

**EFEKTIVITAS PERMEN KARET DAN PERMEN MINT  
PADA PENYAPIHAN ROKOK DI KELOMPOK  
USIA REMAJA**



**SKRIPSI**

**NANIK SAYIDATUL FAUZIYAH  
1811020205**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN S1  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO  
2022**

**EFEKTIVITAS PERMEN KARET DAN PERMEN MINT  
PADA PENYAPIHAN ROKOK DI KELOMPOK  
USIA REMAJA**



**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan

**NANIK SAYIDATUL FAUZIYAH  
1811020205**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN S1  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO  
2022**

**HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nanik Sayidatul Fauziyah  
NIM : 1811020205  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto  
Judul : Efektivitas Permen Karet dan Permen Mint Pada Penyapihan Rokok di Kelompok Usia Remaja

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat, dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan dari penelitian orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 31 Maret 2022

Yang menyatakan,



Nanik Sayidatul Fauziyah

1811020205

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi yang diajukan oleh;

Nama : Nanik Sayidatul Fauziyah

NIM : 1811020205

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Judul : Efektivitas Permen Karet dan Permen Mint Pada  
Penyapihan Rokok di Kelompok Usia Remaja

Telah diterima dan disetujui

Purwokerto, 31 Maret 2022

**PEMBIMBING**

Mustiah Yulistiani, S.Kp., M.Kep., CWCS

NIK. 0160138

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Nanik Sayidatul Fauziyah  
NIM : 1811020205  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto  
Judul : Efektivitas Permen Karet dan Permen Mint Pada Penyapihan Rokok di Kelompok Usia Remaja

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

**DEWAN PENGUJI**

Penguji 1 : Dr. Isna Hikmawati, S.KM., M.Kes (Epid)

Penguji 2 : Ns. Nurul Fatwati Fitriana, S.Kep., M.Kep

Penguji 3 : Mustiah Yulistiani, S.Kp., M.Kep., CWCS

Ditetapkan di : Purwokerto

Tanggal : 31 Maret 2022

Mengetahui :

Dekan FIKES



Dr. Ns. Umi Solikhah, S.Pd., S.Kep., M.Kep

NIK. 2160188

## MOTTO

“Tidaklah mungkin bagi matahari mengejar bulan dan malam pun tidak dapat mendahului siang. Masing-masing beredar pada garis edarnya

(QS.Yasin: 40)”



## PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang tidak terhingga saya ucapkan Alhamdulillah robillalamin kepada Allah SWT. Karena dengan ridho-Nya akhirnya saya dapat menyelesaikan skripsi ini yang saya persembahkan untuk orang-orang terdekat yang saya cintai dan sayangi :

1. Kedua orangtua saya yang saya cintai yaitu Mama dan Bapak yang selalu memberikan doa, semangat, bimbingan, kasih sayang yang luar biasa yang tidak pernah putus dan selalu memberikan pemahaman yang baik dan kekuatan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Adik dan sepupu saya yang menjadi salah satu alasan saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Teman-teman terdekat saya yang selalu membantu dan menemani untuk menyelesaikan skripsi ini
4. Teman-teman PSIK A18 kelas D. Terima kasih untuk kebersamaan selama ini semoga kalian semua selalu sukses.
5. Mahasiswa dan almamater kampus fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Efektivitas Permen Karet dan Permen Mint Pada Penyapihan Rokok di Kelompok Usia Remaja”. Penulisan skripsi ini dilakukan guna memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Jebul Suroso, S.Kp., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto
2. Dr. Ns. Umi Solikhah, S.Pd., S.Kep., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto
3. Ns. Happy Dwi Aprilina., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto
4. Ibunda Mustiah Yulistiani, S.Kp., M.Kep., CWCS selaku pembimbing yang telah banyak memberikan arahan, bimbingan dan sarannya dalam proses penulisan skripsi ini
5. Dr. Isna Hikmawati, S.KM., M.Kes selaku dosen penguji 1 yang telah memberikan berbagai pertanyaan untuk menguji kelayakan skripsi ini
6. Ns. Nurul Fatwati, S.Kep., M.Kep selaku dosen penguji 2 yang telah memberi pertanyaan untuk menguji kelayakan skripsi ini
7. Seluruh Dosen dan Karyawan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, yang telah memberikan materi terkait penulisan skripsi dan membantu dalam proses penulisan skripsi hingga selesai.
8. Kedua orang tua penulis, yang selalu memberikan doa, kasih sayang, nasehat, materi serta kesabarannya yang luar biasa dalam memberi semangat kepada penulis

9. Teman-teman penulis yang selalu memberikan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini
10. Seluruh pihak yang ikut berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca demi melengkapi kekurangan skripsi ini. Akhir kata, semoga Allah SWT memberikan balasan atas semua kebaikan semua pihak yang telah membantu. Aamiin

Purwokerto, 31 Maret 2022

Nanik Sayidatul Fauziyah

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nanik Sayidatul Fauziah  
NIM : 1811020205  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto  
Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Efektivitas Permen Karet dan Permen Mint Pada Penyapihan Rokok di Kelompok Usia Remaja

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Purwokerto berhak menyimpan, mengalihmedia/mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Purwokerto

Pada Tanggal : 31 Maret 2022

Yang Menyatakan,



Nanik Sayidatul Fauziah

# EFEKTIVITAS PERMEN KARET DAN PERMEN MINT PADA PENYAPIHAN ROKOK DI KELOMPOK USIA REMAJA

Nanik Sayidatul Fauziyah<sup>1</sup>, Mustiah Yulistiani<sup>2</sup>  
[nanik22fauziyah@gmail.com](mailto:nanik22fauziyah@gmail.com)<sup>1</sup> [mustiahrais@gmail.com](mailto:mustiahrais@gmail.com)<sup>2</sup>

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Merokok merupakan kebiasaan buruk yang dapat menyebabkan berbagai macam penyakit jika dikonsumsi dalam jangka waktu panjang dengan frekuensi sering. Remaja merupakan aset Bangsa yang diharapkan memiliki derajat kesehatan yang optimal. Dengan demikian perlu dilakukan upaya penyapihan rokok seperti penggunaan permen karet dan permen mint sebagai pengganti rokok untuk mengurangi jumlah konsumsi rokok atau bahkan menghentikan perilaku kebiasaan merokok pada remaja.

**Tujuan :** Untuk mengetahui perbedaan efektivitas permen karet dan permen mint pada penyapihan rokok di kelompok usia remaja

**Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperimen*. Sampel penelitian ini adalah siswa SMK Ma'arif 1 Kroya dengan jumlah 62 responden yang dipilih melalui metode *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar survey dan buku observasi dengan analisis data uji *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*.

**Hasil :** Uji *Wilcoxon* pada jumlah konsumsi rokok sebelum dan sesudah diberikan intervensi permen karet sebesar 0,001 dan pada jumlah konsumsi rokok sebelum dan sesudah diberikan intervensi permen mint sebesar 0,003 yang berarti keduanya efektif terhadap upaya penyapihan rokok. Sedangkan pada uji *Mann Whitney* didapatkan hasil sebesar 0,070 yang berarti tidak terdapat perbedaan efektivitas permen karet dan permen mint pada penyapihan rokok di kelompok usia remaja. Permen karet dapat meningkatkan laju aliran saliva sedangkan permen mint memunculkan sensasi dingin yang menyebabkan kedua media tersebut tidak memiliki perbedaan yang signifikan.

**Kesimpulan :** Tidak ada perbedaan yang signifikan antara permen karet dan permen mint pada penyapihan rokok di kelompok usia remaja.

**Kata Kunci :** Permen Karet, Permen Mint, Penyapihan Rokok, Usia Remaja

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

<sup>2</sup> Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah purwokerto

# THE EFFECTIVENESS OF GUM AND MINT CANDY IN QUITTING SMOKING IN ADOLESCENTS

Nanik Sayidatul Fauziyah<sup>1</sup>, Mustiah Yulistiani<sup>2</sup>  
[nanik22fauziyah@gmail.com](mailto:nanik22fauziyah@gmail.com)<sup>1</sup> [mustiahrais@gmail.com](mailto:mustiahrais@gmail.com)<sup>2</sup>

## ABSTRACT

**Background :** Smoking is a bad habit that can cause various diseases for a long-term period with high frequency. Adolescents are the nation's assets and are expected to have optimal health status. Thus, it is necessary to make efforts to quit smoking, such as the use of gum and mint candy as a substitute for cigarettes to reduce the number of cigarette consumption or even stop smoking behavior in adolescents.

**Objective :** This study aimed to determine the differences in the effectiveness of gum and mint candy on quitting smoking in adolescents.

**Methods :** This was quantitative research with a quasi-experimental design. The sample was 62 students of SMK Maarif 1 Kroya who were selected through a simple random sampling method. Then, survey sheets and observation books were used as the instruments. Afterward, the data were analyzed using the Wilcoxon test and Mann-Whitney test.

**Results :** The result of the Wilcoxon test indicated that the number of cigarette consumption before and after the gum intervention was 0.001. Meanwhile, the number of cigarette consumption before and after the intervention of mint candy was 0.003. It meant that both were effective in quitting smoking efforts. In addition, the result of the Mann-Whitney test was 0.070. It meant no difference in the effectiveness of gum and mint candy on quitting smoking in adolescents. Chewing gum could increase the salivary flow rate, while mint candy could cause a cold sensation. So, there were no significant differences between both.

**Conclusion :** There was no significant difference between the gum and mint candy in quitting smoking in the adolescents

**Keywords :** Gum, Mint Candy, Cigarette Weaning, Adolescent Age

---

<sup>1</sup> The Student of Nursing Science Study Program Faculty of Health Sciences  
University of Muhammadiyah Purwokerto

<sup>2</sup> The Lecturers of Health and Science Faculty of University of Muhammadiyah  
Purwokerto

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	ix
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR BAGAN .....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II.....</b>	<b>7</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A. Keaslian Penelitian.....	7
B. Landasan Teori.....	9
1. Remaja .....	9
2. Perilaku Merokok.....	11
3. Permen Karet .....	15
4. Permen Mint.....	16
5. Penyapihan Rokok .....	17
6. Pemeriksaan Fisik .....	18

7. Konsep Teori Keperawatan.....	22
C. Kerangka Teori .....	26
D. Kerangka Konsep dan Hipotesis Penelitian .....	27
<b>BAB III.....</b>	<b>28</b>
<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Desain Penelitian .....	28
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	29
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling .....	29
D. Variabel Penelitian.....	30
E. Definisi Operasional .....	31
F. Instrumen Penelitian .....	33
G. Teknik Pengumpulan Data dan Analisis Data .....	33
I. Pengolahan Data .....	38
J. Alur Penelitian .....	39
K. Etika Penelitian .....	41
<b>BAB IV.....</b>	<b>43</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
A. Hasil Penelitian .....	43
B. Pembahasan.....	49
C. Keterbatasan.....	63
<b>BAB V .....</b>	<b>64</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>64</b>
A. Kesimpulan .....	64
B. Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1. Kerangka Teori Penelitian .....	26
Bagan 2.2. Kerangka Konsep Penelitian .....	27



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2.2	Kandungan Permen Xylitol.....	16
Tabel 2.3	Kandungan Permen Mint.....	17
Tabel 2.4	Kriteria Nilai Saturasi Oksigen.....	19
Tabel 2.5	Kriteria Denyut Nadi.....	20
Tabel 2.6	Kriteria Respirasi.....	21
Tabel 3.1	Desain Penelitian.....	28
Tabel 3.2	Definisi operasional.....	31
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	43
Tabel 4.2	Gambaran Kesehatan Fisik Responden.....	44
Tabel 4.3.1	Jumlah Konsumsi Rokok Sebelum Intervensi Permen Karet.....	46
Tabel 4.3.2	Jumlah Konsumsi Rokok Setelah Intervensi Permen Karet.....	46
Tabel 4.3.3	Hasil Uji Wilcoxon Sebelum dan Sesudah Intervensi Permen Karet.....	47
Tabel 4.4.1	Jumlah Konsumsi Rokok Sebelum Intervensi Permen Mint.....	47
Tabel 4.4.2	Jumlah Konsumsi Rokok Setelah Intervensi Permen Mint.....	48
Tabel 4.4.3	Hasil Uji Wilcoxon Sebelum dan Sesudah Intervensi Permen Mint.....	48
Tabel 4.5	Analisa Perbedaan Efektivitas Permen Karet dan Permen Mint...	49

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan/Informed Consent
- Lampiran 3 : Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5 : Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 6 : Lembar Surat Izin Etik Penelitian
- Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Perbaikan Ujian Proposal
- Lampiran 8 : Lembar Persetujuan Perbaikan Ujian Skripsi
- Lampiran 9 : Kartu Bimbingan Proposal
- Lampiran 10 : Kartu Bimbingan Skripsi
- Lampiran 11 : Lembar Survey Responden
- Lampiran 12 : Lembar Observasi Jumlah Konsumsi Rokok
- Lampiran 13 : Lembar Observasi Pemeriksaan Fisik
- Lampiran 14 : Output SPSS Penelitian
- Lampiran 15 : Surat Pengesahan Terjemahan Judul Skripsi
- Lampiran 16 : Hasil Terjemahan Abstrak
- Lampiran 17 : Lembar Pernyataan Publikasi Mahasiswa
- Lampiran 18 : Surat Keterangan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 19 : Hasil Cek Plagiarisme (Similarity)
- Lampiran 20 : Dokumentasi Penelitian