jumlah yang ditentukan terpenuhi selama periode penelitian (Vaughan, B., Grant, M., Moroz, J., Ngawaka, C., & Mulcahy, 2020). Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi pekerja RS yang merupakan perokok aktif batangan. Sementara kriteria eksklusi mencakup pekerja yang memiliki gangguan pendengaran atau penciuma serta memiliki alergi terhadap bahan.

3.3. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian merupakan salah satu cara sistematis yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun social yang diamati, dalam penelitian ini yaitu pengukuran variable konsumsi rokok sebelum dan sesudah intervensi tambalan nikotin. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini bersifat tertutup, dengan alternative jawaban yang telah disediakan untuk memudahkan analisis dan menjaga konsistensi data. Kuesioner terdiri dari tiga bagian. Bagian pertama ditujukan untuk mengukur karakteristik responden, yang mencakup data usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan. Setiap pertanyaan dalam bagian ini disajikan dalam bentuk checklis untuk memastikan kejelasan dan kemudahan pengisian.

Bagian kedua dari instrument berfokus pada pelaksanaan intervensi, yaitu penggunaan tambalan nikotin. Intervensi dilakukan dengan bantuan alat pendukung berupa jam tangan untuk memantau lama pemakaian harian serta berpedoman pada standar operasional prosedur pemberian tambalan nikotin. Standar ini digunakan untuk

menjamin bahwa prosedur intervensi dilakukan secara seragam kepada seluruh responden yaitu berdurasi 3-4 jam selama 7 hari berturut-turut.

Bagian ketiga dalam dari instrument penelitian adalah lembar observasi yang digunakan untuk mencatat jumlah rokok harian responden. Lembar observasi ini digunakan dua kali, yaitu sebelum pemberian intervensi (sebagai data pretest) dan setelah selesai periode intervensi (sebagai data posttest). Data dari lembar observasi inilah yang menjadi dasar utama dalam analisis perubahan konsumsi rokok yang terjadi sebagai akibat dari penggunaan tambalan nikotin.

3.4. Pengumpulan Data

Pengumpulan Data dilakukan pada bulan Oktober 2024 sd Februari 2025 di salah satu RS BUMN Jakarta.

3.5. Analisa Data

Analisa data dalam penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan karakteristik responden serta menguji pengaruh intervensi tambalan nikotin terhadap konsumsi rokok pada pekerja RS. Proses analisa dilakukan dalam tiga tahap, yaitu analisa univariate, uji normalitas dan analisa bivariate.

Analisa univariat digunakan untuk memberikan deskripsi pada setiap variabel penelitian. Karakteristik yang dianalisa meliputi usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan. Selain itu, dilakukan juga analisa terhadap konsumsi rokok responden sebelum dan sesudah pemberian intervensi tambalan nikotin.

Dalam penelitian ini, distribusi normal data diuji dengan pendekatan nilai skewness yang dibandingkan dengan standar error untuk menentukan nilai z-skewness. Dari hasil pengukuran uji normalitas didapatkan hasil bahwa data berdistribusi normal dengan nilai Z-Skewness untuk pre 0,889 dan post 0,687.

Setelah diketahui data berdistribusi normal, maka dilakukan analisa bivariate menggunakan uji t berpasangan untuk mengetahui perbedaan rerata konsumsi rokok sebelum dan sesudah intervensi tambalan nikotin pada

subyek yang sama. Pemilihan uji t berpasangan didasarkan pada penelitian yang bersifat pre-post tes pada kelompok tunggal (Akbar, Reza, U. Sulia Sukmawati, Katsirin, 2023). Hal ini bertujuan untuk menilai secara langsung efek intervensi dengan membandingkan dua kondisi berbeda dalam periode waktu yang sama.

3.6. Pertimbangan Etik

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Muhammadiyah Purwokerto dengan nomor surat KEPK/UMP/135/XII/2024. Persetujuan ini diberikan setelah melalui proses telaah terhadap protocol penelitian, yang mencakup aspek metodologi, risiko dan manfaat, serta perlindungan terhadap hak dan kesejahteraan subjek penelitian.

4. Hasil Penelitian

4.1. Analisa Univariat

Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan usia pekerja di RS X (n=17)

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
26-35 tahun	9	52,9
36-45 tahun	6	35,3
46-55 tahun	2	11,8
Total	17	

Tabel 4.1 menggambarkan bahwa sebagian besar responden berusia antara 26-35 tahun (52,9%), diikuti oleh kelompok usia 36-45 tahun (35,3%) dan usia 46-55 tahun (11,8%).

Tabel 4.2 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pekerja di RS X (n=17)

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	17	100
Total	17	100

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa seluruh responden dalam penelitian ini adalah laki-laki (100%).

Tabel 4.3 Distribusi responden berdasarkan pendidikan

pekerja di RS X (n=17)

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SMA/K	4	23,5
Perguruan Tinggi	13	76,5
Total	17	100

Tabel 4.3 memberikan gambaran bahwa sebagian besar responden memiliki latar belakang pendidikan perguruan tinggi (76,5%), sedangkan sisanya (23,5%) berpendidikan SMA/K.

Tabel 4.4 Rata-rata konsumsi rokok sebelum pemberian intervensi tambalan nikotin pekerja di RS X (n=17)

Parameter	Nilai
Rata-rata (mean)	21,53
Simpangan Baku (SD)	4,170
Nilai Minimum-Maksimum	15-30

Tabel 4.4 menunjukkan sebelum intervensi, rata-rata konsumsi rokok harian responden adalah 21,53 batang, dengan konsumsi minimum 15 batang dan maksimum 30 batang.

Tabel 4.5 Rata-rata konsumsi rokok sesudah pemberian intervensi tambalan nikotin pekerja di RS X (n=17)

Parameter	Nilai
Rata-rata (mean)	12,29
Simpangan Baku (SD)	2,823
Nilai Minimum-Maksimum	8-18

Tabel 4.5 menggambarkan bahwa setelah intervensi, rata-rata konsumsi rokok harian menurun menjadi 12,29 batang, dengan rentang konsumsi 8 hingga 18 batang.

4.2. Analisa Bivariat

Tabel 4.5 Pengaruh tambalan nikotin terhadap konsumsi rokok pekerja di RS X (n=17)

Waktu	Rata-rata	Simpangan	Nilai p
-------	-----------	-----------	---------

Pengukuran		Baku	
Sebelum	21,53	4,170	0,000
Sesudah	12,29	2,823	

Tabel 4.5 menunjukkan hasil uji bivariate t berpasangan dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi rokok sebelum dan sesudah pemberian tambalan nikotin. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian tambalan nikotin efektif menurunkan konsumsi rokok pada pekerja di RS X

5. Hasil Penelitian

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan tambalan nikotin secara signifikan berpengaruh terhadap penurunan konsumsi rokok pada pekerja RS. Hasil uji statistic yang menunjukkan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian intervensi tambalan nikotin dengan perubahan perilaku merokok responden. Artinya, intervensi yang dilakukan selama 7 hari mampu memberikan dampak positif terhadap pengurangan jumlah rokok yang dikonsumsi per hari oleh responden.

Tambalan nikotin merupakan salah satu bentuk terapi pengganti nikotin yang bekerja dengan cara mengalirkan nikotin dosis rendah secara perlahan melalui kulit (transdermal), kemudian diserap ke dalam aliran darah (King, A., Vena, A., de Wit, H., Grant, J. E., & Cao, 2022). Mekanisme ini bertujuan untuk mengurangi keinginan merokok dengan mengurangi gejala withdrawal atau gejala putus zat nikotin (Yamine, L., Green, C. E., Kosten, T. R., de Dios, C., Suchting, R., Lane, S. D., Verrico, C. D., & Schmitz, 2021), yang seringkali menjadi hambatan utama dalam proses berhenti merokok. Gejala tersebut antara lain berupa rasa gelisah, mudah marah, peningkatan nafsu makan, sulit berkonsentrasi, dan keinginan kuat untuk merokok kembali.

Dalam penelitian ini, tambalan nikotin digunakan selama 3-4 jam setiap hari selama 7 hari. Durasi ini relative singkat jika dibandingkan dengan protocol standar terapi pengganti nikotin yang biasanya digunakan selama 16-24 jam per hari (Baker, T. B., Piper, M. E., Smith, S. S., Bolt, D. M.,

Stein, J. H., & Fiore, 2021). Meskipun demikian, hasil penelitian tetap menunjukkan bahwa intervensi dengan durasi singkat dapat memberikan hasil yang bermakna jika dilakukan secara konsisten, terlebih jika peserta memiliki motivasi intrinsik untuk mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok.

Temuan ini sejalan dengan sejumlah penelitian sebelumnya yang juga menunjukkan bahwa tambalan nikotin efektif membantu perokok dalam mengurangi konsumsi atau berhenti merokok. Sebuah studi yang dilakukan oleh (James M. Davis, Luisa Masclans, 2023) menyimpulkan bahwa penggunaan terapi pengganti nikotin, termasuk tambalan nikotin, meningkatkan kemungkinan berhenti merokok. Efektivitas ini menjadi alasan mengapa tambalan nikotin banyak digunakan dalam program-program berhenti merokok di berbagai negara.

Selain manfaat fisiologis, penggunaan tambalan nikotin juga memiliki keunggulan dari segi kenyamanan dan fleksibilitas penggunaan (Dai, R., 2024), terutama bagi individu dengan aktifitas tinggi, seperti pekerja RS. Pekerja RS umumnya memiliki jam kerja yang padat dan tidak selalu memungkinkan untuk menjalani program konseling intensif atau terapi tatap muka. Dalam hal ini, tambalan nikotin menjadi solusi praktis yang dapat digunakan tanpa mengganggu aktifitas kerja sehari-hari.

Pekerja RS juga memiliki peran penting dalam promosi kesehatan di tempat kerja maupun dalam pelayanan kepada pasien. Ketika pekerja RS yang merokok dapat mengurangi konsumsi atau bahkan berhenti merokok, hal ini akan memberikan dampak positif terhadap citra institusi kesehatan, serta dapat mendorong lingkungan kerja yang lebih sehat (Suarti, 2023). Hal ini sangat penting mengingat RS seharusnya menjadi teladan dalam penerapan gaya hidup sehat, termasuk dalam pengendalian konsumsi rokok.

Meskipun intervensi yang diberikan dalam penelitian ini bersifat terbatas (7 hari), hasilnya tetap menunjukkan adanya penurunan konsumsi rokok yang signifikan. Namun demikian, perlu diingat bahwa proses berhenti merokok tidak hanya bergantung pada aspek fisiologis, tetapi juga pada faktor psikologis dan social

(Reskiadin dkk, 2021). Beberapa responden mungkin mengalami tantangan psikologis seperti stress kerja atau tekanan social yang dapat mempengaruhi keberhasilan berhenti merokok secara jangka panjang. Oleh karena itu, penggunaan tambalan nikotin sebaiknya tidak berdiri sendiri, melainkan disertai dengan pendekatan lain seperti edukasi, konseling perilaku atau dukungan kelompok.

Keberhasilan penggunaan tambalan nikotin juga dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap efektivitas dan kenyamanan penggunaannya (Paul M. Cinciripini, George Kypriotakis, Charles Green, David Lawrence, Robert M. Anthenelli, Jennifer Minnix, 2022). Responden yang memiliki pengalaman positif selama menggunakan tambalan nikotin, seperti berkurangnya dorongan merokok atau tidak merasakan efek samping yang berarti cenderung merespon baik dalam melanjutkan upaya berhenti merokok. Sebaliknya, pada responden yang memiliki pengalaman tidak nyaman dalam penggunaan tambalan nikotin seperti tidak adanya perubahan signifikan pada keinginan merokok, berpersepsi kurang tertarik untuk melanjutkan penggunaan tambalan nikotin untuk jangka panjang.

Pencapaian hasil yang optimal dalam program promosi kesehatan kerja, institusi seperti RS dapat mempertimbangkan untuk mengintegrasikan penggunaan tambalan nikotin. Program tersebut dapat mencakup penyediaan tambalan nikotin secara berkala, edukasi mengenai manfaat dan cara penggunaan yang tepat, serta dukungan psikososial untuk mendorong perubahan perilaku secara menyeluruh. Pendekatan ini tidak hanya bermanfaat bagi individu yang ingin berhenti merokok, tetapi juga berkontribusi pada terciptanya lingkungan kerja yang lebih sehat dan produktif.

Hasil penelitian ini memberikan bukti bahwa tambalan nikotin dapat menjadi alternative intervensi yang efektif dalam mengurangi konsumsi rokok, bahkan dalam jangka waktu singkat. Intervensi ini relevan untuk diterapkan di lingkungan kerja seperti RS, dengan gambaran kondisi pekerja terbatas waktu akan tetapi tetap membutuhkan dukungan dalam mengubah perilaku merokok. Penelitian lanjutan secara jangka panjang

memerlukan durasi intervensi yang lebih panjang, pendekatan multifaset, serta evaluasi keberlanjutan efek penggunaan tambalan nikotin, sehingga dapat memperoleh gambaran efektivitas yang lebih komprehensif.

6. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan tambalan nikotin secara signifikan berpengaruh terhadap penurunan konsumsi rokok pada pekerja RS. Intervensi yang diberikan selama 7 hari, dengan durasi pemakaian tambalan selama 3-4 jam per hari, menunjukkan efektivitas yang bermakna secara statistik, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Tambalan nikotin, sebagai salah satu bentuk terapi pengganti nikotin, terbukti mampu membantu mengurangi dorongan untuk merokok dengan mengatasi gejala putus zat nikotin secara fisiologis. Efektivitasnya dalam menurunkan jumlah konsumsi rokok bahkan dalam waktu yang relatif singkat menunjukkan bahwa intervensi ini berpotensi untuk diadopsi sebagai bagian dari program promotif dan preventif dalam konteks kesehatan kerja.

Implementasi intervensi ini di lingkungan RS dinilai strategis, mengingat pentingnya peran tenaga kesehatan sebagai teladan dalam gaya hidup sehat. Dukungan dalam keberlanjutan hasil yang dicapai, peneliti menyarankan agar penggunaan tambalan nikotin diintegrasikan dengan strategi pendukung lainnya seperti edukasi kesehatan, konseling perilaku, serta dukungan psikososial secara berkelanjutan.

7. Referensi

Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain Kuasi Eksperimen dalam Pendidikan: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Mandala*, 8(3), Corpus ID: 253726955. <https://doi.org/https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3800>

Akbar, Reza, U. Sulia Sukmawati, Katsirin, K. (2023). Analisis Data Penelitian Kuantitatif: Pengujian Hipotesis Asosiatif Korelasi. *Jurnal Pelita Nusantara: Kajian Ilmu Sosial Multidisiplin*, 1(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.59996/jurnalpelit anusantara.v1i3.350>

Baker, T. B., Piper, M. E., Smith, S. S., Bolt, D. M., Stein, J. H., & Fiore, M. C. (2021). Effects of Combined Varenicline With Nicotine Patch and of Extended Treatment Duration on Smoking Cessation: A Randomized Clinical Trial. *JAMA*, 326(15), 1485–1493. <https://doi.org/https://doi.org/10.1001/jama.2021.15333>

Dai, R., et al. (2024). Effects of Acupuncture and Nicotine Patch on Smoking: A Multicenter, Randomized, Controlled, Double-Blind Clinical Trial. *Frontiers in Medicine*, 11, Article ID: 1418967. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fmed.2024.1418967>

Fihiruddin, F., Hanafi, F., Inayati, N., & Hasbi, M. (2024). Penggunaan Nicotine Replacement Therapy (NRT) dan Terapi Community sebagai Upaya Menghentikan Kebiasaan Merokok. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 8(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jpmb.v8i1.19414>

Isnawan, M. G. (2020). *Kuasi Eksperimen*. Nashir Al-Kutub Indonesia.

James M. Davis, Luisa Masclans, dan J. E. R. (2023). Adaptive Smoking Cessation Using Precessation Varenicline or Nicotine Patch: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Network Open*, 6(9), e2332214. <https://doi.org/https://doi.org/10.1001/jamanetwo rkopen.2023.32214>

King, A., Vena, A., de Wit, H., Grant, J. E., & Cao, D. (2022). Effect of Combination Treatment With Varenicline and Nicotine Patch on Smoking Cessation Among Smokers Who Drink Heavily: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Network Open*, 5(3), e220951. <https://doi.org/https://doi.org/10.1001/jamanetwo rkopen.2022.0951>

Lani Maulina, Kinanti Septia R, Rahmi Sabarini A, M Zidan Ardhana, Sofa Hanifah, Ahmad Reza, Ahmad Rezi, Qisti Andarun, Yulia Adira N, D. S. B. (2023). Pengaruh Terapi Komplementer terhadap Kebiasaan Merokok. *Journal of Nursing Practice and Science*, 2(1), 163–171.

Liu, Y.-Y., Tien, T.-Y., Hung, C.-L., Wu, Y.-J., Su, C.-H., Yeh, H.-I. (2024). Transdermal Nicotine Patch Increases the Number and Function of Endothelial Progenitor Cells in Young Healthy Nonsmokers without Adverse Hemodynamic Effects. *Clinical Pharmacology & Therapeutics*, 116(1), ISSN: 0009-9236 (Print), 1532-6535 (Online). <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/cpt.3249>

Majdi, A., Sadigh-Eteghad, S., & Gjedde, A. (2021). Effects of transdermal nicotine delivery on cognitive outcomes: A meta-analysis. *Acta Neurologica Scandinavica*, 144(2 p), 179–191. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/ane.13436>

Paul M. Cinciripini, George Kypriotakis, Charles Green, David

- Lawrence, Robert M. Anthenelli, Jennifer Minnix, J. A. B. (2022). The effects of varenicline, bupropion, nicotine patch, and placebo on smoking cessation among smokers with major depression: A randomized clinical trial. *Depression and Anxiety*, 39(5), 429–440. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/da.23259>
- Ravsanjani, M. I., Tetteng, B., & Fakhri, N. (2023). Disonansi Kognitif pada Perawat yang Merokok. *Jurnal Keperawatan Tambusai*, 4(2), 1357–1362.
- Suarti, E. (2023). Strategi Rekrutmen dan Seleksi Karyawan Pelayanan Medis di RS. Citra Arafiq Depok. *Jurnal Cakrawala Ilmiah (JCI)*, 2(12). <https://doi.org/https://doi.org/10.53625/jcijurnalca.krawalilmiah.v2i12.6391>
- Tivany Ramadhani, Usna Aulia, W. A. P. (2024). Bahaya Merokok Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan (KLINIK)*, Vol.3(1), Hal 185-195.
- Urbaningrum, L. M., & Hilmi, I. L. (2022). Comparison of Varenicline's Effectiveness with Nicotine Replacement Therapy (NRT) or a Combination of Both in Smoking Cessation: Literature Review. *Jurnal eduHealth*, 13(2), ISSN: 2808-4608.
- Vaughan, B., Grant, M., Moroz, J., Ngawaka, C., & Mulcahy, J. (2020). Self-management behaviour and knowledge of patients with musculoskeletal complaints attending an Australian osteopathy clinic: A consecutive sampling design. *International Journal of Osteopathic Medicine*, 37(1), 3–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijosm.2020.05.004>
- Wasliati, B., Saputri, I. N., Panjaitan, D. B., Octavariny, R., & Octavia, C. (2021). Penyuluhan Kesehatan Tentang Gizi Seimbang pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 208–212.
- WHO. (2022). Noncommunicable Diseases Progress Monitor 2022. In *World Health Organization*.
- WHO. (2023). Global Adult Tobacco Survey (GATS) Indonesia Report 2021. In *World Health Organization. Country Office For Indonesia*.
- Yamine, L., Green, C. E., Kosten, T. R., de Dios, C., Suchting, R., Lane, S. D., Verrico, C. D., & Schmitz, J. M. (2021). Exenatide Adjunct to Nicotine Patch Facilitates Smoking Cessation and May Reduce Post-Cessation Weight Gain: A Pilot Randomized Controlled Trial. *Nicotine & Tobacco Research*, 23(10), 1682–1690. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/ntr/ntab066>
- Zakiah, F., Furqaani, A. R., & Dharmmika, S. (2022). Scoping Review: Hubungan antara Status Perokok Pasif (Secondhand Smoker) dengan Risiko Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) pada Pekerja di Perkantoran. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 2(1), 367–375.