

Pengaruh *Peer Pressure* terhadap Motivasi Berhenti Merokok pada Remaja

Agreecia Seddy Woelandari¹

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
e-mail: 1agreeciawoelandariumm@gmail.com

ABSTRACT *Peer pressure is pressure on individuals in adjusting and following the rules of the peer group. Motivation to stop smoking is a necessity from within individual to stop smoking behavior. The purpose of this study was to determine the effect of peer pressure on motivation to stop smoking in adolescents. The research method used is a quantitative method with research subjects adolescents in Malang with 150 adolescents. Data collection techniques using accidental sampling and the data is processed using SPSS version 21. Data analysis techniques using simple linear regression analysis. The results showed that there was peer pressure on the motivation to stop smoking in adolescents with a significance value of $0.010 < 0.05$ indicating that peer pressure had a significant effect on quitting smoking motivation. After that it can be seen r square of 0.044 which means that the peer pressure variable contributes 4.4% to the motivation to stop smoking.*

KEYWORDS *peer pressure, motivation to stop smoking, teen smoking, smoking behaviour*

CITATION Wowlandari, A. S. (2020). Pengaruh peer pressure terhadap motivasi berhenti merokok pada remaja. *Cognicia*, 8, (1). 142-

Ketua Dewan Penasehat Komisi Pengendalian Tembakau, Dr. Kartono Muhammad, mengungkapkan bahwa ada lebih dari 200 ribu orang Indonesia yang diduga meninggal akibat merokok. Jumlah perokok dari tahun ke tahun naik sekitar 16%–17%. Kartono mengemukakan bahwa selama dua tahun terakhir, diduga ada lebih dari 200.000 orang Indonesia yang meninggal akibat rokok. Mereka sebelumnya sudah mengidap penyakit tertentu seperti jantung dan diabetes. Selain itu ia pun mencatat adanya kenaikan konstan jumlah perokok setiap tahunnya. Angka tersebut berkisar antara 16%–17% per tahun. Penambahan jumlah perokok berasal dari kalangan perokok pemula (remaja). (Republika.co.id)

Konsumsi tembakau di Indonesia meningkat secara signifikan dikarenakan oleh faktor-faktor meningkatnya pendapatan rumah tangga, pertumbuhan penduduk, rendahnya harga rokok dan mekanisasi industri kretek. Indonesia menduduki peringkat kelima terbesar di dunia dalam perihal konsumsi rokok, setelah Tiongkok, Amerika Serikat, Rusia dan Jepang. Prevalensi prokok aktif yakni usia 15 tahun keatas pada tahun 2013 mencapai 36,3% dibandingkan dengan 34,7% pada tahun 2010 dan 33,4 % pada tahun 2007. Kenaikan tertinggi berada pada perokok perempuan usia 15 tahun keatas, yakni dari 1,4% pada tahun 2001 menjadi 5,0% pada tahun 2007; dan

PEER PRESSURE, MOTIVATION TO STOP SMOKING, TEEN SMOKING, SMOKING BEHAVIOUR

turun menjadi 4,2% pada tahun 2010 dan 2,1% pada tahun 2013 (*Tobacco Support Centre, 2014*)

Data dari Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia (IAKMI) Pengurus Daerah Jawa Timur menyebutkan, jumlah perokok anak-anak dan remaja di Jatim mencapai sekitar 2.839.115 jiwa. Jumlah ini terdiri dari perokok dibawah usia 10 tahun sekitar 11,5% dari total penduduk Jatim di usia tersebut atau sama dengan 687.755 anak. Sedangkan jumlah perokok usia 10-14 tahun sekitar 23,9% atau 728.108 anak. Angka yang sangat fantastis terjadi pada anak-anak usia 15-19 tahun yang mencapai 46% atau 1.423.252 dari total penduduk Jatim di usia itu yang pada 2015 sebanyak 3.094.028 jiwa.

Survey *Global Adult Tobacco Survey* di Malaysia menunjukkan sebanyak 88.1% perokok menyadari berbagai penyakit yang disebabkan oleh merokok. Bagi perokok pasif, mereka terkena dampak karena menghirup asap rokok yang ternyata kandungannya lebih berbahaya daripada perokok aktif yaitu karbon monoksida jumlahnya 5 kali lebih banyak, dan kandungan nikotin yang 2 kali lebih banyak dari perokok aktif (Poltekkes Depkes, 2010). Sudoyo (2018) menyatakan bahwa perokok pasif menyebabkan kanker paru paru lebih ganas dan lebih sensitif terhadap sel kanker tersebut daripada perokok aktif. Susanto (2018) juga menambahkan jika merokok dapat membahayakan tubuh, bahkan kematian secara mendadak. Selain itu, rokok elektrik juga bisa membahayakan tubuh karena kandungan logam yang lebih membahayakan daripada rokok tembakau. Kesadaran diri untuk menjaga kesehatan membuat mereka memiliki dorongan dalam diri atau memotivasi diri mereka sendiri untuk berhenti merokok.

Dalam penelitian Layoun, Salameh, Waked, Bacha, Zeenny, Hitti, et al. (2017) menyebutkan 66% peserta melaporkan bahwa peringatan dalam bentuk bergambar menjadi alat yang lebih efektif untuk mengurangi atau menghentikan konsumsi tembakau daripada peringatan berupa teks. Iklan atau promosi kesehatan juga sudah digencarkan oleh pemerintah agar menaikkan kesadaran kesehatan bagi perokok aktif seperti yang tertera dibungkus rokok serta beberapa gejala merokok juga mulai banyak dipublikasikan di media seperti koran, TV, dan internet.

Salah satu peraturan pemerintah yang terbaru yakni PP no.109 Th. 2012 mengharuskan perusahaan rokok mencantumkan peringatan bahaya merokok pada bungkus rokok tersebut. Bentuk peringatan ini adalah 5 gambar penyakit (kanker mulut, kanker tenggorokan, kanker paru-paru, bronkitis, orang merokok dengan asap berbentuk tengkorak dan orang merokok dengan anak berada didekatnya). Makna dalam gambar ini merupakan efek yang terjadi pada perokok dan dampak merokok terhadap anak dibawah umur (PP no.109 Th. 2012)

Dalam penelitian Moreira, Rosa, Alves, Saavendra, & Neves (2015) menunjukkan bahwa remaja yang memiliki tiga atau lebih teman yang menggunakan tembakau memiliki peluang 12,5 kali lebih tinggi untuk mulai menggunakan tembakau dibandingkan remaja yang memiliki kurang dari 3 teman perokok. Fakta bahwa orang tua adalah perokok aktif meningkatkan 1,4 peluang remaja untuk mulai menggunakan tembakau.

Dampak buruk rokok pada perokok tidak hanya sebatas perokok saja, tetapi juga pada orang sekitarnya yang bukan perokok. Orang orang disekitar perokok ini disebut

perokok pasif, karena mereka menghisap asap rokok dari orang yang merokok. Perokok pasif dapat meningkatkan resiko kanker dan penyakit jantung, paru-paru, dan pada anak dapat menimbulkan kematian mendadak (Djauzi, 2009).

Sementara WHO menyebutkan bahwa rokok dapat menimbulkan berbagai penyakit kanker, seperti kanker paru paru, kanker mulut, kanker bibir, asma, kanker leher rahim, kanker darah, kanker hati, bronchitis, kematian mendadak pada bayi, bahaya rusaknya kesuburan bagi wanita dan impotensi bagi kaum pria. Merokok tidak hanya berdampak pada kesehatan saja akan tetapi dampak psikologis dari merokok itu akan dirasakan oleh penggunanya (*Tobacco Control Support Center*, 2014).

Dampak psikologis dari merokok adalah timbulnya pengaruh terhadap pikiran, perasaan dan perilaku perokok. Dampak psikologis tersebut adalah seseorang teradiksi nikotin dalam asap rokok, yang merupakan bahan yang dapat menimbulkan efek ketagihan. Orang yang sudah bertahun-tahun menjadi perokok, kadar toleransi nikotin dalam tubuhnya sudah cukup tinggi. Dan akhirnya secara psikologis perokok akan menimbulkan efek ketergantungan yang menyebabkan perokok mengalami reaksi putus zat jika dihentikan secara mendadak. Kondisi umum perokok di Indonesia saat ini adalah mulai merokok pada usia muda (15-19 tahun), sebagai gaya hidup supaya trendi, gaul dan lain-lain. Hal ini sangat mempengaruhi kondisi psikologis kelompok remaja (Sarafino, 1990).

Papalia dan Feldman (2014), berpendapat bahwa masa remaja merupakan masa konstruksi sosial. Erickson dalam Feist & Feist (2010) juga menyatakan bahwa remaja merupakan salah satu tahap yang penting karena individu harus sudah mendapatkan identitas ego yang tetap pada akhir periode ini, dan faktor yang berperan dalam periode ini adalah pubertas.

Adapun Anna Freud dalam Hurlock (1990), berpendapat bahwa pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan remaja tersebut dengan orang tua dan cita-cita mereka, dimana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan.

Transisi perkembangan pada masa remaja berarti sebagian perkembangan masa kanak-kanak masih di alami namun sebagian kematangan dari masa dewasa sudah dicapai. Bagian dari masa kanak-kanak itu antara lain proses pertumbuhan biologis misalnya tinggi badan masih terus bertambah. Adapun bagian dari masa dewasa yaitu proses kematangan semua organ tubuh termasuk fungsi reproduksi dan kematangan kognitif yang ditandai dengan mampu berpikir secara abstrak (Papalia, Old & Feldman, 2001)

Dalam penelitian Gulati (2017) menyebutkan bahwa sangat menyedihkan mengabaikan masalah kesehatan hanya untuk mengikuti tren merokok yang bisa menyebabkan kecanduan. Meskipun pemerintah terus menerus berinisiatif mencegah untuk merokok dengan mengeluarkan peringatan dan menetapkan batas minimum, namun tekanan teman sebaya mendorong sebagian anak muda untuk merokok dan meninggalkan keraguan tentang tumbuh suburnya tembakau di dunia.

Remaja banyak menghabiskan waktu diluar rumah, terutama dengan teman sebayanya. Teman sebaya memiliki peran penting dalam kehidupan remaja sehingga mereka akan lebih akrab dan memiliki hubungan intens dengan temannya (Santrock,

2012). Remaja banyak menyatakan mereka lebih banyak tergantung pada teman-temannya. Hal tersebut akan menimbulkan perilaku untuk menyesuaikan diri dengan standar kawannya. Bentuk penyesuaian ini merupakan tekanan dalam kelompok teman sebaya.

Teman sebaya mempunyai peran yang sangat berarti bagi remaja, karena pada masa tersebut remaja mulai memisahkan diri dari orang tua dan lebih dekat dengan kelompok pertemanan. Kebutuhan untuk diterima seringkali dapat membuat remaja berbuat apa saja agar diterima kelompoknya (Komalasari & Helmi, 2000). Faktor yang mempermudah seseorang untuk menjadi perokok adalah teman yang merokok. Memiliki teman-teman yang merokok memprediksikan kebiasaan merokok pada seorang individu (Davidson, Neale, & Kring, 2006). Sikap teman sebaya terhadap penggunaan berbagai zat termasuk nikotin dapat mempengaruhi individu untuk menggunakan zat tersebut. Hidayati (2016) juga menyatakan bahwa sebanyak 70% remaja mengalami kenakalan dikarenakan terpengaruh oleh teman-teman sebayanya.

Peer pressure memberikan tekanan terhadap individu dalam mengikuti kelompoknya, entah sebenarnya individu tersebut menginginkannya ataupun tidak (Khadafi, 2014). Di samping itu, adanya norma atau aturan dalam kelompok bisa menjadi efek yang kuat bagi tiap anggota-anggota kelompok pertemanan tersebut, dimana norma atau aturan yang diciptakan oleh kelompok teman memiliki peraturan tentang bagaimana anggota dalam kelompok tersebut harus bertingkah laku dalam kelompok tersebut sesuai dengan aturan yang berlaku (Baron & Byrne, 2003). Clasen (Triana, 2017) berpendapat bahwa tekanan teman sebaya hadir dan mempengaruhi tiap individu dalam kelompok pertemanan (*peer group*).

Teman sebaya dapat menekan individu dalam melakukan hal yang positif maupun negatif. Tetapi tekanan teman sebaya secara umum lebih condong ke arah yang negatif atau menyimpang. Astuti (2018) mengemukakan bahwa kenakalan remaja salah satunya adalah merokok. Hal tersebut disebabkan oleh remaja tersebut mengikuti atau mencontoh teman sebayanya. Karena jika semakin erat hubungan dengan temannya tersebut, maka semakin tinggi pula keinginan remaja untuk ikut merokok. Perokok usia remaja yang masih berseragam sekolah banyak membeli rokok di warung-warung atau toko kecil yang memungkinkan mereka dapat membeli rokok secara ecer. Namun pada peraturan pemerintah saat ini dalam Kemenkes 2018, kardus rokok sudah harus dicantumkan simbol 18+ di kemasan maupun media publikasi rokok agar mengurangi pembelian mereka yang masih berseragam.

Pada zaman milenial ini, kesadaran diri untuk menjaga kesehatan agar lebih sehat sudah banyak disadari oleh perokok, dikarenakan efek merokok akan berimbas pada jangka panjang bahkan yang lebih parahnya akan mempengaruhi kehidupan sehari-hari, baik si perokok aktif maupun perokok pasif. Banyak penyakit-penyakit yang akan dialami oleh perokok seperti serangan jantung, stroke, kanker paru-paru dan tenggorokan sehingga banyak dari perokok memutuskan untuk berhenti (Poltekkes Depkes, 2010)

Dalam upaya untuk menghentikan perilaku merokok, dibutuhkan motivasi untuk membantu terwujudnya hal tersebut. Dalam Jahja (2011) motivasi yang ada dalam diri manusia yaitu suatu kemampuan atau faktor yang terdapat dalam diri manusia untuk menimbulkan, mengarahkan, dan mengorganisasikan tingkah lakunya.

Adapun kata motif adalah suatu alasan atau dorongan yang menyebabkan seseorang berbuat sesuatu atau melakukan suatu tindakan tertentu. Motivasi juga dapat dikatakan sebagai suatu tindakan atau kondisi yang timbul dari dalam diri seseorang, dengan begitu motivasi dapat memberikan inspirasi agar seseorang mau melakukan kegiatan.

Dalam penelitian Bacha, Layoun, & Khayat (2018) memaparkan bahwa perokok yang sangat tergantung dan bermotivasi tinggi lebih berhasil dalam proses berhenti merokok dibandingkan dengan mereka yang memiliki ketergantungan dan motivasinya lebih rendah.

Notoatmojo (2010) menjelaskan terbentuknya perilaku seseorang diawali dari pengalaman pribadi dan juga dipengaruhi oleh faktor luar (lingkungan) baik fisik maupun non-fisik yang akan meningkatkan pengetahuan. Pengetahuan ini menjadi persepsi seseorang dalam memotivasi atau niat hingga akhirnya terwujud capaian atau harapan individu, termasuk motivasi untuk berhenti merokok. Penjelasan di atas memberi gambaran bahwa seseorang atau semua orang memiliki motivasi masing-masing dimana ia dapat melihat sesuatu yang mampu membangkitkan minatnya sejauh ia memandang masa depannya yang sangat berkaitan erat dengan dirinya. Pentingnya motivasi diri untuk berhenti merokok merupakan hal penting dalam upaya berhenti merokok di usia remaja.

Terdapat dua jenis tekanan teman sebaya, yaitu *positive peer pressure* dan *negative peer pressure*. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *negative peer pressure*. Remaja yang sering bersosialisasi akan mudah mengikuti pergaulan teman sebaya dan menyebabkan rasa ingin diterimanya tinggi dalam kelompok teman sebaya tersebut. Teman sebaya sangat mempengaruhi emosional remaja dan remaja tersebut akan melakukan hal-hal yang tergolong menyimpang, seperti halnya perilaku merokok. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa emosional remaja masih tidak stabil. Banyaknya perilaku tersebut mendorong peneliti untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana pengaruh antara *peer pressure* dan motivasi berhenti merokok pada remaja merokok.

Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada "Pengaruh *Peer Pressure* Terhadap Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja Merokok" yang berusia kisaran 10-22 tahun, serta banyaknya presentase yang dihasilkan oleh pengaruh tersebut. Manfaat penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan wawasan dan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi, selain itu juga di harapkan dapat memberikan kemudahan bagi peneliti selanjutnya mengenai pengaruh *peer pressure* terhadap motivasi berhenti merokok pada remaja merokok dan hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi kepada pembaca khususnya remaja, lingkungan pendidikan dan sosial tentang masa perkembangan dan kenakalan remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan menjauhi perilaku merokok. Dari pemaparan di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini ialah adanya pengaruh *peer pressure* terhadap motivasi berhenti merokok pada remaja merokok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan data yang dikumpulkan berupa data kuantitatif atau jenis data lain yang dapat diolah dengan

PEER PRESSURE, MOTIVATION TO STOP SMOKING, TEEN SMOKING, SMOKING BEHAVIOUR

teknik statistik. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2017). Analisa data yang dilakukan menggunakan regresi, yaitu penelitian yang meneliti adanya pengaruh antara variabel A dan variabel B.

Teknik sampling pada penelitian ini adalah metode *Accidental Sampling*, yaitu sampel diambil ketika peneliti bertemu dengan subjek secara kebetulan atau insidental apabila subjek yang ditemui sesuai dengan sumber data maka peneliti dapat menggunakannya sebagai sampel Sugiyono (2009). Populasi penelitian ini yaitu remaja dengan rentang usia 10 hingga 22 tahun yang merokok. Jumlah subjek yang digunakan pada penelitian ini yaitu sebanyak 150 remaja perokok yang berstatus pelajar. Hal ini sesuai dengan pendapat Roscoe (dalam Sugiyono, 2017) yang menyatakan ukuran sampel yang layak dalam penelitian ini adalah 30-500.

Variabel adalah suatu konstruk yang bervariasi atau yang dapat memiliki bermacam nilai tertentu (Sugiyono, 2016). Pada penelitian ini terdapat dua variabel penelitian, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel Bebas (variabel X), merupakan variabel *Independent*, yang mana variabel tersebut dimanipulasi untuk dipelajari efeknya pada variabel-variabel lain, yaitu variabel terikat. Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah *peer pressure* yaitu sebuah perilaku menekan yang dilakukan oleh kelompok pertemanan terhadap individu agar individu tersebut diterima ke dalam lingkaran kelompok tersebut.

Variabel Terikat (variabel Y), merupakan variabel *dependent*, dimana variabel ini berubah jika terpengaruh dengan variabel bebas. Variabel terikat pada penelitian ini adalah Motivasi berhenti merokok terhadap remaja perokok yaitu sebuah dorongan untuk melakukan sesuatu dalam mencapai tujuan dalam berhenti merokok.

Instrumen penelitian yaitu alat yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, sistematis, sehingga lebih mudah di olah (Arikunto, 2002). Metode pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan skala likert dan Inventori. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial, sedangkan Inventori merupakan salah satu metode pelaporan diri atau deskripsi diri (Sugiyono, 2016).

Instrumen Inventori yang digunakan ialah *Negative Peer Pressure Inventory* (NPPI) dari Clasen & Brown (Temesgen, 2015). NPPI mengungkap pengaruh negatif kelompok teman sebaya berdasarkan 5 aspek *peer pressure*, yaitu: *Peer conformity*, *family involvement*, *peer involvement*, *school involvement*, dan *misconduct*. 30 item dalam skala inventori ini memiliki cara penilaian sebagai berikut: 0 = tidak terpengaruh (TT), 1 = sedikit terpengaruh (ST), 2= terpengaruh (T) dan 3 = sangat terpengaruh sekali (STS). Semakin tinggi skor nilai yang diperoleh pada semua pernyataan dalam NPPI, maka semakin kuat *peer pressure* yang diterima individu tersebut dari lingkungan teman sebayanya. Skala penelitian ini menggunakan skala adaptasi yang telah diterjemahkan oleh Triana (2017) serta telah diubah sesuai dengan kebutuhan peneliti.

Skala motivasi diambil berdasarkan dari 5 aspek hirarki kebutuhan Maslow, yakni; Kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan kasih sayang, kebutuhan akan penghargaan, dan kebutuhan aktualisasi diri. Skala ini berbentuk skala *Likert* yang disusun oleh peneliti. Alat ukur ini terdiri dari 21 item. Pengukuran skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Dengan bentuk skoring yang mana pernyataan *favorable* Sangat Setuju (SS) = 4, Setuju (S) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2, Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Sebaliknya untuk pernyataan *unfavorable* Sangat Tidak Setuju (STS) = 4 hingga Sangat Setuju (SS) = 1.

Tabel 1. Indeks Validitas dan Reliabilitas

Alat ukur	Jumlah Item Valid	Indeks Validitas	Indeks Reliabilitas (Alpha)
<i>Peer Pressure</i>	30	0,529 – 0,831	0,963
Motivasi Berhenti Merokok	21	0,397 – 0,904	0,942

Dari hasil tabel 1, hasil *try out* menunjukkan *Negative Peer Pressure Inventory* memiliki indeks validitas 0,529 – 0,831 dengan reliabilitas 0,963 dan pada skala motivasi berhenti merokok didapat indeks validitas 0,397 – 0,904 dengan reliabilitas 0,942.

Prosedur dan Analisis Data

Penelitian ini terdiri dari 3 prosedur penelitian yaitu persiapan, pelaksanaan, dan analisa data. Tahap persiapan diawali dengan diubahnya skala NPPI sesuai dengan kebutuhan peneliti, dan disusunnya Skala Motivasi Berhenti Merokok. Dua alat ukur yang sudah siap kemudian diuji coba pada 30 responden, sesuai dengan karakteristik pada subjek penelitian. *Try out* dilakukan pada tanggal 27 Juni 2019.

Tahap kedua adalah pelaksanaan. Dua alat ukur yang sudah diuji cobakan dan sudah menemukan hasil reliabilitas dan validitas instrumen akan diedarkan pada 150 subjek penelitian sesuai kriteria untuk pengambilan data penelitian. Turun lapang dilakukan pada tanggal 2 Oktober 2019.

Tahap ketiga adalah analisa data. Data yang telah diperoleh dari 150 subjek kemudian dianalisa menggunakan analisa regresi linier sederhana melalui program statistika SPSS versi 21, kemudian memberikan kesimpulan pada penelitian ini sesuai dengan landasan teori yang telah ditentukan.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 150 subjek, dapat dilihat dari hasil yang telah diperoleh sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi Subjek

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
13-15 Tahun	29	19,3
16-18 Tahun	78	52,0
19-22 Tahun	43	28,7
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	91	60,7
Perempuan	59	39,3
Pendidikan		
SMP	25	16,7
SMA	66	44,0
Kuliah	59	39,3
Darimana mendapatkan rokok		
Beli sendiri menggunakan uang saku	52	34,7
Teman	62	41,3
Keluarga	36	24,0
Usia mulai merokok		
13 – 15 tahun	53	35,3
16 – 18 tahun	71	47,4
19 – 22 tahun	26	17,3
Awal Merokok Diajak Oleh		
Teman	114	76,0
Keinginan Sendiri	36	24,0
Lokasi Ketika Merokok		
Rumah	29	19,3
Tempat Umum	22	14,7
Dimana Saja	99	66,0
Konsumsi Rokok dalam satu hari		
1-3 batang	83	55,0
4-6 batang	45	30,0
7-10 batang	22	15,0
Banyaknya uang yang dihabiskan		
Rp. 15.000 – Rp. 20.000	95	63,3
≥ Rp. 20.000	55	36,7

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui bahwa terdapat 150 subjek dengan usia 16 hingga 18 tahun yang mendominasi dengan presentase 52%. Jika dilihat dari jenis kelamin maka subjek laki-laki lebih mendominasi dengan presentase 60,7%, sedangkan

subjek perempuan 39%. Dilihat dari pendidikan, remaja SMA lebih mendominasi dengan 66 subjek atau 44%. Selanjutnya dilihat dari tabel tersebut, presentase sebanyak 41,3% subjek mendapatkan rokok dari teman, sisanya sebanyak 24% dari keluarga, dan 34,7% membeli sendiri. Selain itu, jika dilihat dari usia perokok, didominasi dengan presentase terbanyak sebesar 47% dengan rentang usia 16-18 tahun. Sebanyak 76% responden menyatakan bahwa awal melakukan perilaku merokok karena diajak teman, dan 24% responden mengaku karena keinginan sendiri. Sedangkan berdasarkan klasifikasi lokasi merokok, sebanyak 66% responden menyatakan bahwa mereka merokok dimana saja. Selanjutnya jika dilihat dari konsumsi rokok dalam satu hari, maka rentang 1 hingga 3 batang lebih mendominasi, yaitu sebanyak 83 subjek dengan presentase 55%. Berdasarkan tabel tersebut, sebanyak 95 atau 63,3% responden menghabiskan uang Rp. 15.000 hingga Rp. 20.000 untuk membeli rokok. Sedangkan 36,7% sisanya menghabiskan lebih dari Rp. 20.000 untuk membeli rokok.

Tabel 3. Uji Normalitas

Variabel	Taraf Signifikan	Keterangan
Peer Pressure	0,266	Normal
Motivasi Berhenti Merokok		

Berdasarkan tabel 3. Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov (Unstandadizer Residual)* menunjukkan bahwa taraf signifikan kedua variable sebesar 0,266. Berdasarkan data yang diperoleh dari uji normalitas dengan taraf signifikan (*Asymp. Sig. (2-tailed)*) uji *Kolmogorov Smirnov (Unstandadizer Residual)* lebih dari 0,05 maka dikatakan normal. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel dapat dikatakan berdistribusi normal.

Tabel 4. Kategorisasi

Variabel	Kategori			
	Tinggi		Rendah	
	F	%	F	%
Peer Pressure	62	41	88	59
Motivasi Berhenti Merokok	86	57	64	43

Berdasarkan tabel 4. Kategorisasi dilihat berdasarkan nilai *T-score*. Penilaian subjek penelitian terhadap *Peer Pressure* yang tinggi sebesar 62 subjek dengan presentase 41%, sedangkan kategori rendah sebesar 88 subjek atau sebesar 59%. Penilaian subjek penelitian terhadap *Motivasi Berhenti Merokok* dengan kategori tinggi sebesar 86 subjek dengan presentase 57%, sedangkan kategori rendah sebesar 64 subjek atau sebesar 43%.

Tabel 5. Mean dan Standar Deviasi

Variabel	Mean	Standar Deviasi
Peer Pressure	2,50	0,12

Motivasi Berhenti Merokok	2,79	0,35
---------------------------	------	------

Berdasarkan tabel 5. Mean dan Standar Deviasi, nilai rata rata variabel *peer pressure* adalah sebesar 2,50, dengan nilai standar deviasi 0,12. Sedangkan nilai rata rata variabel motivasi berhenti merokok adalah 2,79 dengan nilai standar deviasi 0,35.

Tabel 6. Uji Regresi Linear Sederhana

Variabel	Koefisien Regresi (B)	Koefisien Determinan (r^2)	Signifikansi (p)	Keterangan
<i>Peer Pressure</i> Motivasi Berhenti Merokok	-0,419	0,044	0,010	Signifikan

Berdasarkan tabel 6. Uji regresi linear sederhana diketahui nilai signifikansi sebesar 0,010 menunjukkan bahwa *peer pressure* berpengaruh signifikan terhadap motivasi berhenti merokok. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikan yang lebih kecil dari taraf kesukaran yang digunakan yaitu 0,05 atau ($0,010 < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan antara *peer pressure* dengan motivasi berhenti merokok. Setelah itu dapat dilihat r square sebesar 0,044 yang artinya variabel *peer pressure* memberikan kontribusi 4,4% terhadap motivasi berhenti merokok, sedangkan 95,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor atau variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian diatas, diperoleh angka signifikansi sebesar 0,010 yang berarti lebih kecil dari taraf kesukaran yang digunakan (0,05). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesa peneliti diterima, yaitu adanya pengaruh antara *peer pressure* terhadap motivasi berhenti merokok pada remaja. Hal ini dapat dilihat dari nilai koefisien determinan (r^2) yang menunjukkan bahwa variabel *peer pressure* memberikan kontribusi sebesar 4,4% terhadap motivasi berhenti merokok pada remaja.

Hasil penelitian berdasarkan aspek dari instrumen *negative peer pressure* yang telah dilakukan berguna untuk mendeteksi tekanan teman sebaya ditinjau dari keterlibatan menyesuaikan norma teman (*peer conformity*), keterlibatan keluarga (*family involvement*), keterlibatan teman sebaya (*peer involvement*), keterlibatan sekolah (*school involvement*), dan kelakuan buruk atau menyimpang (*misconduct*). Dapat dilihat dari tabel 4 Kategorisasi, bahwa nilai T -score pada variabel *peer pressure* sebanyak 41% responden memiliki tingkat tekanan teman sebaya yang tinggi. Esiri (2016) menjelaskan bahwa individu yang berinteraksi dalam kelompok, dan memiliki pengalaman dalam menginternalisasi norma dan budaya dalam kelompok tersebut akan mulai memiliki nilai yang dapat mengontrol dan menentukan tindakan apa yang harus dilakukan. Perasaan mereka menjadi terpengaruh oleh keanggotaan dalam kelompok tersebut dan menjadi suatu kebutuhan, yaitu lebih ingin diterima dalam

kelompok. Kebutuhan lain yang dapat dipenuhi dari dalam kelompok pertemanan adalah kebutuhan untuk persetujuan, perlindungan, dan keselamatan. Tekanan teman sebaya dapat berupa positif dan negatif. Ketika menghasilkan *negative peer pressure*, hal tersebut menimbulkan tekanan teman sebaya menjadi pengaruh terkuat pada remaja dalam melakukan kriminalitas.

Pernyataan di atas didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Tombor, Shahab, Herbec, Neale, Michie, & West (2015) yang menyatakan bahwa menjadi perokok dapat meningkatkan kekuatan sosial, karena itu membantu individu untuk merasa diakui, mempertahankan identitas yang dihargai dalam kelompok, dan penting untuk penerimaan sosial. Dalam usaha untuk berhenti merokok, penelitian tersebut menunjukkan bahwa dibutuhkan motivasi yang tinggi agar kesuksesan untuk berhenti merokok juga tinggi.

Sehubungan dengan motivasi berhenti merokok yang disebutkan di atas, dalam hal ini peneliti juga menggunakan alat instrumen yang berguna untuk mengukur motivasi dari dalam diri remaja, yang ditinjau dari 5 hirarki kebutuhan Maslow, antara lain: Kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan kasih sayang, kebutuhan penghargaan, dan kebutuhan aktualisasi diri. Dapat dilihat dari tabel 4 Kategorisasi, dapat dilihat bahwa nilai *T-score* pada variabel Motivasi Berhenti Merokok sebanyak 57% responden memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi dengan nilai *mean* sebesar 2,79. Dalam penelitian yang dilakukan Bacha, Layoun & Khayat (2018) menunjukkan bahwa perokok yang memiliki motivasi berhenti merokok tinggi, memiliki angka kesuksesan untuk berhenti lebih tinggi, dibandingkan dengan perokok yang memiliki motivasi berhenti merokok rendah. Didukung penelitian Rahmasari (2015) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi pula motivasi berhenti merokok pada remaja. Oleh karena itu, dukungan sosial sangatlah dibutuhkan oleh para remaja khususnya yang pada saat ini banyak terpengaruh oleh lingkungan sekitar.

Menurut Conger (Jahja, 2011) pada diri remaja, pengaruh lingkungan dalam menentukan perilaku individu diakui cukup kuat. Walaupun remaja telah mencapai tahap perkembangan kognitif yang cukup memadai dalam menentukan tindakannya sendiri. Namun dalam hal berperilaku, remaja banyak dipengaruhi oleh tekanan dari kelompok teman-teman sebayanya. Perilaku kelompok teman sebaya merupakan sumber utama bagi remaja dalam hal persepsi dan sikap yang berkaitan dengan gaya hidupnya. Bagi remaja, teman-teman menjadi sumber informasi misalnya mengenai bagaimana cara berpakaian yang menarik, musik, atau film apa yang bagus. Dalam tabel 2 Deskripsi subjek, terdapat 76% responden yang merespon bahwa awal merokok karena diajak oleh teman, dan sebanyak 41,3% mendapat rokok dari teman. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Vasilopoulos (2015) yang menunjukkan bahwa teman memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kehidupan remaja. Ciri utama masa remaja adalah integrasi anak muda dalam berbagai kelompok, organisasi, atau perkumpulan. Pengaruh sosial terhadap penggunaan tembakau, muncul sebagai salah satu faktor yang paling menentukan untuk mempromosikan aktivitas merokok.

Dari pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa tekanan teman remaja yang tinggi dapat mempengaruhi serta berdampak motivasi berhenti merokok pada remaja. Hal ini terjadi karena remaja pada usianya masih belum sepenuhnya bisa mengolah

PEER PRESSURE, MOTIVATION TO STOP SMOKING, TEEN SMOKING, SMOKING BEHAVIOUR

dan mengkategorisasikan hal yang negatif dan positif, serta belum berpikir dalam jangka waktu panjang. Karena ingin diterima oleh kelompok teman sebaya, maka remaja akan mengikuti aturan kelompok tersebut, baik mereka suka maupun tidak suka. Hal tersebut dapat mempengaruhi motivasi berhenti merokok pada remaja, dan dalam penelitian ini, pengaruh tersebut sebesar 4,4%.

Berdasarkan nilai koefisien determinan (r^2) yang diperoleh, menunjukkan bahwa variabel *peer pressure* memberikan kontribusi sebesar 4,4% terhadap motivasi berhenti merokok pada remaja. Nilai tersebut terbilang kecil dikarenakan sisa dari 95,6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti di dalam penelitian ini. Menurut Hansen (Sarafino, 1990) faktor yang mempengaruhi perilaku merokok, selain faktor lingkungan sosial, antara lain adalah faktor biologis, faktor psikologis, faktor demografis, faktor sosial kultural, dan faktor sosial politik. Dari faktor biologis, banyak penelitian menunjukkan bahwa nikotin dalam rokok merupakan salah satu bahan kimia yang berperan penting pada ketergantungan merokok. Dalam faktor psikologis, merokok dinilai dapat memberikan efek ketenangan dan meningkatkan konsentrasi serta menghalau kantuk. Berdasarkan faktor demografis, meliputi umur dan jenis kelamin. Sedangkan dari faktor sosial-kultural dan sosial-politik, terdapat kebiasaan budaya, kelas sosial, dan gengsi yang mempengaruhi perilaku merokok. Ditambah lagi kampanye dalam mempromosikan kesehatan untuk mengurangi perilaku merokok masih sedikit.

Pelaksanaan penelitian ini telah dilakukan sebaik mungkin sesuai kemampuan peneliti, begitu pula dengan hasil penelitian yang telah diperoleh. Akan tetapi terdapat beberapa kekurangan dan kelemahan yang menjadi keterbatasan dalam penelitian ini. Salah satunya adalah kurangnya satu data demografis yang diperlukan untuk proses *screening* yang memerlukan data bahwa responden memiliki keinginan untuk berhenti merokok atau tidak. Keterbatasan penelitian ini ialah keterbatasan waktu. Selain itu, peneliti kurang dapat mendampingi proses pengisian alat ukur secara langsung, hal tersebut memungkinkan terjadinya kecurangan dan asal asalan saat proses pengisian data dan alat ukur. Penelitian selanjutnya perlu mempertimbangkan tambahan populasi responden, menggunakan teknik sampling yang lebih sesuai, dan tambahan data demografis mengenai motivasi berhenti merokok.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesa yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Pada hasil penelitian ini terdapat pengaruh yang signifikan antara *peer pressure* terhadap motivasi berhenti merokok pada remaja.

Implikasi dari penelitian ini adalah untuk remaja, orang tua, sekolah, dan Dinas Kesehatan. Bagi remaja akan lebih baik jika tidak terlalu terikat dan terlalu bergantung pada kelompok teman sebaya yang terlihat nyata memiliki pengaruh buruk terhadap masing masing individu. Remaja diharapkan mampu memilih kelompok teman sebaya yang tidak menuntut untuk melakukan hal-hal yang negatif. Bagi orang tua diharapkan lebih mendekatkan diri kepada anak, memfokuskan pada pengawasan terhadap pergaulan anak, namun tidak terlalu memaksakan kehendak anak remaja yang masih memiliki emosi kurang stabil. Bagi sekolah, diharapkan memiliki

kaderisasi anti merokok, memberikan *positive peer pressure* untuk memberhentikan perilaku merokok pada siswa. Untuk lembaga bimbingan konseling pada sekolah diharapkan memberikan edukasi akan bahaya merokok dan pergaulan yang kurang baik. Bagi Dinas Kesehatan perlu meningkatkan kampanye dalam menanggulangi peningkatan perilaku merokok, demi menjaga kesehatan individu maupun sekitarnya.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperbesar populasi penelitian, dan menggunakan variabel lain selain *peer pressure* yang lebih dapat mempengaruhi perilaku merokok pada remaja, pada jaman yang lebih modern ini.

REFERENSI

- Arikunto, S. (2002). *Metodologi penelitian suatu pendekatan proposal*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Astuti, N. H. (2016). Merokok pintu masuk untuk penyalahgunaan narkoba jenis ganja. *Jurnal ARKESMAS*, 1(1), 45-54.
- Bacha, Z. A., Layoun, N., & Khayat, G. (2018). Factors associated with smoking cessation success in Lebanon. *Journal of Pharmacy Practice*, 16(1), 1-7.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan *Tobacco Support Centre (TCSC-IAKMI)*. (2014). *Buku bunga rampai: fakta tembakau dan permasalahannya, Edisi V*.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga
- Davidson, G., C. Neale, J. M. & Kring, A. M. (2006). *Psikologi abnormal, Edisi 9*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Djauzi, S. (2009). *Raih kembali kesehatan*. Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara
- Esiri, M. O. (2016). The influence of peer pressure on criminal behaviour. *Journal of Humanities and Social Science*, 8-14.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian, Edisi 7*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Global Youth Tobacco Survey Collaborative Group. (2012). Global youth tobacco survey (gyts): core questionnaire with optional questions, Version 1.0 on July 2012. diakses pada tanggal 15 februari 2019 dari <http://www.who.int/tobacco/surveillance/gyts/en/>
- Gulati, S. (2017). Impact of peer pressure on buying behaviour. *International Journal of Research Granthaalayah*, 5(6), 280-291.
- Hazliansyah. *Ratusan ribu kematian di indonesia diduga akibat rokok*. Diakses pada 20 Februari 2019 dari republika.co.id
- Hidayati, N.W. (2016). Hubungan harga diri dan konformitas teman sebaya dengan kenakalan remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 1(2).
- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jaenudin, U. (2015). *Teori teori kepribadian*. Bandung: Pustaka Setia
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana, Prenada Media Group
- Kamariah. (2014). *Analisis faktor-faktor yang menyebabkan perilaku merokok pada remaja usia 13-15 tahun di SMP Kota Batu*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). *INFODATIN perilaku merokok masyarakat indonesia*. 2015.
- Khadafi, R. M. (2014). *Hubungan antara model peer pressure dengan perilaku konsumtif*

PEER PRESSURE, MOTIVATION TO STOP SMOKING, TEEN SMOKING, SMOKING
BEHAVIOUR

- produk makanan pada remaja*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Komalasari, D., & Helmi, A. F. (2000). Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*, 3(1).
- Koswara, E. (2001). *Teori kepribadian, Edisi II*. Bandung: PT. Eresco.
- Layoun, N., Salameh, P., Waked, M., Bacha, Z. A., Zeenny, R. M., Hitti, E. E., et al. (2017). Motivation to quit smoking and acceptability of shocking warnings on cigarette packages in Lebanon. *Journal of Patient Preference and Adherence*, 331-342.
- Maslow, A. H. (1994). *Motivasi dan kepribadian 1: teori motivasi dengan pendekatan hirarki kebutuhan manusia*. PT. Pustaka Binaman Pressindo
- Moreira, T. R., Rosa, C., Alves, J. V., Saavendra, F. J., & Neves, E. B. (2015). The influence of family and friends in smoking development for Portuguese teens. *International Journal of Addiction and Rehabilitation*, 1-4.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman R. T. (2001). *Perkembangan manusia*. Jakarta: Salemba Humanika
- Papalia, E. D. dan Feldman, R. T. (2014). *Menyelami perkembangan manusia: experience human development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prabhakar, D. P., & Aspire Academic E. O. P. S. (2012). Peer pressure. *Journal of Environment*, 4(1), 1–12.
- Presiden Republik Indonesia. (2012). Peraturan pemerintah no. 109 tahun 2012 tentang pengamanan bahan yang mengandung zat adiktif berupa produk tembakau bagi kesehatan. Jakarta: Sekretaris Negara.
- Rahmasari, W.R. (2015). *Hubungan dukungan sosial dengan motivasi berhenti merokok pada masa remaja laki-laki kelas VIII SMP Negeri 2 Papar Kediri*. Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara Persatuan Guru Republik Indonesia
- Rokven, Josja J., Boer G. D., Tolsma J., Ruitter S. (2017). How friend's involvement in crime affects the risk of offending and victimization. *European Journal of Criminology*, 14(6).
- Santor, D. A., Messervey D., Kusumakar V. (2000). Measuring peer pressure, popularity, and conformity in adolescent boys and girls: predicting school performance, sexual attitudes, and substance abuse. *Journal of Youth and Adolescent*, 29(2).
- Santrock J. W. (2007). *Remaja jilid 2, Edisi 11*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock J. W. (2012). *Life-span development: perkembangan masa-hidup*. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E. P. (1990). *Health psychology: biopsychosocial interaction*. New York: John Willey dan Sans Inc.
- Sarwono, & Sarlito, W. (2013). *Psikologi remaja*. Jakarta: Rajawali Pers
- Sudoyo. (2018). *Tidak merokok, tidak batuk-batuk, tahu-tahu kanker paru, kok bisa?*. Diakses pada 14 Februari 2019 dari detik.com
- Sugiyono. (2009). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukendro, S. (2007). *Filosofi rokok*. Yogyakarta: Pinus Book Publisher.

- Susanto. (2018). *Lagi! seorang pria tewas akibat rokok elektrik*. Diakses pada 17 Januari 2019 dari detik.com
- Tapia, M., Alarid, L.F., & Clare, C. (2018). Parenting style and juvenile delinquency: exploring gendered relationship. *Journal of Juvenile and Family*, (2)
- Temesgen, N. (2015). The relationship between peer group pressure and responsibility behavior: the case of three secondary and preparatory schools in addis ababa. *Journal of Psuchology*, 2, 1-122.
- Tim Penulis Poltekes Depkes. (2010). *Kesehatan remaja problem dan solusinya*. Jakarta : Salemba Medika.
- Tombor, I., Shahab, L., Herbec, A., Neale, J., Michie, S., & West, R. (2015). smoker identity and its potential role in young adults' smoking behavior: a meta-ethnograppy. *Journal of Health Psychology*, 1-20.
- Triana. (2017). *Pengaruh peer pressure terhadap konformitas pada remaja mantan pengguna narkoba*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Triswanto, S. D. (2007). *Stop smoking*. Jakarta: Progresif Book
- Vasilopoulos, A., Gourgoulianis, K., Hatzoglou, C., & Roupa, Z. (2015). Social influence and smoking habit in adolescent. *Journal of Health Science Journal*, 1-4.