

Hubungan Antara Teman Sebaya dan Kejenuhan Belajar Terhadap Perilaku Merokok pada Remaja

Barkah Septian Firmanto¹, Vivi Leona Amelia²

¹ Program Studi Keperawatan S1, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

² Bagian Keperawatan Komunitas dan Keperawatan Keluarga, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

ABSTRACT

Background: One factor which affects the act of smoking is the level of stress. Stress which is most often experienced by students is the stress of academics. The stress is caused by the academic demands faced by the students. Adolescents' act of smoking is also affected by several other factors such as releasing fatigue, imitating the parents who are smoking, and having an interaction with peers who have the habit of smoking, so that they want to try and know the taste of cigarettes.

Methods: This was a descriptive quantitative research with a cross-sectional method. All eighth-grade male students in SMP X amounted to 154 students, were taken as the research samples using the total sampling technique.

Results: Based on the results of the analysis with Chi-Square test on peers and the boredom of studying, the p values were 0.000 (0.05) and 0.038 (0.05) respectively. It means there is a correlation of peers toward the act of smoking.

Conclusion: There is a correlation between peers and the boredom of studying to the act of smoking on adolescents in SMP X

KEYWORDS

Peers, the boredom of studying, the act of smoking

PENDAHULUAN

World Health Organisation (WHO) menyebut bahwa prevalensi perokok laki-laki di Indonesia pada tahun 2015 paling tinggi dengan angka mencapai 76,2 %. Di peringkat kedua yaitu Yordania dengan prevalensi perokok mencapai 70,2 persen lalu Kiribati dengan angka 63,9 %. Untuk prevalensi perokok wanita di usia 15 tahun negara Nauru menduduki peringkat paling atas mencapai 52 %, Kiribati 40,9 %, lalu ketiga Serbia dengan angka 39,7 %. Indonesia termasuk berada di posisi bawah dengan angka prevalensi perokok wanita 3,6 % (WHO, 2015).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 yang dilakukan Kementerian Kesehatan menunjukkan prevalensi merokok pada anak yang berusia 10 hingga 18 tahun mencapai 9,1%. Jika populasi pada kelompok usia itu sekitar 40,6 juta jiwa, maka sudah ada sekitar 3,9 juta anak yang merokok. Jumlah itu mengalami tren kenaikan. Berdasarkan Riskesdas 2013, prevalensi pada kelompok usia yang sama sebesar 7,9%, dan berdasarkan Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) tahun 2016 meningkat menjadi 8,8%. Dengan demikian, target pemerintah menurunkan prevalensi menjadi 5,4% pada 2019 besar kemungkinan

tidak tercapai (Rikesdas, 2018).

Berbagai kandungan zat yang terdapat di dalam rokok memberikan dampak negatif bagi tubuh penghisapnya. Dalam sebatang rokok terdapat tiga ribu macam zat berbahaya. Beberapa zat berbahaya tersebut yaitu acrolein, karbon monoksida, nikotin, amonia, formic acid, formal dehyde, phenol, acetol, methanol, tar dan masih banyak lagi. Merokok tidak hanya menjadi pemicu satu atau dua penyakit mematikan. Namun rokok menjadi awal dari munculnya penyakit dari sekedar batuk hingga paru-paru, dan juga menyebabkan kematian. Setidaknya 50% perokok aktif di dunia meninggal karena penyakit yang di sebabkan oleh kebiasaan merokok (Bobby, 2016).

Risda (2016) mengatakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku merokok yaitu tingkat stres. Stres yang paling sering dialami oleh siswa adalah stres akademik yang disebabkan oleh tuntutan akademik yang dihadapi siswa (Gaol, 2016). Stres akademik ini disebutkan dalam penelitian Amalia (2017) yang mengatakan adanya hubungan positif yang signifikan antara stres akademik dengan perilaku merokok. Stres akademik dipengaruhi oleh beberapa hal, salah satunya telah diteliti oleh Fatmawati (2018) yang

menyebutkan adanya hubungan antara kejenuhan belajar dengan stres akademik pada siswa-siswi SMP.

Perilaku merokok remaja juga dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor antara lain untuk melepas kepenatan, meniru orang tua yang mempunyai kebiasaan merokok, pengaruh pergaulan dengan teman sebaya yang memiliki kebiasaan merokok, sehingga mereka ingin mencoba dan ingin mengetahui bagaimana rasa rokok itu (Sulastomo, 2012). Para ahli neurologi menemukan bahwa masa remaja merupakan tahap kritis bagi mereka untuk mengalami ketergantungan pada nikotin (Mason, Mennis, & Schmidt, 2011). Hal ini diperkuat Irlles, Pertusa, Guijarro, dan Carbonell (2013) yang menjelaskan pengalaman pertama merokok remaja terjadi ketika terdapat dua sub-agen sosial yang berperan, yaitu keluarga dan teman sebaya. Sari, (2015) mengatakan salah satu faktor remaja dapat terpengaruh mengkonsumsi rokok salah satunya adalah konformitas teman sebaya. Pengaruh lingkungan pergaulan remaja sangat berpengaruh pada proses timbulnya perilaku merokok yang muncul pada remaja.

SMP X adalah salah satu sekolah menengah pertama yang ada di Banyumas dengan jumlah siswa mencapai 796 yang terdiri dari 398 siswa perempuan dan 398 siswa laki-laki. Peneliti mengambil jumlah populasi 75 siswa yang keseluruhannya adalah siswa kelas VIII .

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMP X melalui observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan Konseling (BK) ada beberapa fenomena yang perlu mendapat perhatian khusus. Peneliti menjumpai beberapa siswa SMP X yang merokok di warung belakang sekolah setelah kegiatan belajar mengajar selesai. Siswa tersebut masih berseragam sehingga secara otomatis membuat citra sekolahnya kurang baik di mata masyarakat. Sedangkan hasil wawancara dengan guru BK ada banyak siswa yang merokok di kantin belakang, kebanyakan siswa yang merokok adalah siswa kelas VIII dan IX. Sebenarnya pihak sekolah melalui guru BK sudah sering memberi pengetahuan tentang bahaya merokok agar siswa bisa mengerti bahaya

merokok dan bisa memiliki keinginan untuk berhenti merokok tetapi upaya ini masih kurang efektif terbukti dengan masih adanya siswa perokok di SMP X.

Berdasarkan hal yang diuraikan diatas, pada penelitian kali ini peneliti tertarik untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya hubungan antara teman sebaya dan kejenuhan belajar terhadap perilaku merokok pada remaja di SMP X.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain, waktu dan tempat penelitian

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode cross sectional. Penelitian ini dilakukan pada Bulan Februari 2020, bertempat di salah satu SMP Negeri di Kecamatan Sokaraja, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah.

Sampel penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa laki-laki kelas VIII yang berjumlah 154 orang.

Instrumen penelitian

Pada penelitian kali ini, untuk mengukur perilaku merokok menggunakan kuesioner yang berisikan 1 pertanyaan terkait jumlah rokok yang dikonsumsi selama satu hari. Untuk mengukur pengaruh teman sebaya menggunakan kuesioner berisikan 10 pertanyaan, dan untuk mengukur kejenuhan belajar menggunakan kuesioner berisikan 32 soal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian

1. Gambaran karakteristik responden di SMP X

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil karakteristik responden melalui umur. Sebagaimana yang ada pada tabel 4.1

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukkan bahwa distribusi karakteristik responden berjumlah 154 responden yang mayoritas pada remaja madya yang berumur 14 tahun sebanyak 65 responden (42,2%).

2. Gambaran perilaku merokok remaja di SMP X

a. Gambaran perilaku merokok

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil perilaku merokok. Sebagaimana yang ada pada tabel 4.2.

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukan bahwa

distribusi perilaku merokok berjumlah 154 responden yang mayoritas dengan jumlah tidak merokok = 0 batang/hari sebanyak 72 responden (46,8%).

b. Gambaran perilaku merokok dengan karakteristik.

Tabel 4.3 Distribusi Hubungan Antara Karakteristik Terhadap Perilaku Merokok di SMP X (n=154).

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa distribusi hubungan antara teman sebaya terhadap perilaku merokok berjumlah 154 responden yang mayoritas remaja madya pada umur 14 tahun dengan perilaku merokok yaitu tidak merokok dengan jumlah 33 responden (50,8%).

3. Gambaran teman sebaya pada remaja di SMP X

a. Gambaran teman sebaya

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil teman sebaya. Sebagaimana yang ada pada tabel 4.4.

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan bahwa distribusi teman sebaya berjumlah 154 responden yang mayoritas ada pengaruh atau kurang dari 50 % sebanyak 96 responden (62,3%).

b. Gambaran perilaku merokok dan pengaruh teman sebaya

Tabel 4.5 Distribusi Hubungan Antara Teman Sebaya Terhadap Perilaku Merokok di SMP X (n=154).

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa distribusi hubungan antara teman sebaya terhadap perilaku merokok berjumlah 154 responden yang mayoritas teman sebaya ada pengaruh (< 50%) dengan perilaku merokok yaitu tidak merokok dengan jumlah 60 responden (83,3%).

4. Gambaran kejenuhan belajar pada remaja di SMP X

a. Gambaran kejenuhan belajar

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil kejenuhan belajar. Sebagaimana yang ada pada tabel 4.6.

Berdasarkan Tabel 4.6 menunjukkan bahwa distribusi kejenuhan belajar berjumlah 154 responden yang mayoritas dengan nilai cukup sebanyak 104 responden (67,5%).

b. Gambaran perilaku merokok dan kejenuhan belajar

Tabel 4.7 Distribusi Hubungan Antara Kejenuhan Belajar Terhadap Perilaku Merokok di SMP X (n=154).

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa distribusi hubungan antara kejenuhan belajar terhadap perilaku merokok berjumlah 154 responden yang mayoritas kejenuhan belajar cukup tinggi = 63-81 dengan perilaku merokok yaitu tidak merokok dengan jumlah 56 responden (77,8%).

5. Hubungan antara teman sebaya dan kejenuhan belajar terhadap perilaku merokok di SMP X

Dari hasil uji Chi-Square yang telah dilakukan, diperoleh hasil kejenuhan belajar. Sebagaimana yang ada pada tabel 4.8 :

Tabel 4.8 Distribusi Hubungan Antara Teman Sebaya dan Kejenuhan Belajar Terhadap Perilaku Merokok di SMP X (n=154).

Berdasarkan tabel 4.8 menunjukkan bahwa hubungan teman sebaya terhadap perilaku merokok menunjukkan hasil Chi Square didapatkan p value = 0,000 (< 0,05) dan pada kejenuhan belajar terhadap perilaku merokok menunjukkan hasil Chi Square didapatkan p value = 0,038 (<0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara teman sebaya terhadap perilaku merokok.

B. Pembahasan

1. Gambaran karakteristik responden di SMP X

Penelitian ini dilakukan pada remaja putra kelas 8 di SMP X yaitu salah satu Sekolah Menengah Pertama yang ada di Kabupaten Banyumas, dengan jumlah responden 154 orang dengan kategori umur mayoritas umur 14 tahun sebanyak 65 orang (42,2%). Menurut Suwangsa (2010), mengatakan bahwa remaja melakukan perilaku merokok sebagai cara kompensatoris bahwa perilaku merokok bagi remaja merupakan perilaku simbolis. Simbol dari kematangan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap lawan jenis dan menurut Ali. M dan M Asrori (2010) mengatakan bahwa remaja pada umumnya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, karena didorong rasa ingin tahu yang tinggi, remaja

cenderung ingin bertualang menjelajah segala sesuatu dan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya dan juga didorong oleh keinginan seperti orang dewasa menyebabkan remaja ingin mencoba melakukan apa yang sering dilakukan oleh orang dewasa. Akibatnya, tidak jarang secara sembunyi-sembunyi, remaja pria mencoba merokok karena sering melihat orang dewasa melakukannya. Remaja yang cenderung tidak populer disekolah, akibatnya mudah terpengaruh perilaku merokok secara langsung dan juga kebiasaan merokok orang tua merupakan factor yang konsisten untuk remaja merokok (Hustain dan Groneberg, 2010).

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kamsih (2012) yang berjudul Gambaran perilaku merokok pada remaja di Kabupaten Bantul menunjukkan bahwa sebagian besar siswa remaja yang melakukan kebiasaan merokok berada pada umur 14-15 tahun.

2. Gambaran Perilaku merokok remaja di SMP X Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas perilaku merokok siswa tergolong tidak merokok sebanyak 72 responden (46,8%), akan tetapi terdapat perokok ringan sebanyak 55 responden (35,7%), perokok sedang sebanyak 22 responden (14,3%) dan perokok berat sebanyak 5 responden (3,2%). Paling dominan tidak merokok pada remaja karena didukung dengan peraturan sekolah yang memberlakukan setiap siswanya tidak boleh merokok. Selain itu, orang tua mereka juga melarang untuk mencoba merokok. Namun demikian, dari hasil penelitian ada sebagian dari responden yang sudah berperilaku merokok. Menurut (Aula, 2010) bahwa perilaku merokok pada remaja merupakan salah satu masalah pada saat ini. Perilaku merokok adalah perilaku yang dinilai sangat merugikan dilihat dari berbagai sudut pandang, bagi diri sendiri maupun orang lain di sekitarnya. Perilaku merokok menurut Endra (2012) dianggap bagi sebagian remaja sebagai perilaku orang dewasa yang mudah ditiru dan merupakan perilaku yang paling nyata dalam menunjukkan sikap kedewasaan. Perilaku ini ditunjukkan untuk membuktikan bahwa remaja ingin diakui keberadaannya oleh orang-orang disekitarnya dan lingkungan. Perilaku merokok pada remaja menurut Novitasari (2009) umumnya semakin

lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok, sering mengakibatkan mereka mengalami ketergantungan nikotin. Kebiasaan merokok mempunyai dampak terhadap kesehatan bagi perokok sendiri, aspek ekonomi dan psikologi perokok.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hutami (2019) yang mengatakan bahwa remaja di SMK Panca Bhakti Banjarnegara paling banyak perilaku merokok tergolong tidak merokok sebanyak 48,2%, dan paling sedikit merokok sedang sebanyak 11,1%.

3. Gambaran teman sebaya pada remaja di SMP X

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa teman sebaya ada pengaruh sebanyak 96 responden (62,3%). Menurut Yusuf (2009) remaja pada umumnya bergaul dengan sesama mereka, karakteristik remaja dipengaruhi oleh kesamaan : usia, jenis kelamin dan ras. Kesamaan dalam menggunakan obat-obatan, merokok sangat berpengaruh kuat dalam pemilihan teman. Dalam pedoman kesehatan jiwa remaja dijelaskan bahwa remaja lebih banyak berada diluar rumah dengan teman sebayanya. Jika dapat dimengerti bahwa sikap, pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku teman sebaya lebih besar pengaruhnya daripada keluarga misalnya, jika remaja mengenal model pakaian yang sama dengan pakaian anggota kelompok yang populer, maka kesempatan banyak untuk dapat diterima oleh kelompok mencoba minum alkohol, rokok, obat-obatan terlarang, maka remaja cenderung mengikuti tanpa mempedulikan akibatnya. Didalam kelompok sebaya, remaja akan berusaha menemukan jati dirinya. Mu'tadin (2007) mengatakan berbagai fakta bahwa semakin banyak remaja merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga dan sebaliknya. Fakta tersebut menunjukkan dua kemungkinan terjadi pertama remaja terpengaruh oleh teman-temannya atau bahkan teman-temannya tersebut terpengaruh oleh diri remaja yang akhirnya mereka semua menjadi perokok.

Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Purwatiningsih (2015) yang

mengatakan bahwa sebagian remaja terpengaruh oleh teman sebaya sebanyak 76,7%. Sebagian remaja menyatakan bahwa mereka diajak oleh teman-temannya untuk berperilaku merokok dan jika mereka tidak merokok maka akan mempunyai rasa tidak percaya diri.

4. Gambaran kejenuhan belajar pada remaja di SMP X

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa mayoritas dengan nilai cukup sebanyak 104 responden (67,5%) akan tetapi terdapat juga nilai tinggi sebanyak 36 responden (23,4%), nilai kurang sebanyak 14 responden (9,1%) dan nilai rendah 0 responden (0%). Paling dominan nilai kejenuhan belajar adalah dengan nilai cukup karena disana lingkungan sekolah yang belum dapat membnetuk karakter remaja dan banyaknya tugas yang menumpuk. Terkadang guru hanya menekankan pada aspek kognitif siswa saja sehingga remaja tidak memiliki sistem nilai sebagai pedoman dalam kehidupannya dan pada akhirnya remaja mengadopsi sesuatu yang ada di lingkungan masyarakat tanpa menyaring terlebih dahulu. Risda (2016) mengatakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku merokok yaitu tingkat stres. Tingkat stres pada remaja didapatkan dari kejenuhan belajar atau tugas sekolah yang menumpuk, gagalnya mengatur waktu dengan baik, dan permasalahan keuangan. Setiap orang memiliki cara untuk meminimalkan dampak dari stres yang berbeda-beda seperti jalan-jalan, makan, tidur dan merokok, merokok ini dilakukan untuk mengurangi perasaan negatif misalnya ketika seorang merasa marah, gelisah, cemas ataupun stres karena beban sekolah mereka akan mengkonsumsi rokok untuk mengurangi perasaan mereka dan membuat pikiran menjadi tenang karena semakin tinggi tingkat stres seseorang maka semakin tinggi juga tingkat perilaku merokok seseorang. Anafsiani (2012) mengatakan salah satu penyebab ana usia sekolah nakal karena tidak memiliki sistem nilai sebagai pedoman dalam kehidupannya. Dengan demikian, mereka sangat mudah untuk mengadopsi sesuatu yang ada di lingkungan masyarakat tanpa menyaring terlebih dahulu. Untuk itu sekolah sebagai penyelenggara pendidikan formal harus mengubah sistem

pengajaran yang lebih menekankan pada aspek kognitif, ke sistem pengajaran yang seimbang antara kognektif, afektif dan psikomotorik. Perpaduan ketiga aspek tersebut akan memberikan bekal pada siswa untuk hidup dalam masyarakat. Penggarapan aspek afektif (sikap, minat, sistem nilai, apresiasi) akan berdampak positif terhadap perilaku siswa. Perilaku merokok ini dilakukan untuk mengurangi perasaan negatif misalnya ketika seseorang merasa marah, stres, gelisah ataupun cemas, mereka mengkonsumsi rokok untuk mengurangi perasaanperasaan tersebut (Giannokopoulos et al, 2010).

Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Bintari (2015), Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-laki Di Desa Candirenggo Ayah. Stikes Muhammadiyah Gombang yang mengatakan bahwa ada hubungan antara singkat stress dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki.

5. Hubungan antara teman sebaya dan kejenuhan belajar terhadap perilaku merokok di SMP X Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menggunakan Uji Chi Square, didapatkan hasil p value = 0,000 ($<0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan teman sebaya terhadap perilaku merokok. Teman sebaya merupakan salah satu faktor yang dapat memberikan pengaruh terhadap perilaku merokok remaja. Remaja yang memiliki teman merokok memiliki kecenderungan untuk menjadi perokok. Hal ini karena mereka kesehariannya terbiasa dengan keadaan tersebut. Keadaan tersebut didukung hasil penelitian Riandinata (2018) bahwa remaja saat bersama terkadang mengumpulkan uang bersama "patungan" untuk membeli rokok, dan tidak jarang mereka menawari teman mereka untuk merokok bersama. Teman sebaya sebagai lingkungan sosial bagi remaja mempunyai peranan. Teman sebaya memberikan sebuah dunia tempat para remaja melakukan sosialisasi dalam suasana yang mereka ciptakan (Santrock, 2007). Anggarwati (2014) menyatakan bahwa interaksi teman sebaya yang positif kurang dapat menimbulkan perilaku merokok pada remaja, akan tetapi interaksi teman sebaya yang negatif akan mempengaruhi perilaku merokok pada

remaja. Mohammed, dkk (2010) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa teman dekat yang memiliki kebiasaan merokok memiliki dampak yang besar pada perilaku merokok pada individu. Penelitian Bahrudin (2017) menunjukkan bahwa banyaknya responden yang ingin diterima dalam semua pergaulan menunjukkan karakteristik siswa berdasarkan hubungan sosial atau kelompok. Remaja yang memiliki teman yang merokok memiliki kecenderungan untuk berperilaku merokok jika dibandingkan dengan remaja yang tidak memiliki teman yang merokok.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menggunakan Uji Chi Square, didapatkan hasil p value = 0,038 ($<0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan kejenuhan belajar terhadap perilaku merokok. Menurut Ji & Zhang (2011) kondisi belajar merupakan faktor yang mempengaruhi stres dikarenakan tugas yang menumpuk, cara mengatur waktu serta metode belajar. Menurut (Christyanti, 2010) umumnya pada remaja, tekanan yang dialami adalah tekanan psikologis dimana seorang remaja memiliki berbagai tuntutan akademis yang harus dihadapi dan remaja yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap tuntutan akademisnya cenderung memiliki stres yang tinggi.

KETERBATASAN PENELITIAN

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti memiliki kekurangan dalam pelaksanaannya yaitu :

1. Pada saat melakukan penelitian situasi kurang kondusif karena waktu penelitian mendekati jam pulang sekolah
2. Dalam melakukan penelitian ini, peneliti kurang tenaga pembantu karena kelas VII terdapat 9 ruangan dan tenaga pembantu berjumlah 6 orang.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Gambaran karakteristik remaja di SMP X dengan kategori umur 14 tahun sebanyak 65 orang

2. Gambaran teman sebaya pada remaja di SMP X lebih banyak ada pengaruh sebanyak 96 orang
3. Gambaran kejenuhan pada remaja di SMP X menunjukkan bahwa terdapat nilai cukup sebanyak 104 orang

4. Gambaran perilaku merokok pada remaja di SMP X menunjukkan bahwa terdapat tidak merokok sebanyak 72 orang

5. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menggunakan Uji Chi Square, didapatkan p value = 0,000 ($< 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan teman sebaya terhadap perilaku merokok

6. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menggunakan Uji Chi Square, didapatkan hasil p value = 0,038 ($<0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan kejenuhan belajar terhadap perilaku merokok.

Saran

1. Bagi siswa

- a. Bagi siswa diharapkan bisa memilih teman sebaya yang berperilaku positif agar tidak meniru kebiasaan merokok.

- b. Bagi siswa diharapkan bisa mengatasi kejenuhan belajar dengan cara mengikuti kegiatan yang positif, misalnya aktif dikegiatan organisasi dan berolahraga agar mengalihkan kejenuhan belajarnya pada perilaku yang positif. atau belajar kelompok agar bisa bertukar pikiran dengan teman lainnya.

2. Bagi institusi

Bagi SMP X perlu adanya peningkatan bimbingan konseling bagi siswa, baik yang mempunyai masalah pada akademiknya maupun non akademik agar siswa bisa mengaplikasikan koping kejenuhan belajarnya lebih efektif, dan perlu adanya peraturan agar siswa tidak keluar dari lingkungan sekolah pada saat jam sekolah.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan penelitian yang sejenis. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian ulang dengan mengembangkan variable atau faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi perilaku merokok pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

Ali, M. (2011). Psikologi remaja: perkembangan

- peserta didik. (edisi 7). Jakarta: PT Bumi Akasara
- Amalia, Shinta. (2017). Hubungan Antara Stres Akademik dengan Perilaku Merokok Mahasiswa. IAIN Salatiga. Skripsi: Salatiga
- Anafsiani, I. (2012). Perilaku Menyimpang di Kalangan Remaja, diakses dari : <http://www.slideshare.net/serex23/perilaku-menyimpang-di-kalangan-remaja>.
- Anggarwati. (2014). Hubungan Antara Interaksi Teman Sebaya Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja. Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Aula, Lisa Ellizabet. (2010). Stop Merokok (Sekarang atau Tidak Sama Sekali!). Yogyakarta: Garailmu.
- Bahrudin. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Merokok Pada Anak Usia Remaja Madya (15-18 Tahun). Universitas Islam Negeri Alaudin. Skripsi: Makasar
- Bintari (2015), Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-laki Di Desa Candirenggo Ayah. Stikes Muhammadiyah Gombang
- Bobby.(2016). Dampak Merokok Bagi Kesehatan”, Admedika Health.
- Christyanti, D. (2010). Hubungan Antara Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik dengan Kecenderungan Stress Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya. Skripsi.
- Endra. (2012). Seminar Sehari Hidup Sehat Tanpa Rokok. Jakarta: Unika Atmajaya
- Fatmawati. (2018). Hubungan Antara Kejenuhan Belajar dengan Stres Akademik. Psikoborneo. 6 (4)
- Gaol, N. T. L. (2006). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. Buletin Psikologi. 24(1).
- Giannokopoulos et al, (2010). Emotional, Behavioural Problems and Cigarette Smoking in Adolescence; Findings of a Greek Cross-Sectional Study
- Haustein, & Groneberg. (2010). Tobacco or Health? 2nd Edition. Berlin: Springer
- Hutami, R. (2019). Hubungan Konsep Diri dan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Merokok Remaja SMK PANCA BHAKTI BANJARNEGARA
- Irlas, D.L., Pertusa, M.G., Guijarro, A.B., & Carbonell, M.J.F. (2013). Parent and peer influence models in the onset of adolescent smoking. Health and Addictions, 13 (10), 59-66.
- Ji & Zhang. (2011). Research on College Students Stresses and Coping Strategies. Asian Social Science, 7(10).
- Journal of Health Promotion and Behavior (2017), 2(2): 148-158
<https://doi.org/10.26911/thejhp.2017.02.02.05>
- M. Ali, M. Asrori. (2010). Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Mason, M.J., Mennis, J., & Schmidt, C.D. (2011). A social operational model of urban adolescents' tobacco and substance use: A mediational analysis (dalam proses cetak). Journal of Adolescence, 34(5):1055-63.
- Novitasari. (2009). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap perilaku Merokok Remaja di SMK Negeri 02 YOGYAKARTA. Skripsi : STIKES Aisyiyah Yogyakarta.
- Purwatiningsih, E. (2015). Hubungan anrata kelompok teman sebaya, iklan rokok dengan perilaku merokok pada remaja (kelas 10) di SMK YPT 1 Purbalingga. Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Skripsi: Purwokerto.
- Riandinata. (2018). Hubungan Lingkungan Keluarga dan Teman Sebaya dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Usia 18-20 Tahun di Desa Gonilan Kartasura. Artikel Ilmiah. Universitas Muhammadiyah Purwakarta.
- Risda A. (2016). Hubungan Tingkat Stress Dengan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Semester Tujuh Di Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- Riyanto, A. (2011). Aplikasi metodologi penelitian kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Santrock, J.W. (2007). Remaja Jilid 2. Jakarta : Erlangga.

- Sari, (2015).
<http://eprints.ums.ac.id/36510/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>.
- Soekanto, Soerjono. (2006). Sosiologi suatu pengantar. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sulastomo E. (2012). Persepsi Merokok di Kalangan Pelajar SMK Pelayaran Putra Samudra. Yogyakarta: Stikes Al Islam
- Suwangsa , K. (2010). Hubungan Gaya Hidup dengan Perilaku Merokok pada Remaja di SMU Negeri 2 Manado. (Tidak dipublikasikan)
- WHO. (2015). World Health Organisation
- Yusuf Syamsu. (2009). Psikologi Perkembangan anak & Remaja, Bandung; Remaja Rosdakarya.

Lampiran Tabel

Tabel 1 Frekuensi Karakteristik Responden di SMP X Berdasarkan Umur (n=154)

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Umur	13 Tahun	62	40,3
	14 Tahun	65	42,2
	15 Tahun	22	14,3
	16 Tahun	4	2,6
	17 Tahun	1	0,6

Tabel 2 Distribusi Perilaku Merokok Pada Remaja di SMP X (n=154)

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Perilaku merokok	Tidak merokok = 0 batang/hari	72	46,8
	Perokok ringan = 1-4 batang/hari	55	35,7
	Perokok sedang = 5-14 batang/hari	22	14,3
	Perokok berat = >15 batang/hari	5	3,2

Tabel 3 Distribusi Teman Sebaya Pada Remaja di SMP X (n = 154)

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Teman sebaya	Ada pengaruh ($\leq 50\%$)	96	62,3
	Tidak ada pengaruh ($\geq 50\%$)	58	37,7

Tabel 4 Distribusi Kejenuhan Belajar Pada Remaja di SMP X (n = 154)

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Kejenuhan belajar	Tinggi	36	23,4
	Cukup	104	67,5
	Kurang	14	9,1
	Baik	0	0