

Faktor Predisposisi dan Pendorong Perilaku Merokok Siswa Remaja SMA

Emanuel F.H. Deve¹, Petrus Romeo², Enjelita M. Ndoen³

^{1,2,3} Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana
e-mail: *emanueldeve95@gmail.com, ² petrusromeofkm@gmail.com,
³ enjelitandoen@staf.undana.ac.id

Abstract. Smoking is a serious health problem among teenagers, marked by the increasing number of teen smokers every year. This study aimed to determine factors associating with smoking behavior in class XI students at SMAN 4 Kupang. This type of research was quantitative, with a cross-sectional study approach. The total sample was 71 people selected by a simple random sampling technique. Data analysis used the chi-square statistical test. The results showed that three variables, namely: knowledge, peer smoking habits, and self-image, associated with smoking behavior (p -value = 0.056; 0.051; 0.056; and 0.075, respectively). Therefore, the school should increase awareness and restrict the smoking behavior of students by enforcing rules and sanctions for students who smoke in the school environment.

Keywords: *smoking behavior, teenagers, students, self-image*

Abstrak. Merokok merupakan masalah kesehatan serius di kalangan remaja, ditandai dengan semakin meningkatnya jumlah perokok remaja di setiap tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor apa saja yang berhubungan dengan perilaku merokok pada siswa kelas XI di SMAN 4 Kupang. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan cross sectional study. Total sampel adalah 71 orang dipilih dengan menggunakan teknik simple random sampling. Analisis data menggunakan uji statistik chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan berhubungan dengan perilaku merokok (p value = 0,056); kebiasaan merokok teman sebaya berhubungan dengan perilaku merokok (p value= 0,051); dan citra diri berhubungan dengan perilaku merokok (p value= 0,056). Dengan demikian, pihak sekolah dapat meningkatkan kesadaran dan mengendalikan perilaku merokok siswa dengan menegakkan aturan dan sanksi bagi siswa yang merokok di lingkungan sekolah.

Kata kunci: *perilaku merokok, remaja, siswa, citra diri*

Pendahuluan

Perilaku merokok di Provinsi NTT berada pada taraf mengkhawatirkan. Provinsi NTT merupakan provinsi dengan tingkat konsumsi rokok paling tinggi, yakni 55,7% jauh diatas konsumsi nasional, yakni sebanyak 29,3% (Kemenkes RI, 2013). Dibandingkan seluruh provinsi di Indonesia, NTT menempati urutan ketiga jumlah perokok terbanyak. Perokok di NTT tidak hanya ditemukan di kalangan orang dewasa, tetapi juga pada kelompok usia remaja. Data Kemenkes RI (2013) menunjukkan bahwa prevalensi remaja usia 15-19 tahun yang merokok di provinsi NTT semakin meningkat. Perokok pemula usia 10-14 tahun pada tahun 2013 sebanyak 18% dan pada tahun 2014 jumlah ini meningkat menjadi 20,5% (Kemenkes RI, 2013). Jumlah perokok remaja di Kota Kupang juga semakin meningkat tiap tahunnya. Data

BPS (2014) menyebutkan bahwa statistik perokok di kalangan remaja Kota Kupang sebanyak 24,1%.

Beberapa faktor dapat mempengaruhi perilaku merokok pada remaja. Salah satu faktor penyebab perilaku merokok pada remaja adalah kondisi ketagihan karena pengaruh zat adiktif yang terkandung dalam rokok (nikotin). Selain itu, faktor-faktor lain yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja dapat berasal dari dalam maupun luar diri remaja. Faktor dalam diri (internal) seperti pengetahuan dan citra diri. Berkaitan dengan citra diri, misalnya, remaja pria menganggap bahwa merokok merupakan ciri kejantanan yang membanggakan sehingga mereka yang tidak merokok justru akan diejek (Mulyani, 2015). Faktor eksternal perilaku merokok pada remaja dapat berupa kebiasaan merokok teman sebaya, kebiasaan merokok orang tua dan pengaruh iklan (Wulan, 2012).

Perilaku merokok remaja dapat ditemukan pada anak sekolah. Tidak jarang remaja dengan kisaran umur 15-18 tahun yang masih mengenakan seragam sekolahnya merokok baik secara terang-terangan maupun tersembunyi (Cahyo et al., 2012; Ratih, 2010). Siswa SMA berada pada masa remaja usia 15-18 tahun. Masa ini ditandai oleh keinginan yang kuat dari remaja untuk tumbuh dan berkembang secara matang dan keinginan untuk diperlakukan seperti orang dewasa agar dapat diterima dan diakui di lingkungannya (Hurlock, 2011). Keinginan-keinginan inilah yang kemudian dapat mendorong remaja, terkhususnya siswa SMA untuk mencoba dan memulai perilaku merokok. Penelitian yang dilakukan oleh Mulyani (2015) pada sejumlah siswa SD-SMA menunjukkan bahwa banyak remaja yang merokok dengan alasan karena sudah merasa ketagihan, tidak enak jika tidak merokok, untuk menenangkan perasaan negatif di dalam dirinya dan ingin meningkatkan kesenangan dirinya sendiri.

SMAN 4 Kupang merupakan salah satu sekolah negeri yang berada di Kota Kupang dan cukup banyak diminati oleh para remaja sebagai tempat untuk melanjutkan studi. Survey pendahuluan di SMAN 4 Kupang menemukan bahwa sekitar 75% siswa laki-laki merupakan perokok aktif. Kebanyakan para siswa yang merokok ini lebih mengikuti tren merokok dari teman-teman sekolahnya (teman sebaya) yang pengetahuan tentang bahaya merokonya masih sangat rendah. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok siswa kelas XI SMAN 4 Kota Kupang. Penelitian ini difokuskan pada perilaku merokok siswa kelas XI, dengan dasar pertimbangan bahwa siswa kelas X masih beradaptasi untuk menempuh pendidikan di jenjang SMA, sementara siswa kelas XII membutuhkan ketenangan untuk mengikuti Ujian Nasional.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional study design*. Penelitian dilakukan di SMN4 Kota Kupang. Variabel penelitian meliputi tiga faktor yang diduga berkaitan dengan perilaku merokok remaja SMA, yakni pengetahuan, kebiasaan merokok teman sebaya, dan citra diri.

Responden penelitian adalah 71 siswa perokok kelas XI SMAN 4 Kota Kupang yang memiliki teman sebaya dan orangtua yang merokok. Penentuan responden dilakukan dengan menggunakan teknik *simple random sampling*, dengan memperhitungkan jumlah proporsional responden dari masing-masing jurusan SMAN 4 Kupang, yakni: IPA 23 responden, IPS 38 responden, dan Bahasa 10 responden.

Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara menggunakan kuesioner. Pertanyaan variabel pengetahuan meliputi pemahaman responden mengenai pengertian dan dampak merokok, kriteria perokok, dan kandungan rokok. Variabel kebiasaan merokok teman sebaya merupakan aktivitas merokok yang dapat mendukung atau tidak mendukung perilaku merokok responden. Pertanyaan pada variabel citra diri berkaitan dengan pandangan responden terhadap dirinya sebagai perokok dan perilaku merokoknya.

Data selanjutnya diolah melalui tahapan mengedit, mengkode, memasukkan data (*data entry*) dan membersihkan data (*data cleaning*) dengan menggunakan program SPSS komputer. Tahapan berikutnya adalah analisis univariat dan bivariat menggunakan *uji Chi-Square* untuk melihat ada tidaknya hubungan antara variabel independen (pengetahuan, kebiasaan merokok teman sebaya, dan citra diri) dengan variabel dependen penelitian (perilaku merokok siswa perokok SMAN 4 Kota Kupang).

Hasil

1. Analisis Univariat

Karakteristik responden yang meliputi distribusi responden berdasarkan pengetahuan, kebiasaan merokok teman sebaya, dan citra diri disajikan pada tabel 1.

Tabel 1 menunjukkan bahwa walaupun memiliki pengetahuan yang baik mengenai perilaku merokok (64,8%), sebagian besar responden merupakan perokok berat (63,4%). Mayoritas responden juga memiliki teman sebaya dengan kebiasaan merokok yang mendukung responden untuk berperilaku merokok (62%). Selain itu, sebagian besar responden memiliki citra diri yang baik terkait diri mereka sebagai perokok dan perilaku merokoknya (54,9%).

2. Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat hubungan antara pengetahuan, kebiasaan merokok teman sebaya, dan citra diri dengan perilaku merokok disajikan pada tabel 2.

a. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Merokok

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa persentase responden yang merupakan perokok berat (≥ 10 batang/hari), pada seluruh kategori tingkat pengetahuan, lebih besar dibandingkan dengan responden yang adalah perokok sedang (3-9 batang/hari) dan perokok ringan (1-2 batang/hari). Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku merokok pada siswa perokok kelas XI SMAN 4 Kota Kupang ($p\text{-value} = 0,056$).

b. Hubungan Kebiasaan Merokok Teman Sebaya dengan Perilaku Merokok

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada seluruh kategori variabel kebiasaan merokok teman sebaya (baik yang mendukung maupun tidak mendukung perilaku merokok responden), jumlah responden yang adalah perokok berat lebih besar dibandingkan responden yang merupakan perokok sedang dan perokok ringan. Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* menunjukkan ada hubungan antara kebiasaan merokok teman sebaya dengan perilaku merokok pada siswa perokok kelas XI SMAN 4 Kota Kupang ($p\text{-value} = 0,051$).

c. Hubungan Citra Diri dengan Perilaku Merokok

Tabel 2 menunjukkan bahwa jumlah responden perokok berat pada kategori citra diri baik dan kurang lebih besar dibandingkan jumlah responden yang adalah perokok sedang dan perokok ringan. Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* menunjukkan ada hubungan antara citra diri dengan perilaku merokok pada siswa perokok kelas XI SMAN 4 Kota Kupang ($p\text{-value} = 0,056$).

Tabel 1.
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Perilaku Merokok, Pengetahuan, Kebiasaan Merokok Teman Sebaya, dan Citra Diri

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
Perilaku Merokok		
Perokok Berat	45	63,4
Perokok Sedang	14	19,7
Perokok Ringan	12	16,9
Pengetahuan		
Baik	46	64,8
Cukup	18	25,4
Kurang	7	9,8
Kebiasaan Merokok Teman Sebaya		
Mendukung	44	62,0
Tidak Mendukung	27	38,0
Citra Diri		
Baik	39	54,9
Kurang	32	45,1

Tabel 2.
Hubungan Pengetahuan, Kebiasaan Merokok Teman Sebaya, Iklan Rokok, dan Citra Diri dengan Perilaku Merokok Siswa Perokok SMAN 4 Kota Kupang

Variabel	Penggunaan Kontrasepsi Suntik						Total	p-value	
	Perokok Berat	Perokok Sedang	Perokok Ringan	n					
Pengetahuan									
Baik	27	38,0	12	16,9	7	9,9	46	64,8	0,056
Cukup	10	14,1	4	5,6	4	5,6	18	25,3	
Kurang	6	8,5	0	0	1	1,4	7	9,9	
Kebiasaan Merokok Teman Sebaya									
Mendukung	29	40,8	9	12,7	6	8,5	44	62,0	0,051
Tidak Mendukung	17	23,9	9	12,7	1	1,4	27	38,0	
Citra Diri									
Baik	29	40,8	7	9,9	3	4,2	39	54,9	0,056
Kurang	17	23,9	11	15,5	4	5,6	32	45,1	

Diskusi

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*). Hasil penelitian menemukan adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku merokok responden. Walaupun demikian, pada seluruh tingkat pengetahuan (baik, cukup, dan kurang), jumlah

responden dengan kategori perokok berat lebih besar dari pada kategori perokok lainnya. Jumlah responden yang merupakan perokok berat, misalnya, pada kategori tingkat pengetahuan baik, lebih besar (27 dari 46 responden) dibandingkan dengan kategori perokok sedang dan perokok ringan (12 dan 7 dari 46 responden). Hal ini terjadi karena adanya faktor kecanduan yang dialami oleh para responden tersebut.

Kecanduan merokok disebabkan oleh kandungan nikotin di dalam rokok. Seiring berjalannya waktu, seseorang menjadi ketergantungan secara fisik dan emosional terhadap nikotin (Suwarno, 2012). Kecanduan nikotin dapat menyebabkan perubahan secara psikologis karena nikotin bisa memberikan perasaan yang menyenangkan pada berbagai aspek kehidupan perokok (Mustofa, 2012). Oleh karena itu, meskipun tingkat pengetahuan sebagian besar responden baik, kecanduan pada rokok menyebabkan mereka tidak dapat mengurangi atau bahkan berhenti merokok, yang pada akhirnya menjadikan mereka sebagai perokok berat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kallo (2015) yang menunjukkan bahwa walaupun pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok di SMKN 1 Touluaan Kabupaten Minahasa Tenggara, pengetahuan para remaja tersebut hanya sampai pada tingkat memahami perilaku merokok dan tidak sampai mengaplikasikan pengetahuan mereka tentang perilaku merokok.

Penelitian ini juga menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan merokok teman sebaya dengan perilaku merokok responden. Mayoritas responden memiliki teman sebaya dengan kebiasaan merokok yang mendukung perilaku merokok responden. Oleh karenanya, hal ini mejadi salah satu faktor yang menjadikan sebagian besar responden sebagai perokok berat.

Salah satu kebiasaan merokok teman sebaya yang mendukung perilaku merokok responden adalah adanya kebiasaan menawarkan dan mengajak merokok. Ketika dihadapkan pada ajakan atau tawaran merokok dari teman sebaya, sebagian besar responden menyatakan kesulitan untuk menolak tawaran rokok tersebut. Responden menyebutkan adanya perasaan dijauhi apabila tidak merokok. Bahkan, ada juga responden yang mengajak teman untuk merokok di lingkungan sekolah. Penelitian ini menemukan hanya sebagian kecil responden yang menyatakan adanya teman yang menasihati mereka jika merokok.

Remaja akan terus merokok jika bergaul dengan teman yang merokok. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Wulan (2012) dalam penelitiannya bahwa perilaku merokok remaja terjadi karena pengaruh dan tekanan dari teman sebaya. Remaja biasanya merokok bersama orang lain terutama teman sebaya. Santrock (2012)

mengatakan bahwa remaja memiliki kebutuhan yang kuat untuk disukai dan diterima oleh kawan sebaya atau kelompok. Sebagai akibatnya, mereka akan merasa senang apabila diterima dan sebaliknya, akan merasa sangat tertekan dan cemas apabila dikeluarkan dan diremehkan oleh kawan-kawan sebayanya. Oleh karenanya, terkait perilaku merokok, remaja akan menghisap lebih banyak batang rokok ketika bersama temannya yang juga perokok dari pada saat ia sedang sendirian.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hasanah (2011) tentang hubungan teman sebaya dengan perilaku merokok siswa Madrasah Aliyah Negeri 2 Boyolali. Penelitian tersebut menunjukkan semakin tinggi dukungan teman sebaya, maka semakin tinggi pula perilaku merokok siswa. Selain itu, Sitepoe (2010) menyebutkan bahwa alasan utama menjadi perokok adalah karena ajakan teman-teman yang sukar ditolak.

Berkaitan dengan citra diri perokok dan perilaku merokoknya, hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara citra diri dengan perilaku merokok responden. Sebagian besar responden yang memiliki citra diri baik terkait perilaku merokok (29 dari 39 responden) merupakan perokok berat. Bahkan mayoritas responden yang memiliki citra diri kurang juga merupakan perokok berat. Lebih jauh, penelitian ini menemukan bahwa mayoritas responden merasa bangga apabila merokok. Responden merasa percaya diri dan "gaul" apabila merokok dan bahkan menyatakan bahwa saat merokok wajah mereka akan terlihat lebih segar. Tidak seorangpun dalam penelitian ini yang mengemukakan niat untuk berhenti merokok dan bahkan sebaliknya akan mereka merasa gelisah apabila tidak merokok ataupun takut ketika mencoba untuk berhenti merokok. Kebanyakan responden beralasan ingin melepaskan diri dari rasa bosan dan merasa penampilan lebih baik saat merokok.

Sebagian besar responden menyatakan adanya perasaan terlihat lebih dewasa dan keren saat merokok ataupun memegang batang dan bungkus rokok. Walaupun menyadari adanya peringatan bahaya merokok di media cetak atau elektronik, sebagian besar responden mengabaikan hal tersebut karena mendapatkan perasaan dan pengalaman positif saat merokok. Citra diri akan menentukan diri seorang siswa perokok. Mapplere (2011) menyebutkan bahwa remaja awal sering memiliki citra diri yang lebih tinggi atau rendah dari yang semestinya. Terkait perilaku merokok, remaja merokok untuk dapat meningkatkan citra dirinya. Remaja juga merokok karena mereka ingin dihargai oleh teman-temannya, mereka tidak pernah berpikir kalau merokok itu merugikan (Wijnanto, 2012).

Mayoritas responden juga merasa bangga apabila dapat menghisap rokok di depan banyak orang atau di tempat-tempat umum. Bahkan mereka merasa gelisah dan kehilangan kepercayaan diri apabila tidak merokok. Salah satu responden yang

merupakan perokok berat, misalnya, menyatakan bahwa menghisap rokok menyebabkan kepercayaan dirinya bertambah dan merasa lebih dewasa di depan semua orang dan hal ini dirasa dapat meningkatkan citra dirinya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratih (2010) yang menyimpulkan bahwa citra diri berhubungan dengan perilaku merokok siswa di SMP Negeri 2 Malang.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan beberapa hal sebagai berikut: ada hubungan antara pengetahuan, kebiasaan merokok teman sebaya, dan citra diri dengan perilaku merokok siswa perokok kelas XI SMAN 4 Kota Kupang. Walaupun masih berusia remaja dan memiliki pengetahuan yang baik mengenai perilaku merokok dan dampaknya terhadap kesehatan, sebagian besar responden merupakan perokok berat yang memiliki aktivitas menghisap rokok ≥ 10 batang/hari. Selain itu, mayoritas responden memiliki teman sebaya yang mendukung perilaku merokoknya dan juga memiliki citra diri yang baik terhadap dirinya sebagai perokok dan perilaku merokoknya.

Saran

Pihak sekolah diharapkan dapat melakukan berbagai kegiatan pembinaan yang dapat membangkitkan kesadaran dan kemauan siswa non-perokok agar tidak mencoba merokok dan siswa perokok untuk berhenti merokok. Penegakan aturan larangan merokok dan pemberian sanksi yang tegas perlu dilakukan oleh pihak sekolah untuk memberikan efek jera dan mengendalikan siswa agar tidak merokok selama jam sekolah. Hal ini kemudian diharapkan dapat mengurangi intensitas siswa dalam merokok yang pada akhirnya dapat mendorong siswa perokok untuk berhenti merokok.

Referensi

- Cahyo, K., Wigati, P. A., & Shaluhiah, Z. (2012). Rokok, pola pemasaran dan perilaku merokok siswa SMA/ sederajat di Kota Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 11(1), 75-85.
- Hasanah. (2011). Hubungan Teman Sebaya Dengan Perilaku Merokok. *Skripsi*. Universitas Hassanudin, Makassar.
- Hurlock, Elizabeth. (1980). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Alih bahasa: Istiwidayanti. Jakarta: Erlangga.
- Kallo. (2015). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Merokok di SMKN 1 Toulalan Tahun 2016. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah, Surakarta.
- Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mapplere. (2011). *Konsep Dasar Citra Diri*. Jakarta: Sagung Set.

- Mulyani, T. (2015). *Dinamika Perilaku Merokok Pada Remaja. Doctoral dissertation.* Universitas Muhammadiyah, Surakarta.
- Mustofa. (2012). *Merokok Membunuhmu.* Bandung: Grasindo
- Ratih. (2010). *Faktor Keluarga Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama 2 Malang. Skripsi.* Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta.
- Santoso. (2014). *Bahaya Merokok.* Bandung: Tarsito Santrock.
- Sitepoe. (2010). *Psikologi Kesehatan.* Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Suwarno. (2012). *Bahaya Merokok.* Jakarta: Salemba Empat
- Wijnanto. (2012). *Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis. Jilid satu.* Jakarta: Bina Rupa Aksara.
- Wulan, D. K. (2012). *Faktor psikologis yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja. Humaniora, 3(2): 504-511.*