

## Efektivitas Kelompok Sebaya dalam Perilaku Berhenti Merokok di SMA Swasta Kota Denpasar

*Effectiveness of Peer Group on Smoking Cessation in Private Vocational School Denpasar City*

Ika Setya Purwanti<sup>1</sup>, Ni Luh Putu Devhy<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>STIKes Wira Medika Bali, Program Studi Rekam Medis Dan Informasi Kesehatan

\*Korespondensi: devhy@stikeswiramedika.ac.id

### **Abstract**

*The smoking trend in adolescents is now increasing. The abuse of cigarettes in adolescents that cause addiction and can use negatives, such as the use of alcohol, drugs and others. Providing health education with peer education is one that can be given to address adolescent problems. Based on this background, the researchers wanted to know the effectiveness of peers groups on smoking cessation in adolescent boys. Method: This type of research is a pre-experimental research method, with a pre-post study design. The sample in this study was 32 adolescents played 15-18 years. The research was conducted at private vocational school in Denpasar City. Results: Analysis of the data in this study used a statistical test and the average results of cigarette consumption before and after being given health education by peers decreased with a value of  $p < 0.001$ , and as many as 69.2% of respondents asked for their help to smoke while getting health information from friends the same age. Solution: We recommend that schools implement peer education to give up smoking in adolescents.*

**Keywords :** Peer group, Smoking behavior, Adolescents

### **Pendahuluan**

Perilaku merokok bukan hanya dilakukan oleh orang dewasa, tetapi dilakukan juga oleh sekelompok anak remaja, hal ini diperkuat dengan hasil survey yang dilakukan oleh GYTS menyatakan bahwa Negara Indonesia merupakan salah satu negara yang mempunyai angka remaja merokok tertinggi nomor 3 di dunia (1).

Angka prevalensi perokok remaja laki laki 16 kali lebih tinggi (65,9%) dibandingkan dengan remaja perempuan (4,2%). Usia pertama kali mencoba merokok sebagian besar laki laki pada usia 12 – 13 tahun dan usia 15 – 18 tahun, sedangkan sebagian besar perempuan mulai merokok pada usia kurang dari 7 tahun dan usia 14 – 15 tahun. Perokok perempuan sebagian besar mulai menghisap rokok dengan jumlah kurang dari 1 batang/hari, sedangkan sebagian besar laki – laki menghisap rokok sebanyak 1 batang/hari (2). Berdasarkan data dari Tobaccoatlas.org didapatkan bahwa konsumsi rokok perkapita di ASEAN, Indonesia menduduki peringkat pertama yaitu sebesar 1,673 pada tahun 2016 (3). Rokok merupakan salah satu penyebab kematian yang paling besar di dunia, kematian akibat tembakau didapatkan

sebesar 230,862 pertahun di Indonesia dan perhari sebesar 632,5 (4). Didapatkan bahwa persentase merokok pada penduduk umur  $\geq 15$  Tahun di Provinsi Bali mengalami peningkatan, pada tahun 2017 di dapatkan sebesar 22,22% dan pada tahun 2018 didapatkan sebesar 26,05% (5).

Remaja merupakan seseorang dengan rentang usia dari 10-19 tahun. Saat remaja merupakan masa dimana tanda-tanda seksual sekunder seseorang sudah berkembang dan mencapai kematangan seksual (6). Dalam hal kematangan mental, emosional, dan fisik sangat mempengaruhi perkembangan remaja. Pada masa remaja mereka juga memiliki mimpi dan memiliki rasa ingin tahu yang cukup besar, hal inilah yang cenderung membuat mereka mencoba hal-hal yang baru dan pada masa ini juga mereka sangat mudah terpengaruh dengan lingkungan sekitarnya. Salah satu hal yang memiliki pengaruh yang besar pada remaja yaitu faktor lingkungan. Remaja biasanya berteman dengan sesama mereka berdasarkan kesamaan karakteristik, hobby, jenis kelamin, dan usia (7). Remaja dalam hal ini yang diharapkan akan menjadi penerus bangsa yang sehat sehingga dapat berkarya membangun negara (8).

Pembentukan suatu kelompok dilingkungan remaja perlu diperhatikan, untuk menghindari terjadinya pelanggaran-pelanggaran yang dilakukan misalnya merokok di kamar mandi, perkelahian antar kelompok hal ini tentunya dapat mengurangi dampak buruknya karakter yang akan terbentuk (9).

Penelitian yang dilakukan oleh Fitri menunjukkan pergaulan teman sebaya berpengaruh terhadap motivasi belajar remaja dengan nilai  $p < 0.001$  (10). Hal ini diperkuat juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiratini, dkk (2015) diketahui bahwa teman sebaya mempunyai pengaruh terhadap perilaku merokok remaja dengan nilai  $p < 0.001$  (11).

Peneliti tertarik melakukan penelitian di salah satu SMA Swasta di karenakan masalah perilaku merokok lebih besar pada SMA Swasta yaitu sebesar 86,67% (12).

Berdasarkan latar belakang diatas penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas kelompok sebaya dalam perilaku berhenti merokok pada remaja laki-laki di SMA Swasta di Kota Denpasar.

### Metode Penelitian

Desain penelitian merupakan rencana penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti dapat memperoleh jawaban terhadap pertanyaan penelitiannya. Metode yang digunakan adalah penelitian *pra eksperimental*, yaitu peneliti memberikan perlakuan terhadap variabel independennya. Dalam hal ini membentuk kelompok sebaya dan mengukur efektivitasnya pada perilaku berhenti merokok. Ditinjau dari manfaat dan kegunaannya, maka rancangan yang digunakan adalah *pre-post studi* (13).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Data diperoleh dengan cara memberikan pemahaman terhadap bahaya merokok, penyakit yang disebabkan oleh rokok. Usia responden dalam penelitian ini berkisar antara 15-18 tahun. Pemilihan sampel untuk anak merokok dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu memilih SMA, pada tahap ini dipilih 1 SMA dari 28 SMA di Denpasar. Cara memilih 1 SMA tersebut adalah dengan kriteria SMA yang memiliki perkiraan remaja perokok lebih banyak berdasarkan informasi dari petugas puskesmas. Dalam memilih

teman sebaya dengan cara datang ke sekolah terpilih dan menyampaikan tujuan penelitian ini di beberapa kelas terutama kelas 1 dan kelas 2, kemudian ditawarkan siapa yang berminat untuk menjadi teman sebaya. Kemudian targetnya teman sebayanya yang merokok baik dilingkungan sekolah maupun diluar sekolah sebanyak 2-3 teman sebaya. Setelah itu teman sebaya memilih untuk menargetkan temannya yang merokok.

### Hasil

Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei-Juli 2019 di SMA Swasta Kota Denpasar. Hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel seperti berikut:

#### 1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik responden di SMA Swasta Kota Denpasar

Variabel	Jumlah
<b>Kelas</b>	
X	8 (15,4%)
XI	32 (61,5%)
XII	12 (23,1%)
<b>Jenis Kelamin</b>	
Laki-laki	52 (100%)
<b>Usia ± SD</b>	17,23±0,675

Karakteristik responden penelitian ini dapat dilihat pada tabel 1, dari tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden adalah kelas XI yaitu sebanyak 32 orang (61,5%). Usia responden rata rata adalah 17 tahun, dan jenis kelamin responden adalah laki-laki.

#### 2. Perilaku Merokok Remaja

Tabel 2. Perilaku Merokok Remaja di SMA Swasta Kota Denpasar Merokok Remaja di SMA Swasta Kota Denpasar

Variabel	n=52
Apakah saat ini anda sedang merokok?	
Ya	52 (100%)
Berapa usia anda, ketika anda pertama kali mencoba rokok?	14,7±1,354
Berapa lama anda sudah merokok?	2,3±1,856
Jenis rokok yang anda hisap ?	
filter	49 (94,2%)
Kretek	3 ( 5,8%)

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui remaja merokok didapatkan sebanyak 52 siswa (100%), rerata usia pertama kali mencoba merokok adalah 14,7 tahun, rerata lama merokok adalah 2,3 tahun untuk jenis rokok filter sebanyak 49 siswa (94,2%) dan jenis rokok kretek sebanyak 3 siswa (5,8%), status merokok sekarang remaja yang menjawab iya sebanyak 52 siswa (100%) Semua responden adalah perokok dengan rata rata jumlah batang rokok yang dihisap tiap hari sebanyak 3,1 batang rokok.

### 3. Keinginan Berhenti Merokok Remaja Setelah Intervensi

Tabel 3. Hasil Penilaian Keinginan Berhenti Merokok Remaja Setelah Intervensi di SMA Swasta Kota Denpasar

Variabel	n=52
Apakah anda ingin berhenti merokok?	
Tidak	16 (30,8%)
Ya	36 (69,2%)

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa remaja yang ingin berhenti merokok didapatkan sebesar 36 siswa (69,2%) dan yang tidak ingin berhenti merokok sebesar 16 siswa (30,8%).

### 4. Konsumsi Rokok Sebelum dan Sesudah Intervensi Teman Sebaya

Tabel 4. Perbandingan Rerata Konsumsi Rokok Sebelum dan Setelah Intervensi Teman Sebaya di SMA Swasta Kota Denpasar

Variabel	Sebelum	Setelah	nilai p
Jumlah konsumsi rokok sebelum dan setelah intervensi	3,10 ± 0,57	1,17±0,94	<0,0001

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa rerata jumlah konsumsi rokok sebelum intervensi didapatkan sebanyak 3,1 batang perhari dan sesudah intervensi sebanyak 1,17 batang perhari.

## Pembahasan

### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini dilihat berdasarkan tingkatan kelas sebagian besar adalah kelas XI dan

hanya sebagian kecil di kelas X, hal ini dikarenakan pada SMA swasta tempat penelitian pada saat itu berlangsung ujian tengah semester. Jenis kelamin semuanya adalah laki-laki karena pada penelitian ini memang menggunakan remaja laki-laki yang merokok. Usia berkisar 17,2 tahun dengan rentang ini usia sudah sesuai dengan rentang umur anak SMA, sehingga secara keseluruhan tabel 1 karakteristik responden penelitian sudah mewakili populasi.

### 2. Perilaku Merokok Remaja

Penilaian terhadap umur merokok pertama kali penelitian ini mendapatkan rerata mulai merokok adalah 14,7 tahun atau pada rentang waktu mereka mulai menginjak remaja atau kelompok Pendidikan SMP, hasil ini menunjukkan bahwa kecenderungan mulai merokok itu semakin muda sesuai dengan hasil penelitian global youth tobacco yang menyatakan perokok remaja dimulai umur 15 tahun (1), hasil ini mempunyai dampak penting pada program dimana program pencegahan merokok pada remaja sebaiknya difokuskan pada remaja sebelum umur 15 tahun yaitu pada siswa SMP kelas IX atau pada saat penerimaan siswa baru diberikan penyuluhan tentang bahaya merokok, jika diberikan pada saat SMA sebagian sudah merokok cenderung dan kecanduan sehingga cenderung terlambat. Dilihat berdasarkan rata-rata lama merokok ternyata mereka merokok sudah 2 tahun lebih hal ini sejalan dengan rata-rata usia mereka dibandingkan dengan data lama merokok ini menunjukkan data hasil penelitian ini valid dan saling mendukung satu sama lainnya. Hasil ini juga menunjukkan pada rentang usia SMA ternyata mereka sudah 2 tahun mulai merokok yang artinya mereka sudah kecanduan, hal ini juga berhubungan dengan pemberian penyuluhan tentang bahaya merokok akan dianggap angin lalu dikarenakan mereka sudah dipengaruhi oleh kecanduan. Jenis rokok yang digunakan yaitu sebagian besar adalah rokok filter hal ini sangat dipengaruhi oleh pemahaman mereka yang salah tentang rokok filter lebih aman.

### 3. Keinginan Berhenti Merokok Remaja Setelah Intervensi

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya keinginan berhenti merokok pada remaja yang sebelumnya merokok setelah mendapat informasi kesehatan pada kelompok sebaya. Ada sebanyak 69,2% responden yang menyatakan keinginan untuk berhenti merokok setelah mendapatkan informasi kesehatan dari kelompok sebaya. Hal ini sejalan dengan penelitian Kusumawati (14) menyatakan bahwa 100% responden mahasiswa perokok mempunyai keinginan untuk berhenti merokok serta hampir seluruhnya (93,%) telah berusaha berhenti merokok setelah mendapat konseling *peer education*. Remaja merasa adanya teman sebaya yang dapat memberikan edukasi yang benar tentang bahaya merokok akan lebih memudahkan dalam hal berdiskusi serta bertukar pengalaman dikarenakan memiliki umur yang sama, hal inilah yang menyebabkan remaja merasakan kenyamanan dalam menyampaikan pendapatnya.

#### **4. Konsumsi Rokok Sebelum dan Sesudah Intervensi Teman Sebaya**

Hasil penelitian ini juga mendapatkan temuan yang menarik berdasarkan hasil perbandingan rerata jumlah rokok sebelum dan sesudah diberikannya intervensi pada semua remaja yang merokok dengan menggunakan teman sebaya sebagai sarana untuk memberikan informasi tentang bahaya merokok dalam kurun 3 bulan ternyata efektif menurunkan rata-rata jumlah rokok yang dikonsumsi perhari yaitu 3,1 batang dan sesudah intervensi sebanyak 1,2 batang, hal ini menunjukkan intervensi seperti pemberian informasi tentang bahaya merokok yang diberikan oleh teman sebaya sangat efektif untuk diberikan, jika hal ini dilakukan terus menerus dan diadakan pemantauan akan membuat kelompok remaja yang merok bisa berhenti merokok.

Hal tersebut sejalan dengan Wiratni (11) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan antara pengetahuan, sikap dan psikomotor remaja sebelum dan setelah diberikan *peer education* di SMAN "X" Denpasar yang signifikan dengan nilai  $p < 0.001$ . Menurut Suryani, teman sebaya merupakan salah satu faktor yang dapat memberikan pengaruh terhadap sikap individu (15). Teman sebaya memiliki

kemampuan yang cukup kuat terutama dalam pembentukan sikap. Remaja sangat mudah dipengaruhi oleh temannya sebayanya dikarenakan pada masa ini remaja memiliki kecenderungan untuk mendapatkan penerimaan dari teman teman sebayanya, hal ini tentu saja menyebabkan para remaja sangat mudah dipengaruhi oleh kelompoknya. Seperti yang kita ketahui bersama bahwa usia remaja merupakan masa penyesuaian diri dan pencarian jati diri. Mereka bukan lagi anak anak tetapi juga belum dewasa, sehingga mengakibatkan timbulnya perasaan bahwa teman mereka lebih mampu untuk memahami perasaan mereka (16).

Menurut Firzawati (17) didapatkan hasil bahwa kesiapan berhenti merokok akan lebih efektif meningkatkan kesiapan berhenti merokok sebesar 1,87 kali jika yang memberikan nasihat kesehatan adalah dokter. Hugher, 2002 dalam Firzawati 2015 menyatakan bahwa tahapan berhenti merokok ada tahap prekontemplasi, kontemplasi dan siap berhenti. Permintaan atau dorongan berhenti merokok dari teman sebaya atau sepergaulan merupakan salah satu pendorong untuk meningkatkan keinginan untuk berhenti merokok.

Tehnik penyampaian informasi kesehatan oleh teman sebaya dalam penelitian ini mampu merubah keinginan para remaja perokok untuk berhenti merokok. Cara penyampaian informasi yang bagus, mampu menguasai materi saat memberikan pendidikan kesehatan kepada teman temannya serta adanya media pendidikan yang dipakai. Disamping itu penjelasan materi secara menarik juga memiliki peranan dalam hal mewujudkan perubahan pada teman temannya.

Peran siswa atau teman sebaya dalam pencegahan perilaku merokok menurut Wismaningsih (16) dilakukan melalui tindakan menegur, menasehati, melaporkan kepada guru dan orang tua serta memberi tahu mengenai bahaya rokok dan melalui pendidikan sebaya melalui kader UKS dan PMR. Media yang dapat digunakan dalam penyampaian pendidikan sebaya bahaya rokok antara lain spanduk, poster, banner, pamflet, brosur, stiker, dan buku mengenai bahaya rokok. Dalam penelitian ini, teman sebaya selain diberikan informasi mengenai bahaya rokok, mereka

juga diberikan leaflet mengenai bahaya rokok dan cara berhenti merokok yang digunakan ketika menyampaikan informasi tersebut kepada teman sebaya nya yang perokok.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap remaja di SMA Swasta di Kota Denpasar didapatkan kesimpulan yaitu, hasil rerata konsumsi rokok sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan oleh teman sebaya menjadi berkurang dengan nilai  $p < 0,001$ , dan sebanyak 69,2 % responden menyatakan keinginannya untuk berhenti merokok setelah mendapatkan informasi kesehatan dari teman sebaya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap remaja laki-laki di SMA Swasta Kota Denpasar didapatkan saran yaitu sebaiknya membentuk kelompok teman sebaya yang sudah di berikan pemahaman tentang bahaya merokok sehingga dapat memberikan informasi tentang bahaya merokok kepada teman-teman sebaya nya yang merokok.

### Ucapan Terima Kasih

Terimakasih saya ucapkan kepada Ristekdikti yang sudah memberikan kesempatan untuk memperoleh dana penelitian dosen pemula. Terimakasih juga saya ucapkan kepada pihak sekolah yang sudah memberi ijin kepada saya untuk dapat melakukan penelitian ini, serta terima kasih saya ucapkan untuk 4 orang enumerator serta berbagai pihak yang sudah membantu saya menyelesaikan penelitian ini.

### Daftar Pustaka

1. GYTS. Global Youth Tobacco Survey (GYTS): Indonesia report 2009 [Internet]. Indonesia. Indonesia; 2009. Available from: [http://www.searo.who.int/tobacco/documents/ino\\_gyts\\_report\\_2014.pdf](http://www.searo.who.int/tobacco/documents/ino_gyts_report_2014.pdf)
2. Riskesdas. HASIL UTAMA RISKESDAS 2018 [Internet]. Jakarta; 2018. Available from: <http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-riskesdas-2018.pdf>
3. Tobbacccoatlas.org. Angka Remaja Indonesia yang Merokok Tertinggi di ASEAN | Databoks [Internet]. Available from: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2019/09/09/angka-remaja-indonesia-yang-merokok-tertinggi-di-asean>
4. Asia S, Control T. Southeast Asia Tobacco Control Alliance T bacco. 2018.
5. Badan Pusat Statistik. Badan Pusat Statistik [Internet]. 2017. Available from: <https://www.bps.go.id/linkTableDinamis/view/id/960>.
6. Monks, F.J., Knoers, A.M. P. & Haditono S. Psikologi Perkembangan Pengantar dalam berbagai bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 2006.
7. WHO. WHO | Adolescent development [Internet]. 2015. Available from: [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/en/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/en/)
8. Rohmadani ZV. Upaya Preventif Untuk Menurunkan Intensi Merokok Pada Remaja Melalui Program " Peduli Diri ". Naskah Publikasais Fak Psikologi Univ Muhammadiyah Surakarta. 2016;
9. Febriyani R, Darsono, Sudarmanto RG. Model Interaksi Sosial Peran Teman Sebaya Dalam Pembentukan Nilai Kepribadian Siswa. J Stud Sos. 2014;2(2).
10. FITRIA RD. PENGARUH PERGAULAN TEMAN SEBAYA TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 28 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2016/2017 [Internet]. Vol. 01, Universitas Nusantara PGRI Kediri. UNIVERSITAS LAMPUNG; 2017. Available from: [http://digilib.unila.ac.id/28369/3/SKRIPSI\\_TANPA\\_BAB\\_PEMBAHASAN.pdf](http://digilib.unila.ac.id/28369/3/SKRIPSI_TANPA_BAB_PEMBAHASAN.pdf)
11. Wiratini NPS, Ni Luh Putu Eva Yanti, Anak Agung Ngurah Taruma Wijaya. Pengaruh Peer Education Terhadap Perilaku Merokok pada Remaja di SMAN "X" Denpasar. COPING Ners J. 2015;3(3):54–61.
12. Widjaja JT, Ratnawati H, Parantika MJ. Perbandingan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Merokok Pada Siswa Sma Swasta Dan Sma Negeri

- Di Pontianak Tahun 2014. 2014;  
Available from:  
[http://repository.maranatha.edu/12772/9/1110171\\_Journal.pdf](http://repository.maranatha.edu/12772/9/1110171_Journal.pdf)
13. Nursalam. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: pedoman Skripsi dan Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan. Salemba Medika. 2008. 1–15 p.
  14. Kusumawati Y, Astuti D, Darnoto S, Wijayanti AC, Setiyadi NA, Ilmu F, et al. MODEL PEMBERDAYAAN KONSELING PEER EDUCATION DALAM. 2015;104–15.
  15. Suryani T. Perilaku Konsumen. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2008.
  16. Wismaningsih et all. Peran siswa dalam pencegahan perilaku merokok pada sekolah menengah pertama di kecamatan pare kabupaten kediri. J Promkes. 2014;2(1):28–38.
  17. Firzawati. Faktor upaya berhenti merokok pada perokok aktif umur 15 tahun keatas di Indonesia. 2015.