



**HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN  
MOTIVASI BERHENTI MEROKOK PADA REMAJA DI MTS  
AL HAMIDIYYAH WRINGINJAJAR**

**Skripsi**

**Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan**

Oleh:

**Annisa Lutfiana**

**NIM : 30902200040**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2025**



**HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN  
MOTIVASI BERHENTI MEROKOK PADA REMAJA DI MTS  
AL HAMIDIYYAH WRINGINJAJAR**

**Skripsi**

**Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan**

Oleh:

**Annisa Lutfiana**

**NIM : 30902200040**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2025**


## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME


Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika kemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Univeritas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, 19 Januari 2025

Mengetahui,  
Wakil Dekan I

Peneliti

  
Dr. Ns. Sri Wahyuni, M.Kep., Sp.Kep.Mat  
NUPTK.9941753654230092

  
Annisa Lutfiana  
30902200040



**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN MOTIVASI  
BERHENTI MEROKOK PADA REMAJA DI MTS  
AL HAMIDIYYAH WRINGINJAJAR**

Dipersiapkan dan disusun oleh :


Nama : Annisa Lutfiana

NIM : 30902200040

Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada :

Pembimbing I

Tanggal : 9 Desember 2025

  
Dr. Iwan Ardian, S.KM., M.Kep  
NUPTK.1154752653130093

**UNISSULA**

جامعة سلطان أبجويج الإسلامية

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN MOTIVASI  
BERHENTI MEROKOK PADA REMAJA DI MTS  
AL HAMIDIYYAH WRINGINJAJAR**

Disusun oleh :

Nama : Annisa Lutfiana  
NIM : 30902200040

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 11 Desember 2025  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

Ns. Nutrisia Nu'im Haiya, S. Kep., M. Kep.  
NUPTK. 3441758659230142



Penguji II,

Dr. Iwan Ardian, S. KM., S.Kep., M. Kep.  
NUPTK.1154752653130093



Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan



Dr. Iwan Ardian, S. KM., S.Kep., M. Kep.  
NUPTK.1154752653130093

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**  
**Skripsi, Oktober 2025**

**ABSTRAK**

Annisa Lutfiana

**HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN MOTIVASI  
BERHENTI MEROKOK PADA REMAJA DI MTS AL HAMIDIYYAH  
WRINGINJAJAR**

9x halaman + 7 tabel + 11 lampiran

**Latar Belakang:** Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap perilaku merokok akibat pengaruh lingkungan, khususnya teman sebaya. Dukungan teman sebaya dapat berperan sebagai faktor pendorong maupun penghambat untuk memotivasi berhenti merokok. Motivasi berhenti merokok penting untuk membentuk perilaku hidup sehat dan mencegah dampak buruk kesehatan jangka panjang.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan teman sebaya dengan motivasi berhenti merokok pada remaja di MTs Al Hamidiyyah Wringinjajar.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sebanyak 55 siswa kelas 9 yang dipilih dengan sampel lengkap menjadi populasi penelitian. Tes Richmond untuk motivasi berhenti merokok dan kuesioner dukungan teman sebaya digunakan untuk mengumpulkan data. Uji Somers' d dengan tingkat signifikansi 0,05 digunakan untuk menganalisis data.

**Hasil:** Sebagian besar responden menunjukkan motivasi untuk berhenti merokok pada kelompok sedang (67,3%) dan dukungan teman sebaya pada kategori cukup (61,8%). Dukungan teman sebaya dan motivasi untuk berhenti merokok memiliki korelasi yang signifikan dan kuat, menurut uji Somers' d, yang menunjukkan nilai  $p = 0,001$  dan  $r = 0,618$ .

**Simpulan:** Dukungan dari teman sebaya dan keinginan untuk berhenti merokok memiliki korelasi yang signifikan. Remaja lebih cenderung termotivasi untuk berhenti merokok jika mereka memiliki dukungan teman sebaya yang semakin tinggi.

**Kata Kunci:** Dukungan Teman Sebaya, Motivasi Berhenti Merokok, Remaja

**Daftar Pustaka:** 25

**BACHELOR OF SCIENCE IN NURSING**  
**FACULTY OF NURSING SCIENCE**  
**SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG**  
**Bachelor's Thesis, October 2025**

**ABSTRACT**

Annisa Lutfiana

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER SUPPORT AND MOTIVATION TO  
QUIT SMOKING AMONG ADOLESCENTS AT MTS AL HAMIDIYYAH  
WRINGINJAJAR**

9x pages + 7 tables + 11 appendices

**Background:** Adolescents are vulnerable to smoking behavior due to environmental influences, especially peer groups. Peer support may either encourage or hinder efforts to stop smoking. Motivation to quit smoking is essential for promoting a healthy lifestyle and preventing long-term health risks.

**Objective:** This study aims to analyze the relationship between peer support and motivation to quit smoking among adolescents at MTs Al Hamidiyyah Wringinjajar.

**Method:** This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. A total of 55 ninth-grade students, selected using a full sample, constituted the research population. The Richmond test for smoking cessation motivation and a peer support questionnaire were used to collect data. Somers' d test with a significance level of 0.05 was used to analyze the data.

**Results:** Most respondents showed motivation to quit smoking in the moderate group (67.3%) and peer support in the fairly sufficient category (61.8%). Peer support and motivation to quit smoking have a significant and strong correlation, according to the Somers' d test, which indicated a p-value = 0.001 and  $r = 0.618$ .

**Conclusion:** Support from peers and the desire to quit smoking have a significant correlation. Adolescents are more likely to be motivated to quit smoking if they have increasing peer support.

**Keywords:** Peer Support, Quit Smoking Motivation, Adolescents.

**Bibliographies:** 25

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Berhenti Merokok Di MTs Al Hamidiyyah Wringinjajar” sebagai salah satu syarat untk menyelesaikan Program Studi S1 Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Gunarto., M. Hum selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dr. Iwan Ardian, SKM.,M.Kep., Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula dan selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan dukungan, arahan, serta masukan selama penyusunan skripsi.
3. Dr. Ns. Dwi Retno Sulistyaningsih, M.Kep., Sp.Kep.MB, selaku Kaprodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung.
4. Ns. Nutrisia Nu'im Haiya, M.Kep, selaku Dosen Penguji yang telah memberikan arahan, dan masukan yang berharga dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen pengajar dan staf Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada peneliti selama menempuh studi.

6. Cinta pertama dan panutanku, Abah Hasim dan pintu surgaku Mama Sutriyatun. Dua orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis, dua orang yang selalu mengusahakan anak pertamanya ini menempuh pendidikan setinggi-tingginya. Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang di berikan. Beliau memang tidak sempat merasakan bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, mendukung dan selalu menjadi tempat berpulang paling ternyaman bagi penulis. Terimakasih untuk do'a yang beliau panjatkan selama ini sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
7. Kepada ke dua adik tercinta, Irfan dan Nafis. Terimakasih atas canda, tawa,dukungan dan telah menjadi motivasi bagi penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
8. Sahabat terbaik semasa kuliah, terimakasih telah menjadi sahabat terbaik semasa perkuliahan ini dan terimakasih untuk dukungan serta segala bantuan selama penulis menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman – teman S1 keperawatan Angkatan 22 dan juga departemen komunitas terimakasih atas suka dan dukanya yang telah kita lalui, semoga kita semua menjadi orang sukses.
10. Terakhir, terimakasih kepada diri saya sendiri Annisa lutfiana karena tidak menyerah dan tetap berjuag dalam keadaan apapun. Terimakasih sudah berusaha keras sekuat tenaga dan sabar dalam menghadapi banyaknya rintangan dan cobaan. Terimakasih sudah tetap kuat dan tetap mau untuk bertahan hingga saat ini.

Penulis menyadari bahwa didalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kritik dan saran sangat diharapkan untuk mencapai hasil yang lebih baik. semoga laporan ini dapat memberikan manfaat bagi penulis pada khususnya dan dapat menambah wawasan pembaca pada umumnya.

Semarang, 19 Juni 2025  
Penulis

Annisa Lutfiana



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Bagi Siswa.....	4
2. Bagi Institusi Pendidikan.....	5
3. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Merokok.....	6
1. Definisi Merokok.....	6
2. Tahapan Perilaku Merokok.....	6
3. Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Merokok.....	8
B. Motivasi Berhenti Merokok.....	10
1. Definisi Motivasi.....	10

2.	Motivasi Berhenti Merokok .....	10
3.	Tahapan Berhenti Merokok.....	11
4.	Faktor yang Mempengaruhi Motivasi untuk Berhenti Merokok... 13	
C.	Teori Dukungan Teman Sebaya .....	16
1.	Definisi Dukungan Teman Sebaya.....	16
2.	Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	17
3.	Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	18
4.	Karakteristik Kelompok Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	19
5.	Indikator Dukungan Teman Sebaya .....	19
D.	Dukungan Teman Sebaya terhadap Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja .....	20
E.	Kerangka Teori.....	23
F.	Hipotesis .....	23
1.	Hipotesis Alternatif (Ha) .....	23
2.	Hipotesis Nol (Ho) .....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....		24
1.	Kerangka Konsep .....	24
1.	Variabel Penelitian .....	24
1.	Independent Variabel (Variabel Bebas) .....	24
2.	Dependent Variabel (Variabel Terikat) .....	24
1.	Desain Penelitian .....	25
1.	Populasi dan Sampel.....	25
1.	Populasi Penelitian .....	25
2.	Sampel Penelitian .....	25
3.	Teknik Pengambilan Sampel.....	26
1.	Tempat dan Waktu.....	26
1.	Tempat Penelitian .....	26
2.	Waktu Penelitian .....	26
1.	Definisi Operasional.....	26
1.	Instrumen/Alat Pengumpulan Data .....	27
1.	Instrumen Penelitian.....	27

2.	Uji Validitas dan Reabilitas.....	28
1.	Metode Pengumpulan Data .....	30
1.	Data Primer.....	30
2.	Data Sekunder .....	30
1.	Pengolahan dan Analisis Data .....	31
1.	Pengolahan Data.....	31
2.	Analisa Data .....	31
1.	Etika Penelitian.....	33
1.	Lembar Persetujuan (Informed Consent) .....	33
2.	Kerahasiaan (Confidentiality) .....	33
3.	Tahap Nama (Anonymity).....	33
4.	Manfaat (Beneficence).....	33
5.	Tidak Membahayakan Subjek Penelitian (Non Maleficence).....	34
6.	Kejujuran .....	34
7.	Keadilan.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN .....		35
A.	Pengantar Bab.....	35
B.	Karakteristik Responden.....	35
1.	Usia Siswa .....	35
2.	Usia Siswa Mulai Merokok .....	36
3.	Sudah Berapa Lama Siswa Merokok .....	36
C.	Analisis Univariat.....	37
1.	Dukungan Teman Sebaya pada Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar .....	37
2.	Motivasi Berhenti Merokok Pada Siswa MTs Al Hamidiyyah Wringin Jajar .....	37
D.	Analisis Bivariat .....	38
1.	Uji Somer'd .....	38
BAB V PEMBAHASAN .....		40
A.	Pengantar BAB.....	40
B.	Interprestasi dan Diskusi Hasil.....	40

1. Usia saat ini .....	40
2. Usia mulai merokok .....	41
3. Lama merokok pada siswa .....	42
4. Dukungan Teman Sebaya pada Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar .....	43
5. Motivasi berhenti merokok pada Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar .....	45
6. Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja Di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar .....	46
C. Implikasi Keperawatan .....	48
D. Keterbatasan Peneliti .....	49
BAB VI PENUTUP .....	50
A. Kesimpulan .....	50
B. Saran .....	51
DAFTAR PUSTAKA .....	53
LAMPIRAN .....	56



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	23
Gambar 3.1. Kerangka Konsep .....	24



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.	Definisi Operasional .....	26
Tabel 4.1.	Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Berdasarkan Usia (n=55) .....	35
Tabel 4.2.	Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Berdasarkan Usia Mulai Merokok (n=55) .....	36
Tabel 4.3.	Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Berdasarkan Sudah Berapa Lama Merokok (n=55) .....	36
Tabel 4.4.	Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Berdasarkan Dukungan Teman Sebaya (n=55) .....	37
Tabel 4.5.	Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Berdasarkan Motivasi Berhenti Merokok (n=55) .....	37
Tabel 4.6.	Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar (N=55) .....	38



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Izin Survey Pendahuluan
- Lampiran 2. Surat Lolos Uji Etik
- Lampiran 3. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Instrumen Penelitian
- Lampiran 6. Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 7. Hasil Pengolahan Data SPSS
- Lampiran 8. Catatan Hasil Konsultasi/Bimbingan
- Lampiran 9. Izin Adaptasi Kuesioner
- Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 11. Daftar Riwayat Hidup



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Merokok adalah tindakan menghisap rokok dan menghirup asapnya, yang juga dapat dihirup oleh orang-orang di sekitarnya. Meskipun merokok telah terbukti berbahaya, orang-orang dari segala usia dan jenis kelamin terus merokok dan menjadi kebiasaan. Karena sifat adiktif dari bahan kimia dalam rokok, sehingga menimbulkan ketergantungan dan membuat perokok sulit untuk berhenti (Prasetyo & Hasyim, 2022). Tidak hanya itu, merokok juga membahayakan orang lain melalui asap rokok yang tersebar di lingkungan, baik di tempat umum maupun di rumah (Fadul, 2019).

Secara global, jumlah perokok terus meningkat. Pada tahun 2019, Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), penggunaan tembakau menyebabkan lebih dari 8 juta kematian setiap tahun. Sekitar 10% perokok di seluruh dunia dan 20% kematian terkait tembakau terjadi di negara-negara ASEAN. Survei yang dilakukan pada tahun 2013 dan 2018 mengungkapkan bahwa merokok tembakau masih marak di Indonesia, bahkan di kalangan anak di bawah umur. Di Jawa Tengah, persentase orang di atas usia 15 tahun yang merokok adalah 27,70% pada tahun 2020, dibandingkan dengan 33,8% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018; Badan Pusat Statistik, 2020).

Telah diketahui bahwa rokok sangat membahayakan kesehatan bagi perokok aktif dan pasif. Menurut badan kesehatan dunia (WHO) (2020), antara tahun 2013 dan 2018, persentase remaja berusia 10 hingga 18 tahun yang merokok naik dari 7,2% menjadi 9,1%, meningkat sekitar 20%. Data dari Global Youth Tobacco Survey GYTS (2019) hal ini mengungkapkan bahwa 40,6% pelajar Indonesia (berusia 13 hingga 15 tahun), 2 dari 3 anak laki-laki, dan 1 dari 5 anak perempuan telah bereksperimen menggunakan tembakau; 19,2% pelajar merokok, dan 60,6% dari mereka bahkan tidak dilarang membeli rokok karena usia mereka, serta dua pertiga dari mereka dapat membeli rokok secara eceran. Menurut data SKI dari tahun 2023, kelompok perokok utama adalah 56,5% (berusia 15–19) dan 18,4% (berusia 10–14).

Remaja sudah merupakan masa meniru, remaja yang belajar tentang merokok dari teman sebaya atau orang tua cenderung menirunya. Remaja juga terpengaruh untuk mulai merokok oleh orang tua atau teman sebaya mereka (Hastin, 2020). Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa mayoritas teman sekelas responden mendorong, yang mempengaruhi remaja untuk mengambil tindakan berbeda agar sesuai dengan kelompok sosial mereka.

Teman sebaya yang mendukung mampu membantu mengurangi tekanan sosial untuk merokok, sekaligus memberikan motivasi bagi remaja untuk berhenti. Dinamika hubungan dalam kelompok teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan remaja untuk berhenti merokok. Penelitian menunjukkan bahwa kelompok teman sebaya yang mendorong perilaku sehat lebih efektif dalam membantu anggotanya untuk

berhenti merokok dibandingkan dengan kelompok yang cenderung permisif terhadap kebiasaan tersebut Hidayati dkk. (2019) Temuan ini menyoroti pentingnya menciptakan lingkungan sosial yang mendukung perubahan perilaku. Dukungan dari teman sebaya tidak hanya memberikan dorongan motivasi, tetapi juga meningkatkan rasa percaya diri remaja untuk mengambil langkah konkret dalam menghentikan kebiasaan merokok. Dalam konteks kebijakan dan intervensi, pemahaman mengenai keterkaitan antara dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok sangat krusial.

Study pendahuluan yang dilakukan di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar pada tanggal 29 April 2025 yaitu peneliti menyerahkan surat izin survey pendahuluan kepada Kepala Sekolah MTs Al Hamidiyyah WringinJajar dan peneliti meminta data siswa laki-laki kelas 9, kemudian melakukan wawancara kepada beberapa siswa. Dari data tersebut ditemukan 55 total siswa laki-laki kelas 9 di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar. Hasil wawancara menunjukkan bahwa setiap siswa merokok. Peneliti bermaksud menyelidiki "Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya dan Motivasi untuk Berhenti Merokok pada Remaja di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar" berdasarkan kejadian ini.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, dapat dirumuskan “Apakah Ada Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja Di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan teman sebaya dengan motivasi berhenti merokok pada remaja di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan Karakteristik responden meliputi: usia saat ini, usia mulai merokok, dan sudah berapa lama merokok.
- b. Mendeskripsikan dukungan teman sebaya untuk berhenti merokok di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar.
- c. Mendeskripsikan tingkat motivasi remaja untuk berhenti merokok di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar.
- d. Mengaalisis hubungan teman sebaya dengan motivasi berhenti merokok di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Siswa**

- a. Menambah pemahaman tentang pentingnya dukungan teman sebaya dalam memotivasi mereka untuk berhenti merokok.

- b. Memberikan inspirasi untuk membangun lingkungan pertemanan yang positif dan mendukung kebiasaan sehat.

## **2. Bagi Institusi Pendidikan**

- a. Memberikan data empiris untuk menyusun program pencegahan dan intervensi merokok di kalangan remaja.
- b. Memperkuat kebijakan pendidikan kesehatan yang melibatkan peran teman sebaya.

## **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

- a. Menjadi referensi untuk penelitian lanjutan terkait peran hubungan sosial dalam perilaku merokok.
- b. Membuka peluang eksplorasi faktor lain, seperti dukungan keluarga atau lingkungan, dalam konteks berhenti merokok.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Konsep Merokok

##### 1. Definisi Merokok

Menghisap gulungan tembakau yang dibungkus kertas terbakar atau daun nipah, kemudian menarik asap ke dalam tubuh dan mengembuskannya kembali, adalah tindakan merokok. Orang-orang merokok di tempat umum dan bahkan di lingkungan kita sendiri setiap hari (Sekeronej, Sajia, & E, 2020).

Tindakan membakar tembakau dan menghirup zat kimia disebut sebagai perilaku merokok. Tindakan memutuskan untuk merokok itu sendiri, gaya merokok, kedalaman inhalasi, serta kecepatan dan frekuensi merokok hanyalah beberapa dari banyak karakteristik dan penentu yang membentuk perilaku merokok (Riyadi & Handayani, 2021).

##### 2. Tahapan Perilaku Merokok

Tahapan kebiasaan merokok dibagi menjadi empat tahapan menurut Komalasari *et al* (2020), diantaranya:

###### a. Tahapan *preparatory*

Tahap awal atau persiapan ketika seseorang mendengar, melihat, atau membaca sesuatu yang memberikan kesan positif terhadap perilaku merokok, mereka akan lebih cenderung untuk mengikuti perilaku tersebut.

b. Tahapan *initiation*

Tahap ini, yang juga dikenal sebagai fase inisiasi, adalah saat seseorang memutuskan apakah akan terus merokok atau berhenti.

c. Tahapan *becoming a smoker*

Pada tahap ini, seseorang telah menjadi perokok, yang ditunjukkan dengan mengonsumsi empat batang rokok atau lebih per hari.

d. Tahapan *maintaining of smoking*

Ketika merokok telah berkembang menjadi kebiasaan dan sarana pengendalian diri, itu dilakukan untuk kesenangan (Fadul, 2019).

Terdapat 3 Teori dalam Perubahan perilaku Kesehatan (Yuhdi, 2017) antara lain:

a. *Health Belief Model*

Berdasarkan 3 faktor: kesediaan seseorang untuk mengubah perilakunya guna mencegah penyakit dan menurunkan risiko kesehatan; adanya lingkungan yang aman dan mendukung; dan perilaku individu itu sendiri. Ketiga variabel ini dipengaruhi oleh elemen tambahan yang berkaitan dengan kepribadian seseorang, lingkungan sekitar, dan pengalaman dengan fasilitas serta layanan medis.

b. *Teori Reasoned Action (TRA)*

Teori ini menyatakan perilaku individu dipengaruhi oleh sikap dan norma subjektif. Teori Perilaku yang Direncanakan, yang menyatakan bahwa masa lalu adalah salah satu dari beberapa variabel yang mungkin memengaruhi perilaku individu, dikembangkan dari teori TRA.

c. *Transteoretikal Model*

Teori ini, perilaku seseorang dapat berubah dalam enam tahap, yaitu sebagai berikut: Prakontemplasi adalah fase di mana seseorang belum menyadari suatu masalah atau kebutuhan untuk berubah. Tahap kontemplasi terjadi ketika seseorang menyadari adanya masalah tetapi masih enggan untuk bertindak. Persiapan adalah jendela peluang untuk melanjutkan atau kembali ke tahap sebelumnya. Tahap di mana seseorang melakukan perubahan disebut aksi. Mempertahankan perubahan perilaku yang baru dipelajari untuk menghindari kambuh dikenal sebagai pemeliharaan. Kekambuhan adalah titik di mana kambuh terjadi, sehingga perlu memulai ulang proses perubahan.

### **3. Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Merokok**

Kebiasaan merokok remaja sering dipengaruhi oleh faktor internal, terutama sifat kepribadian yang dapat menyebabkan perilaku abnormal. Lingkungan sosial, yang mencakup pengaruh orang tua dan teman sebaya, merupakan salah satu penyebab utama merokok. Misalnya,

kebiasaan merokok di antara teman dan keluarga, serta media dan iklan tentang rokok, tampaknya memiliki dampak yang lebih besar terhadap remaja laki-laki.(Maria & Filomena, 2022).

Dua pengaruh terbesar terhadap kecenderungan remaja untuk merokok adalah tekanan teman sebaya dan gejala depresi. Dari sudut pandang psikologis, merokok biasanya memberi remaja rasa kebebasan dan kedewasaan. Selain itu, faktor fisiologis seperti ketergantungan nikotin dalam rokok juga signifikan. Lingkungan remaja, termasuk orang tua, saudara, teman yang merokok, dan iklan rokok, semuanya berkontribusi pada penguatan praktik ini. (Mahabbah *et al.*, 2019)

Beberapa faktor lain juga memengaruhi penggunaan rokok menurut Sodik (2018), antara lain:

a. Faktor Sosial

Faktor sosial dibentuk oleh lingkungan, termasuk keluarga, tetangga, dan teman sebaya. Ini berperan signifikan dalam prevalensi merokok. Seseorang yang bukan perokok dapat terpengaruh untuk merokok hanya karena bergaul dengan orang yang merokok.

b. Faktor Psikologis

Faktor psikologis mencakup dorongan seseorang untuk merokok sebagai cara untuk mengurangi kecemasan dan ketegangan. Keterikatan psikologis terhadap merokok seringkali berasal dari kebutuhan untuk menemukan kebahagiaan secara sederhana dan efektif.

### c. Faktor Genetik

Faktor genetik juga dapat memengaruhi kecenderungan seseorang untuk mengembangkan kecanduan tembakau. Variabel lain, seperti pengaruh iklan media yang menampilkan perokok sebagai orang yang tampan dan maskulin, dapat berdampak pada aspek biologis ini dan mendorong orang untuk mengadopsi kebiasaan merokok.

## B. Motivasi Berhenti Merokok

### 1. Definisi Motivasi

Keinginan internal seseorang, baik yang sadar maupun tidak sadar, untuk bertindak dengan tujuan tertentu dikenal sebagai motivasi. Andreani (2017) mendefinisikan motivasi sebagai dorongan internal yang timbul dari kebutuhan yang mendorong dan membimbing tindakan seseorang untuk mencapai tujuan tertentu.

### 2. Motivasi Berhenti Merokok

Perokok remaja sering memulai karena rasa ingin tahu atau tekanan dari teman-teman di lingkungan sekitar mereka. Merokok setiap hari dapat menyebabkan kecanduan dan menjadi sumber kesenangan bagi perokok. Demikian pula, seseorang yang memahami efek negatif dan bahaya kesehatan dari merokok dapat memanfaatkan pengetahuan itu sebagai motivasi untuk berhenti. Kehendak untuk berhenti merokok adalah upaya atau dorongan internal untuk menjalani hidup yang lebih sehat dengan mengurangi penggunaan rokok, disertai dukungan

eksternal untuk memperkuat keinginan untuk berhenti. Tujuannya adalah untuk berhenti merokok guna mencegah penyakit. Hal ini dilakukan untuk menghindari bahaya kesehatan yang ditimbulkan oleh bahan adiktif dalam rokok.

Motivasi intrinsik dan ekstrinsik adalah dua kategori motivasi. Penelitian menemukan bahwa kesadaran diri dan niat yang kuat merupakan contoh dorongan intrinsik. Sementara itu, penelitian menemukan bahwa keluarga, kesehatan, dan uang merupakan contoh motivasi ekstrinsik.

Barus (2012) mengutip Marquis dan Huston (2000) yang mengatakan bahwa ada dua jenis faktor yang memengaruhi motivasi berhenti merokok: faktor intrinsik dan faktor eksternal. Usia, pengetahuan, nilai, dan persepsi adalah contoh pengaruh intrinsik; lingkungan dan anggota keluarga dekat adalah contoh faktor eksternal.

### 3. Tahapan Berhenti Merokok

Perubahan perilaku dijelaskan oleh sejumlah teori, termasuk "Model Transtheoretical." Menurut hipotesis ini, seorang perokok harus melalui sejumlah fase perilaku sebelum benar-benar berhenti, seperti:

#### a. *Pre contemplation*

Seseorang pada titik ini belum memiliki rencana untuk berhenti merokok. Mereka mungkin tidak memiliki dorongan atau niat untuk berhenti merokok karena mereka tidak menyadari, mungkin sedang dalam penolakan psikologis, dan tidak siap untuk

berubah dalam waktu dekat. Karena motivasi mereka tidak ada atau sangat rendah, tingkat ini dianggap rendah.

b. *Contemplation*

Pada tahap ini, orang-orang mulai menyadari efek berbahaya dari merokok, dan mereka mulai berniat untuk berhenti, tetapi mereka tidak yakin bagaimana melakukannya secara efektif. Akibatnya, tahap ini mungkin memakan waktu lama; misalnya, keberhasilan mungkin tidak tercapai hingga enam bulan. Tahap ini diklasifikasikan sebagai sedang karena orang tersebut telah mulai menyadari perlunya berhenti merokok tetapi belum melakukannya karena mereka tidak tahu bagaimana caranya.

c. *Preparation*

Pada tahap preparation ini, seseorang dianggap mampu untuk berhenti merokok karena mereka telah menyadari kemungkinan untuk melakukannya dan berniat untuk memulai dalam 30 hari ke depan, namun mereka masih belum dapat melakukannya karena adanya hambatan. Tahap ini diklasifikasikan sebagai tahap menengah karena masih ada hambatan yang dapat membuat seseorang yang telah berniat untuk berhenti merokok mulai merokok kembali.

d. *Action*

Pada tahap ini, seseorang telah membuat keputusan untuk mengambil tindakan karena mereka sudah merasakan manfaat dari

berhenti merokok. Mereka sudah mampu mengatasi tantangan yang terkait dengan niat mereka untuk berhenti merokok, dan pencapaian ini terjadi dalam waktu kurang dari enam bulan. Karena anak-anak sudah bisa mengatur diri mereka sendiri dan memilih untuk tidak merokok, tingkat ini dikategorikan sebagai tinggi.

e. *Maintenance*

Tahap maintenance ini, seseorang telah berhasil berhenti merokok, tetapi mereka masih rentan untuk kembali pada dorongan untuk merokok, oleh karena itu mereka membutuhkan bantuan terus-menerus dari orang-orang di sekitarnya untuk tetap menjauhi rokok. Karena orang tersebut telah berhasil berhenti merokok, tahap ini dianggap tinggi karena mencerminkan perubahan selama periode enam bulan atau lebih.

#### 4. Faktor yang Mempengaruhi Motivasi untuk Berhenti Merokok

a. Usia

Orang dewasa memutuskan apakah akan berhenti merokok atau tidak berdasarkan pertimbangan kesehatan; ini juga terkait dengan fakta bahwa orang dewasa lebih memahami masalah dan fungsi kesehatan dibandingkan remaja. Namun, menurut Saputra & Sary (2013) dalam Jurnal Kesehatan Masyarakat, dorongan seorang remaja untuk berhenti merokok biasanya muncul dan tinggi karena efek positif dari teman dekat, keluarga, dan teman sekelas yang tidak

merokok. Hal ini berkaitan dengan pandangan dan perilaku remaja yang masih berkembang.

b. Nilai dan persepsi

Heikkinen et al. (2010) di Finlandia, mayoritas peserta penelitian menyatakan bahwa merokok tidak berbahaya atau mengancam jiwa, oleh karena itu mereka terus meyakinkan para peneliti bahwa merokok tidak memiliki efek negatif pada kehidupan mereka atau kehidupan orang-orang di sekitar mereka.

c. Pengetahuan

Ali (2014) menjelaskan hal ini dengan mengatakan bahwa seseorang yang menyadari risiko yang terkait dengan merokok akan memiliki pemicu internal untuk menahan diri dari merokok. Orang dewasa muda sudah mampu mengarahkan, mengendalikan, dan membimbing perilaku, menurut Yuliadi & Nugroho (2013). Bahkan perilaku yang salah pun dapat dicegah dengan pengendalian diri. Selain itu, Jaelani (2013) menjelaskan bahwa pengendalian diri dan agama memiliki korelasi yang signifikan, dengan meningkatnya pengendalian diri seseorang seiring dengan tingkat kepatuhan beragamanya. Palupi (2013) melanjutkan dengan mengatakan bahwa keyakinan agama remaja mendorong pengendalian diri yang kuat dan menjaga mereka agar tidak berperilaku buruk.

d. Kontrol diri

Machali (2014), seseorang dengan pengendalian diri yang kuat cenderung berperilaku baik dan bisa menahan diri dari melakukan hal-hal yang dapat memiliki konsekuensi yang merugikan di kemudian hari.

e. Lingkungan

Teman memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan dengan elemen sosial dan lingkungan, yang menjelaskan mengapa tidak ada korelasi antara faktor lingkungan teman sebaya dan motivasi untuk berhenti merokok. Menurut Hartati (2014), teman sebaya memiliki dampak besar dalam kehidupan remaja. Remaja terus-menerus berusaha memodifikasi diri mereka sendiri dan menyesuaikan keyakinan mereka dengan kelompoknya agar tetap diterima. Pramintari, Hastuti, dan Djameludin (2014), perilaku merokok remaja lebih kuat berkorelasi dengan teman sebaya. Sekain itu, Kilo, Rahim, and Kau (2014) menemukan bahwa selama masa remaja, teman memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap sikap dan tindakan daripada keluarga. Menurut hipotesis kohesivitas atau keterikatan, remaja lebih kohesif dengan teman sebayanya daripada dengan keluarga mereka. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2015), teman sebaya memiliki kekuatan korelasi yang lebih kuat dalam mempengaruhi intensitas merokok seseorang daripada orang tua, yang juga menunjukkan

bahwa mereka berhasil mempertahankan perilaku merokok tanpa keinginan untuk berhenti.

## C. Teori Dukungan Teman Sebaya

### 1. Definisi Dukungan Teman Sebaya

Dini & Iswanto (2019) mendefinisikan dukungan sosial sebagai dukungan emosional dari teman, keluarga, dan pengasuh di saat-saat sulit. Seseorang yang tidak mendapatkan dukungan emosional dan fungsional akan sakit dan kehilangan motivasi, sementara mereka yang mendapat dukungan terbukti meningkatkan kesehatannya dan mampu memberikan dampak positif bagi orang lain. Pentingnya hubungan sosial dengan teman dan keluarga ditunjukkan melalui perubahan kesehatan dan kesejahteraan individu.

Peer yang dikemukakan oleh Arnet dalam Fauziyah & Ariati (2015) itu adalah kumpulan orang yang berusia sama dan memiliki beberapa hal yang sama. Dukungan sosial teman sebaya menurut Pradana & Susilawati (2019) adalah dukungan verbal atau nonverbal dalam bentuk pengetahuan dan perbuatan membantu dari kelompok atau individu yang berada pada tingkat usia dan kematangan yang sama. Ini dapat membuat penerimanya merasa dicintai, nyaman, diperhatikan, dan dihormati..

Kelompok sebaya memiliki pengaruh terhadap perkembangan sosial dan emosional remaja. Menurut Buhrmester, kelompok sebaya menawarkan empati, arah moral, pemahaman, sumber kasih sayang, dan

lingkungan untuk mencoba mendapatkan kelonggaran dari orang tua. Robinson melanjutkan dengan mengatakan bahwa tekanan teman sebaya juga dapat muncul dari interaksi remaja dengan teman-temannya (Puspitasari *et al.*, 2010).

## 2. Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan sosial teman sebaya adalah bantuan sosial yang berasal dari teman sebaya dan dapat memberikan remaja nasihat tentang cara berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Selain itu, dukungan ini dapat memberikan umpan balik tentang perilaku remaja dalam konteks sosial dan kelompok mereka serta memberi mereka kesempatan untuk mencoba berbagai peran dalam penyelesaian krisis guna mengembangkan identitas diri yang sebaik mungkin. Menurut penelitian oleh Adi Saputro *et al.*, (2021) Ditemukan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya dan motivasi belajar memiliki korelasi positif yang signifikan, artinya motivasi belajar meningkat seiring dengan adanya dukungan sosial dari teman sebaya dan sebaliknya.

Dukungan teman sebaya dapat dirasakan dengan melihat beberapa aspek. Mz & Marhani (2020) mengelompokkan ada empat aspek dukungan yang bisa diberikan oleh teman sebaya, yaitu:

- a. Dukungan emosional, yaitu bantuan berupa kasih sayang, kehangatan, perhatian, pengasuhan, mempercayai orang lain, serta menunjukkan empati dan simpati kepada orang lain.

- b. Dukungan penghargaan, Penghargaan atau penilaian yang menguntungkan terhadap orang, dorongan atau kesepakatan dengan keyakinan, ide, atau pemikiran orang lain, serta perbandingan positif dengan orang lain adalah semua cara untuk memberikan dukungan melalui apresiasi.
- c. Dukungan informasi, yaitu pemberian informasi, saran, nasehat, ataupun feed back tentang apa yang seharusnya dilakukan oleh individu lain yang memerlukan.
- d. Dukungan instrumental, merujuk pada bantuan langsung, seperti meminjamkan uang atau membantu pekerjaan, untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu.

### 3. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut Reis dalam Mei (2019) Penerimaan seseorang terhadap dukungan sosial teman sebaya dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu:

- a. Keintiman, Daripada faktor lainnya, kedekatan adalah sumber utama dukungan sosial dari teman sebaya. Seseorang akan menerima lebih banyak dukungan dalam pertemuan sosial jika mereka lebih akrab.
- b. Harga diri, Individu yang memiliki harga diri tinggi akan melihat menerima bantuan dari orang lain sebagai cara yang dapat mengurangi nilai diri mereka sendiri karena hal itu menunjukkan bahwa mereka tidak lagi mampu bekerja secara mandiri.
- c. Keterampilan sosial, Individu yang banyak berinteraksi secara sosial akan memiliki keterampilan sosial yang kuat dan, sebagai hasilnya,

jaringan sosial yang besar. Di sisi lain, orang dengan jaringan sosial yang kecil memiliki kemampuan sosial yang buruk.

#### 4. Karakteristik Kelompok Dukungan Sosial Teman Sebaya

Kelompok dukungan teman sebaya memiliki tiga karakteristik yang berbeda:

4. Tidak memiliki struktur organisasi yang terdefinisi dengan baik.

Kelompok sebaya sering memiliki status yang sama dan terbentuk secara spontan, bahkan jika salah satu anggota ditunjuk sebagai pemimpin kelompok.

4. Sementara struktur itu sendiri terbentuk ketika tidak ada struktur yang jelas. Kelompok ini tidak akan ada lama, dan siapa pun yang merasa tidak terjangkau atau tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan akan bebas untuk pergi.

4. Anggota adalah teman sebaya yang biasanya terhubung berdasarkan usia, tingkat kedewasaan, dan minat yang sama. (Ilma, 2020)

#### 5. Indikator Dukungan Teman Sebaya

Park Butges Butges dalam Ilma (2020), Indikator dukungan teman sebaya yang dapat digunakan sebagai salah satu variabelnya.

Pertama, kerja sama sangat penting karena mempermudah penyelesaian tugas dan mendorong keharmonisan melalui pertukaran ide yang mungkin menghasilkan konsep baru atau solusi untuk masalah.

Kedua, kompetisi adalah sebuah kontes di mana seseorang atau kelompok sosial bersaing untuk menang atau mendapatkan hasil yang kompetitif tanpa menggunakan kekerasan atau kontak fisik

Ketiga, konflik sosial antara individu atau kelompok yang berupaya mencapai tujuan dengan mengorbankan individu atau kelompok lain.

#### **D. Dukungan Teman Sebaya terhadap Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja**

Dukungan teman sebaya memiliki peran penting dalam proses berhenti merokok, terutama di kalangan remaja. Teman sebaya merupakan kelompok sosial yang sangat berpengaruh terhadap pembentukan sikap dan perilaku remaja, termasuk dalam keputusan untuk merokok atau berhenti merokok. Kehadiran teman sebaya yang mendukung dapat meningkatkan motivasi remaja untuk mengubah perilaku merokok menjadi perilaku hidup sehat.

Dalam penelitian Putri & Nurhayati (2019) berjudul "Hubungan Antara Dukungan Sosial Sebaya dan Keinginan untuk Berhenti Merokok pada Remaja Sekolah Menengah," remaja yang menerima dukungan sosial dari teman sebaya mereka lebih mungkin daripada mereka yang tidak ingin berhenti merokok.

Berikut adalah beberapa jenis dukungan teman sebaya yang signifikan untuk motivasi berhenti merokok antara lain:

### 1. Dukungan Emosional

Teman sebaya memberikan rasa empati, penguatan, dan semangat kepada individu yang berusaha berhenti merokok. Dukungan ini dapat meningkatkan kepercayaan diri dan keyakinan individu untuk meninggalkan rokok (Sari & Fadli, 2020).

### 2. Dukungan Informasional

Dukungan ini berupa pemberian informasi, saran, atau nasihat mengenai bahaya rokok dan cara berhenti merokok. Karena kedekatan dan usia yang sebanding, teman sebaya seringkali berkembang menjadi sumber informasi yang dapat diandalkan. (Woelandari, 2020)

### 3. Dukungan Instrumental

Dukungan nyata seperti menemani teman ke layanan konseling berhenti merokok, mengajak beraktivitas positif, atau menjauhkan dari lingkungan perokok sangat membantu proses berhenti merokok (Putri & Nurhayati, 2019).

### 4. Tekanan Sosial Positif (Normatif)

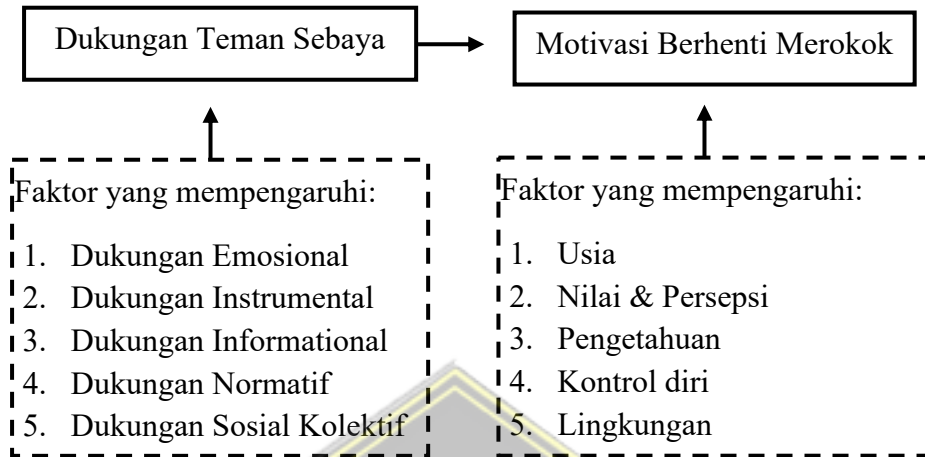
Kelompok sebaya dapat memberikan tekanan sosial yang bersifat positif, seperti pujian saat tidak merokok atau ajakan untuk bergabung dalam lingkungan bebas rokok. Hal ini menciptakan norma kelompok yang mendukung perilaku sehat (Sari & Fadli, 2020).

Beberapa penelitian menyebutkan bahwa remaja yang memiliki dukungan kuat dari teman sebayanya lebih cenderung memiliki motivasi

yang tinggi untuk berhenti merokok. Dukungan ini juga membantu mereka mempertahankan perilaku tersebut agar tidak kembali merokok.



## E. Kerangka Teori



Keterangan :

————— : Variabel yang diteliti

- - - - - : Variabel yang tidak diteliti

**Gambar 2.1.** Kerangka Teori  
(Setyaningrum, 2020) & (Lestari, 2018)

## F. Hipotesis

### 1. Hipotesis Alternatif (Ha)

Ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan motivasi berhenti merokok di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar.

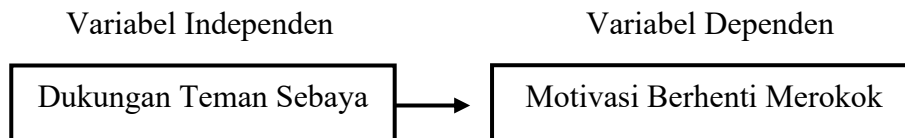
### 2. Hipotesis Nol (Ho)

Tidak ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan motivasi berhenti merokok di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 1. Kerangka Konsep



**Gambar 3.1.** Kerangka Konsep

#### 1. Variabel Penelitian

Penelitian ini memiliki 2 variabel yaitu dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok.

##### 1. *Independent Variabel* (Variabel Bebas)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau menyebabkan perubahan atau munculnya variabel terikat (Indah, 2023).

Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah dukungan teman sebaya.

##### 2. *Dependent Variabel* (Variabel Terikat)

Variabel dependen disebut juga output, kriteria, dan hasil, dalam Bahasa Indonesia sering disebut juga sebagai variabel terikat. Variabel dependen adalah salah satu yang dipengaruhi atau dihasilkan oleh variabel independent (Indah, 2023). Dalam penelitian ini variabel dependennya adalah motivasi berhenti merokok pada remaja.

## 1. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif observasional dengan menggunakan metode *cross-section*. Dalam penelitian *cross-section*, pengukuran dilakukan sekali untuk menentukan apakah variabel independen (faktor risiko) dan variabel dependen saling berhubungan (Sastroasmoro dan Ismael, 2014). Pengukuran atau observasi yang dilakukan hanya sekali, secara bersamaan, dan tanpa kebutuhan tindak lanjut disebut sebagai "pengukuran satu kali" (Dahlan, 2015).

## 1. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi Penelitian

Populasi adalah domain generalisasi dimana terdiri atas item/subjek dengan kuantitas yang telah ditentukan serta serangkaian analisis dari penelitian yang dapat ditarik kesimpulan (Indah, 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 9 MTs Al Hamidiyyah WringinJajar sebanyak 55 siswa.

### 2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik suatu populasi (Indah, 2023). *Sampling total* adalah metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini. Metode *total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi.

### 3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan teknik *total sampling* dan dibagi menjadi beberapa bagian yaitu kriteria inklusi dan kriteria eksklusi sebagai berikut:

#### a. Kriteria Inklusi

- 1) Responden bersekolah di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar
- 2) Merupakan perokok aktif
- 3) Bersedia menjadi responden dan mengikuti prosedur yang ada

#### b. Kriteria eksklusi

- 1) Responden sedang menjalani terapi berhenti merokok

### 1. Tempat dan Waktu

#### 1. Tempat Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar

#### 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli sampai September 2025.

### 1. Definisi Operasional

**Tabel 3.1. Definisi Operasional**

No.	Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	<b>Variabel Independent :</b> Dukungan Teman Sebaya	Kelompok teman bermain yang memiliki karakter yang sama seperti umur, dan perilaku.	Kuesioner Dukungan teman sebaya	1. Tidak mendukung : 20 - 35 2. Kurang mendukung : 36 – 50 3. Cukup mendukung : 51 – 65 4. Mendukung : 66 – 80	Ordinal

No.	Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
2	<b>Variabel Dependent :</b> Motivasi Berhenti Merokok	Motivasi berhenti merokok adalah keinginan atau dorongan yang ada pada diri seseorang untuk berhenti merokok.	Kuesioner Motivasi berhenti merokok <i>Richmond Test</i>	1. Skor 10 : motivasi tinggi 2. Skor 7 – 9 : motivasi sedang 3. Skor 0 – 6 ; motivasi rendah	Ordinal

## 1. Instrumen/Alat Pengumpulan Data

### 1. Instrumen Penelitian

Ananda (2022) menjelaskan instrumen penelitian ialah sebuah alat yang digunakan dalam mengukur nilai dari variabel yang diteliti. Kuesioner digunakan sebagai alat penelitian untuk merujuk pada isi kerangka konseptual penelitian. Alat ukur tersebut digunakan dalam mengetahui dukungan teman sebaya & motivasi berhenti merokok pada siswa ketika menyusun skripsi. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner sebagai berikut:

#### a. Kuesioner Data Demografi

Kuesioner data demografi digunakan untuk mengidentifikasi karakteristik responde meliputi nama siswa (inisial), dan umur.

#### b. Kuesioner Dukungan Teman Sebaya

Kuesioner yang berisi pertanyaan sebanyak 20 pertanyaan yang terdiri dari pertanyaan positive dan negative. Untuk pertanyaan positive apabila menjawab Sangat Setuju (SS) skor 4, Setuju (S) skor 3, Tidak Setuju (TS) skor 2, Sangat Tidak Setuju (STS) skor 1. Untuk pertanyaan negative apabila menjawab Sangat Setuju (SS)

skor 1, Setuju (S) skor 2, Tidak Setuju (TS) skor 3, Sangat Tidak Setuju (STS) skor 4.

c. Kuesioner Motivasi Berhenti Merokok

Kuesioner motivasi berhenti merokok yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Richmond Test*. Kuesioner ini telah dialih bahasakan oleh Nasir (2014) dan didapatkan dari penelitian Astiti (2015). Kuesioner penelitian ini terdiri dari 4 pernyataan dan hasil penghitungan jawaban diberikan skor dengan kategori skor 0 – 6 motivasi rendah, skor 7 – 9 motivasisedang, dan skor 10 motivasi tinggi. Skala pengukuran pada kuesioner ini adalah skala ordinal.

## 2. Uji Validitas dan Reabilitas

### a. Uji Validitas

Uji coba dilaksanakan dengan menyebarkan kuesioner pada beberapa partisipan bukan subyek riset serta mempunyai kesamaan ciri khas subyek penelitian. Hasil uji coba kuesioner kemudian dianalisa validitas maupun reliabilitasnya, pengujian validitas bertujuan mendapati keakuratan alat ukur yang dipakai. Pengujian dapat dilaksanakan dengan memanfaatkan uji person product moment yaitu perbandingan  $r$  hitung sama  $r$  tabel. Apabila  $r$  hitung  $> r$  tabel pengamatan dinyatakan valid, Jika  $r$  hitung  $< r$  tabel pengamatan dinyatakan tidak valid (Hasbi, 2023).

b. Uji Reabilitas

Reabilitas mengacu pada pemahaman yang artinya suatu alat bisa cukup handal untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena bagus. Alat yang baik bukanlah endensis yang meminta responden memilih jawaban tertentu. Reliable yang artinya bisa dipercaya sehingga dapat diandalkan (Hasbi, 2023). Pengujian reabilitas pada penelitian ini memakai rumus AlphaCronbach.

Untuk mengetahui reabilitas tersebut, dikonsultasikan dengan cara konvensional adalah dengan menguraikan nilai Cronbach Alpha lebih besar dari 0,60 maka dianggap dapat diandalkan.

Kuesioner motivasi berhenti merokok yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Richmond Test*. Kuesioner ini telah dialih bahasakan oleh Nasir (2014) dan dilakukan uji validitas dan reliabilitas ulang oleh Astiti (2015). Uji validitas ini menggunakan rumus *Pearson Product Moment Correlation* dimana nilai r tabel 0,666 dengan taraf signifikan sebesar 5%. Hasil uji validitas didapatkan 4 item yang dinyatakan valid. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha dengan nilai 0,899 sehingga instrument dikatakan realibel.

## 1. Metode Pengumpulan Data

### 1. Data Primer

Data primer merupakan sebuah data yang ditemukan secara langsung dari sumber penelitian yaitu siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar.

### 2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data penunjang atau pendukung dari sebuah data primer, yang memiliki keterhubungan dengan penelitian topik yang dibahas.

Data sekunder ini biasanya dikumpulkan dari tahapan seperti :

- a. Peneliti mengajukan surat permohonan penelitian pada universitas untuk melaksanakan penelitian di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar.
- b. Peneliti mengajukan surat permohonan penelitian pada Kepala MTs Al Hamidiyyah WringinJajar.
- c. Peneliti mendapatkan surat permohonan untuk melakukan penelitian di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar.
- d. Peneliti meminta izin kepada siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Kelas 9 untuk melakukan observasi pendahuluan.
- e. Peneliti menjelaskan prosedur penelitian kepada siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Kelas 9 yang akan menjadi responden.
- f. Peneliti menyebarkan kuesioner untuk diisi oleh siswa.
- g. Peneliti menilai kuesioner scoring yang diisi oleh siswa.

- h. Sesudah selesai, kuesioner dikembalikan untuk diperiksa dan dilihat hasilnya.

## 1. Pengolahan dan Analisis Data

Setelah memperoleh data dilakukan pengolahan data. Menurut Indah (2023) Langkah-langkah dalam pengolahan data antara lain:

### 1. Pengolahan Data

#### a. Pengecekan Data (*Editing*)

Memeriksa isi formulir atau daftar periksa untuk memastikan bahwa jawaban akurat, dapat dipahami, tepat waktu, dan konsisten.

#### b. Pengkodean (*Coding*)

Proses mengubah data huruf menjadi data numerik atau angka untuk memudahkan analisis data dan mempercepat pemasukan data.

#### c. Memasukkan Data (*Entry*)

Peneliti memasukkan data kedalam komputer selama tahap prosedur yang digunakan untuk analisis *Statistical Package for the Sciences* (SPSS).

#### d. Pembersihan Data (*Cleaning*)

Data yang tidak memenuhi standar dimusnahkan setelah peneliti memeriksa kembali data tersebut untuk melihat apakah ada ketidakakuratan.

### 2. Analisa Data

Pengolahan dan analisis data menggunakan program komputer SPSS (*Statistical Package for the Science*) versi 27.00, meliputi:

a. Analisis Univariat

Analisis univariat bermaksud untuk memahami atau menggambarkan setiap variabel eksplorasi. Biasanya pemeriksaan ini menciptakan sirkulasi dan level setiap variabel (Hasbi, 2023). Analisa univariat pada penelitian ini yaitu prosentase subyek menurut dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok pada remaja.

b. Analisis Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk melihat hubungan antara dua variabel, khususnya variabel independent dan variabel dependent (Hasbi, 2023). Analisis bivariat bersifat simetris, artinya variabel x dan y dapat berinteraksi satu sama lain, dan mengukur tingkat korelasi antara 3 variabel dalam skala ordinal, maka digunakan uji Somers 'd (Suparyanto dan Rosad (2015, 2020). Rahman (2019), nilai P sebesar 0,000 atau kurang dari 0,05 menunjukkan hubungan yang substansial antara kedua variabel yang sedang dipertimbangkan, sedangkan nilai P sebesar 0,05 atau lebih menunjukkan tidak ada hubungan tersebut. Uji korelasi Somers 'd juga dapat menunjukkan seberapa kuat hubungan korelasi positif, yaitu seberapa signifikan variabel lain ketika nilai data satu variabel lebih tinggi. Jika korelasinya negatif, itu menandakan bahwa nilai variabel lain menurun ketika nilai satu variabel meningkat. Rahman (2019) mengklaim bahwa ukuran yang populer tentang seberapa dekat hubungan dua variabel adalah nilai kekuatan korelasi ( $r$ ):

0 : Tidak ada Korelasi  
 0,00 – 0,24 : Sangat Lemah  
 0,25 – 0,49 : Cukup Kuat  
 0,50 – 0,74 : Kuat  
 0,75 – 0,99 : Sangat Kuat  
 1 : Sempurna

## 1. Etika Penelitian

### 1. Lembar Persetujuan (*Informe Consent*)

Peneliti dalam memenuhi kaidah ini mencantumkan persetujuan dalam google form dan sebaran link yang bertuliskan “jika responden memilih lanjutkan ke bagian berikutnya, artinya responden bersedia mengikuti penelitian ini.”

### 2. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Peneliti dalam memenuhi kaidah ini, informasi atau hal-hal lain yang diperoleh dari responden akan dijaga dan ditangani secara rahasia oleh peneliti. Informasi tidak ada responden yang akan dibagikan atau dikirim ke pihak lain.

### 3. Tahap Nama (*Anonymity*)

Peneliti hanya memasukkan inisial responden dari pada nama mereka untuk melindungi privasi mereka.

### 4. Manfaat (*Benefience*)

Peneliti dalam memenuhi kaidah ini, responden menjadi lebih tahu mengenai bahaya merokok dan sangat memungkinkan responden untuk berhenti merokok.

### 5. Tidak Membahayakan Subjek Penelitian (*Non Malefience*)

Peneliti dalam memenuhi kaidah ini, peneliti hanya memberikan kuesioner secara offline yang cenderung tidak berbahaya dibandingkan dengan memberikan suatu intervensi tertentu.

### 6. Kejujuran

Peneliti dalam memenuhi kaidah ini, peneliti mengolah semua data dari responden dengan jujur dan tidak ada suatu data yang ditambah atau dikurangi.

### 7. Keadilan.

Peneliti dalam memenuhi kaidah ini, peneliti memberikan kuesioner yang sama untuk responden agar adil dan tidak ada yang berbeda.



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Pengantar Bab

Penelitian ini, sebagaimana telah diuraikan sebelumnya dan bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan dukungan teman sebaya dengan motivasi berhenti merokok pada remaja di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar penelitian ini telah dilaksanakan di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar. Penelitian ini dilakukan pada minggu ke 3 di bulan Agustus 2025 dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner.

Karakteristik responden, analisis univariat, dan analisis bivariat dimuat dalam temuan penelitian berjudul “ Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja Di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar”.

#### B. Karakteristik Responden

Karakteristik responden bertujuan untuk mendeskripsikan responden yang sedang diteliti meliputi usia saat ini, usia mulai merokok, dan sudah berapa lama merokok.

##### 1. Usia Siswa

**Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Berdasarkan Usia (n=55)**

Usia Responden	Frekuensi	%
14 Tahun	29	52,7 %
15 Tahun	26	47,3%
Jumlah	55	100,0

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 55 responden, sebagian besar berusia 14 tahun, yaitu sebanyak 29 siswa (52,7%), sedangkan sisanya 26 siswa (47,3%) berusia 15 tahun.

## 2. Usia Siswa Mulai Merokok

**Tabel 4.2.** Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Berdasarkan Usia Mulai Merokok (n=55)

Mean	SD	Min-Maks
11,69	0,879	10-13

Tabel 4.2 diperoleh bahwa hasil rata-rata (mean) usia siswa mulai merokok adalah 11,69 tahun dengan standar deviasi (SD) sebesar 0,879, serta usia termuda mulai merokok adalah 10 tahun dan usia tertua 13 tahun.

## 3. Sudah Berapa Lama Siswa Merokok

**Tabel 4.3.** Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Berdasarkan Sudah Berapa Lama Merokok (n=55)

Usia Responden	Frekuensi	%
1 Tahun	8	14,5%
2 Tahun	13	23,7%
3 Tahun	19	34,5%
4 Tahun	12	21,8%
5 Tahun	3	5,5%
Jumlah	55	100,0%

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 55 responden, sebagian besar telah merokok selama 3 tahun, yaitu sebanyak 19 siswa (34,5%) . Kemudian 13 siswa (23,7%) telah merokok selama 2 tahun, dan 12 siswa (21,8%) telah merokok selama 4 tahun. Sedangkan yang paling sedikit adalah siswa yang merokok, yaitu selama 5 tahun, yaitu

sebanyak 3 siswa (5,5%). Hal ini menggambarkan bahwa sebagian besar responden telah merokok selama 2-3 tahun.

### C. Analisis Univariat

#### 1. Dukungan Teman Sebaya pada Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar

**Tabel 4.4.** Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Berdasarkan Dukungan Teman Sebaya (n=55)

Dukungan Teman Sebaya	Frekuensi	Persentase %
Kurang	9	16,4%
Cukup	34	61,8%
Tinggi	12	21,8%
Total	55	100,0%

Tabel 4.4 hasil data dari 20 pertanyaan tentang dukungan teman sebaya, siswa yang memiliki tingkat dukungan teman sebaya kurang sebesar 16,4% dengan jumlah 9 orang, sedangkan siswa yang memiliki tingkat dukungan teman sebaya cukup sebesar 61,8% dengan jumlah 34 orang, dan siswa yang memiliki tingkat dukungan teman sebaya tinggi sebesar 21,8% dengan jumlah 12 orang.

#### 2. Motivasi Berhenti Merokok Pada Siswa MTs Al Hamidiyyah Wringin Jajar

**Tabel 4.5.** Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar Berdasarkan Motivasi Berhenti Merokok (n=55)

Motivasi Berhenti Merokok	Frekuensi	Persentase %
Rendah	12	21,8%
Sedang	37	67,3%
Tinggi	6	10,9%
Total	55	100,0%

Tabel 4.5 hasil data dari 4 pertanyaan tentang motivasi berhenti merokok, dengan jumlah siswa sebanyak 55 siswa, terdapat siswa yang memiliki tingkat motivasi rendah sebesar 21,8% ada 12 orang, sedangkan yang memiliki tingkat motivasi sedang sebesar 67, 3% ada 37 orang, dan yang memiliki tingkat motivasi tinggi sebesar 10,9% ada 6 orang.

#### D. Analisis Bivariat

##### 1. Uji Somer'd

Berdasarkan korelasi antara dukungan teman sebaya dengan motivasi berhenti merokok.

**Tabel 4.6.** Distribusi Frekuensi Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar (N=55)

Dukungan	Motivasi			Total	r	p
	Rendah	Sedang	Tinggi			
Kurang	7	2	0	8	0,618	0,001
Cukup	5	28	1	34		
Tinggi	0	7	5	12		
N	12	37	6	55		

Tabel 4.6 Jika peserta didik MTs Al Hamidiyyah WringinJajar memiliki dukungan teman sebaya yang cukup mendukung dengan motivasi berhenti merokok yang sedang sebanyak 55 responden. Berdasarkan analisa dan dengan uji *somers'd* dihasilkan nilai signifikasi (*p-value*) berjumlah 0,001 dimana artinya *p-value* <0,05.

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  di tolak, yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan

teman sebaya dengan motivasi berhenti merokok. Untuk mengetahui keeratan suatu hubungan antara dua variabel dapat dilihat pada kolom *Correlation Coefficient* yaitu 0,618 yang menunjukkan hubungan kuat dengan arah positif. Artinya, semakin tinggi dukungan teman sebaya, maka motivasi siswa untuk berhenti merokok juga semakin meningkat.



## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Pengantar BAB**

Bab ini menjelaskan hasil dari peneliti mengenai hubungan dukungan teman sebaya dengan motivasi berhenti merokok pada remaja di MTs Alhamidiyyah Wringinjajar. Penelitian ini dilakukan dengan melibatkan 55 responden yang berasal dari kelas IX MTs Alhamidiyyah Wringinjajar .

#### **B. Interpretasi dan Diskusi Hasil**

Penelitian ini meneliti beberapa karakteristik responden yaitu usia saat ini, usia mulai merokok dan sudah berapa lama merokok. Hasil uji dari karakteristik responden akan dijelaskan sebagai berikut :

##### **1. Usia saat ini**

Hasil penelitian yang telah dilakukan di MTs Alhamidiyyah Wringinjajar melibatkan sebanyak 55 responden dan menunjukkan sebagian usia saat ini berada pada kisaran 14 tahun sebanyak 29 siswa, sedangkan sisanya sebanyak 26 siswa berusia 15 tahun. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Parham *et al.* (2024) remaja awal, yang berusia antara 12 - 15 tahun, adalah tahap antara masa kanak-kanak dan remaja yang ditandai dengan rasa ingin tahu yang intens dan kemauan untuk mencoba aktivitas baru, termasuk merokok. Kemampuan remaja untuk mengendalikan diri dan menerima tekanan lingkungan sosial, terutama dari teman sebaya, dipengaruhi oleh usia.

Menurut Satria Gobel *et al.*, (2020) yang menunjukkan bahwa dengan memberikan pendidikan kesehatan akan meningkatkan pengetahuan mereka tentang bahaya merokok dan membantu mereka mengubah kebiasaan mereka sehingga dapat berhenti merokok. Ketika remaja telah menerima informasi kesehatan tentang bahaya merokok, mereka akan berusaha mengubah kebiasaan mereka untuk berhenti merokok. Orang tua seharusnya lebih berperan aktif untuk mendukung dan memberikan arahan, remaja juga harus lebih cermat dalam memilih teman dan cermat dalam mengisi waktu luang untuk digunakan dengan kegiatan yang positif. Kebanyakan perokok mulai merokok saat di usia remaja. Ini karena perkembangan usia dan pribadi biasanya mendorong seseorang cenderung mencoba berbagai hal termasuk hal yang negatif seperti merokok (Devi 2019).

## **2. Usia mulai merokok**

Hasil penelitian yang telah dilakukan di MTs Alhamidiyyah Wringinjajar melibatkan sebanyak 55 responden ikut serta dalam penelitian di MTs Alhamidiyyah Wringinjajar, dan usia tertua saat mereka mulai merokok adalah 13 tahun, sedangkan usia termuda adalah 10 tahun. Mayoritas mulai merokok pada usia 11 - 12 tahun.

Hasil ini sejalan dengan laporan Global Youth Tobacco Survey (GYTS, 2019) yang menunjukkan bahwa sebagian besar perokok pemula di Indonesia mulai merokok pada usia 11–13 tahun. Salah satu penyebab tingginya angka ini adalah kemudahan akses terhadap rokok,

lemahnya pengawasan, serta kuatnya normalisasi merokok di masyarakat. Merokok pada remaja dimulai dari adanya suatu kecenderungan atau sikap yang lebih mengarah pada tindakan untuk melakukan aktivitas merokok. Perlu adanya penanaman konsep berpikir pada remaja untuk bersikap antisipatif dan preventif pada rokok, sehingga remaja akan berpikir bahwa rokok sangat membahayakan dari berbagai aspek. Proses pemikiran yang tepat pada suatu objek akan memunculkan kecenderungan untuk berperilaku, terutama pada hal ini adalah merokok. Remaja yang memiliki pemikiran tepat bahwa merokok akan menimbulkan banyak masalah kesehatan, cenderung menghindari rokok (Febria Savitry, 2020). Menurut teori social learning Bandura, remaja meniru perilaku orang-orang di dekatnya, terutama teman sebaya. Ketika seorang remaja melihat teman-temannya merokok, ia cenderung menirunya agar diterima dalam kelompok. Inilah yang menyebabkan usia mulai merokok menjadi lebih muda.

### **3. Lama merokok pada siswa**

Hasil penelitian yang telah dilakukan di MTs Alhamidiyyah Wringinjajar melibatkan sebanyak 55 responden, sebagian besar telah merokok selama 3 tahun yaitu sebanyak 19 siswa. Kemudian 13 siswa telah merokok selama 2 tahun dan 12 siswa telah merokok selama 4 tahun. Sedangkan yang paling sedikit yang merokok selama 5 tahun yaitu sebanyak 3 siswa.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Mahabbah *et al.* (2019), lama merokok yang panjang biasanya terjadi karena adanya pengaruh lingkungan, terutama teman sebaya dan keluarga yang juga merokok. Ketika perilaku merokok sudah menjadi kebiasaan harian, maka remaja akan lebih sulit untuk berhenti meskipun memiliki keinginan. Dari sisi psikologis, kebiasaan merokok dalam jangka panjang masuk ke dalam fase *maintaining of smoking* sebagaimana dijelaskan Komalasari (2020), yaitu fase ketika merokok dilakukan bukan karena ingin mencoba, tetapi karena sudah menjadi kebutuhan dan kebiasaan yang sulit dilepaskan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Septiani *et al.*, 2022) Penelitian lain memperlihatkan bahwa responden terbanyak dengan parameter lamanya merokok ialah yang merokok selama 1-5 tahun sebanyak 18 orang (60%). Jumlah rokok terbanyak yang dikonsumsi responden ialah 10-19 batang per hari dengan jumlah responden 19 orang (63,3%). Responden terbanyak dengan parameter usia pertama merokok ialah yang merokok pada usia 11-15 tahun sebanyak 14 orang (46,7%). Responden dengan klasifikasi terbanyak ialah perokok sedang sebanyak 19 orang (63,3%).

#### **4. Dukungan Teman Sebaya pada Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar**

Hasil penelitian yang telah dilakukan di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar melibatkan sebanyak 55 responden berpartisipasi dalam

penelitian di MTs Alhamidiyyah Wringinjar. 9 siswa memiliki dukungan teman sebaya yang rendah, 34 memiliki dukungan teman sebaya yang sedang, dan 12 memiliki dukungan teman sebaya yang tinggi, berdasarkan jawaban dari 20 pertanyaan tentang dukungan teman sebaya.

Dukungan sosial dari teman sebaya adalah bantuan sosial yang berasal dari teman sebaya dan dapat memberikan remaja nasihat tentang cara berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Selain itu, dukungan ini dapat memberikan masukan tentang bagaimana remaja berperilaku dalam konteks sosial dan kelompok mereka serta memberi mereka kesempatan untuk mencoba berbagai peran dalam penyelesaian krisis guna mengembangkan rasa diri mereka sebaik mungkin (Adi Saputro *et al.*, 2021)

Penelitian ini diperkuat oleh Putri & Nurhayati (2019) yang menemukan bahwa motivasi remaja untuk berhenti merokok meningkat secara signifikan dengan dukungan teman sebaya. Teman sebaya berperan sebagai sumber motivasi, penguat, dan pengingat. Penelitian Ayyubi *et al.* (2024) ini juga menyatakan bahwa dukungan teman sebaya dapat mengurangi tekanan teman sebaya untuk merokok. Akan lebih mudah bagi remaja untuk berhenti merokok jika teman-temannya mendorong pilihan gaya hidup sehat daripada jika mereka dikelilingi oleh perokok.

## 5. **Motivasi berhenti merokok pada Siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar**

Hasil penelitian yang telah dilakukan di MTs Alhamidiyyah Wringinjajar melibatkan sebanyak 55 responden, hasil data dari 4 pertanyaan tentang motivasi berhenti merokok berada pada tingkat yang bervariasi. Sebagian besar siswa memiliki motivasi berhenti merokok pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa siswa sudah memiliki keinginan untuk berhenti merokok namun motivasi tersebut belum sepenuhnya kuat dan masih memerlukan dorongan. Selain itu, masih terdapat siswa dengan motivasi rendah yang kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lingkungan, pergaulan, serta kurangnya pemahaman tentang dampak merokok. Kondisi ini menunjukkan perlunya peran sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi dan pendampingan agar motivasi berhenti merokok pada siswa dapat meningkat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Andi (Erika Putri *et al.* (2021) yang mendapatkan Hasil wawancara yaitu siswa memiliki motivasi rendah untuk berhenti merokok karena kurangnya edukasi kesehatan yang diterima dari tenaga kesehatan untuk dapat mengetahui dampak dan bahaya merokok . Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Indah Oktarita *et al.*, 2017) yang menemukan bahwa sebagian besar responden memiliki motivasi buruk yang disebabkan karena beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi

secara berbeda pada pria dan wanita. Tingkat stres memengaruhi motivasi pada wanita, sedangkan informasi tentang bahaya merokok dan proses perubahan perilaku memengaruhi motivasi pada pria. Wanita mungkin lebih termotivasi untuk berhenti merokok daripada pria karena karakteristik internal ini. (Oktarita *et al.*, 2019).

#### **6. Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja Di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar**

Setelah dilakukan penelitian MTs Al Hamidiyyah WringinJajar memiliki dukungan teman sebaya yang cukup mendukung dengan motivasi berhenti merokok yang sedang sebanyak 55 responden. Berdasarkan analisa dan dengan uji *somers'd* dihasilkan nilai signifikasi (*p-value*) berjumlah 0,001 dimana artinya *p-value* <0,05. Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  di tolak, yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan motivasi berhenti merokok. Keeratan hubungan dapat dilihat pada nilai *somers'd* yaitu 0,618 yang menunjukkan hubungan kuat dengan arah positif. Artinya, semakin tinggi dukungan teman sebaya, maka motivasi siswa untuk berhenti merokok juga semakin meningkat.

Penelitian ini sejalan dengan temuan Widiya Sari (2022) yang menyatakan bahwa niat remaja untuk berhenti merokok berkorelasi signifikan dengan dukungan teman sebaya. Efikasi diri remaja dalam berhenti merokok meningkat oleh teman sebaya yang mendukung mereka, memberikan penguatan positif, dan berpartisipasi dalam

kegiatan yang menyehatkan. Remaja merasa lebih mampu, lebih percaya diri, dan lebih siap untuk mengambil tindakan untuk berhenti ketika mereka menerima dukungan dari kelompok sosial mereka.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hurlock (2016) remaja terkait erat dengan penyebab utama, termasuk teman sekelas mereka. Pemuda dapat terhubung dalam lingkungan di mana nilai-nilai yang sama ditetapkan oleh rekan sebaya mereka, bukan oleh orang dewasa, berkat kelompok sebaya. Pembelajaran adalah salah satu tahap perkembangan yang perlu dipahami oleh remaja. Perilaku mereka dibentuk oleh harapan kelompok. Terlepas dari konsekuensinya, remaja kadang-kadang mengikuti jejak anggota kelompok yang mulai merokok (Poltekkes, Depkes, 2021).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sondang (2018) diungkapkannya, salah satu faktor resiko perokok dewasa muda adalah memiliki teman yang juga perokok. Penelitian (Novariana *et al.*, 2022) menawarkan dua kemungkinan. Yang pertama adalah apakah bahasa sosial remaja dipengaruhi oleh teman-temannya atau mungkin oleh diri mereka sendiri. Seperti bukan perokok, remaja yang merokok setidaknya memiliki satu teman yang merokok.

Peneliti mengatakan, remaja saat ini, yang sering menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman-temannya daripada dengan orang tua

mereka sendiri, sangat dipengaruhi oleh teman sebaya mereka. Saat ini, banyak anak-anak merokok untuk meniru perilaku teman-teman mereka dan mendapatkan persetujuan dari teman-temannya. Remaja dapat menahan diri dari merokok dengan berbagai cara, seperti dengan mengikuti kegiatan yang lebih sehat, menghindari pengaruh yang berbahaya, dan menyadari pergaulan teman-temannya. Karena anak muda rentan terhadap pengaruh baik dari dalam diri maupun dari luar, orang tua juga harus mempertimbangkan pertemanan anak mereka.

### C. Implikasi Keperawatan

Penelitian ini memiliki implikasi penting bagi praktik keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan komunitas dan keperawatan anak dan remaja. Perawat memiliki peran strategis dalam upaya promotif dan preventif terkait perilaku merokok pada remaja melalui pendidikan kesehatan di lingkungan sekolah.

Perawat dapat berperan aktif dalam meningkatkan motivasi berhenti merokok dengan memberikan edukasi mengenai dampak negatif merokok bagi kesehatan, serta mendorong terbentuknya sikap dan perilaku hidup sehat pada siswa. Selain itu, perawat dapat bekerja sama dengan pihak sekolah dan keluarga dalam menciptakan lingkungan yang mendukung upaya berhenti merokok.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi perawat dalam merancang intervensi keperawatan berbasis sekolah, seperti penyuluhan, konseling, dan pendampingan, guna meningkatkan motivasi

siswa untuk berhenti merokok serta mencegah kebiasaan merokok sejak usia dini.

#### **D. Keterbatasan Peneliti**

Proses penelitian ini dilakukan sesuai dengan prosedur, namun ada sejumlah keterbatasan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian, seperti:

1. Penelitian ini hanya meneliti tingkat motivasi berhenti merokok tanpa menggali lebih dalam faktor lain yang dapat mempengaruhinya, seperti pengaruh teman sebaya, lingkungan keluarga, dan paparan media, sehingga hasil penelitian belum menggambarkan faktor penyebab secara menyeluruh.
2. Pengumpulan data menggunakan kuesioner memungkinkan adanya bias jawaban, karena responden mungkin tidak sepenuhnya menjawab sesuai dengan kondisi sebenarnya, mengingat topik merokok masih dianggap sensitif bagi sebagian siswa.
3. Penelitian ini hanya dilakukan pada satu sekolah, yaitu MTs Al Hamidiyyah Wringin Jajar, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan untuk siswa di sekolah atau wilayah lain dengan karakteristik yang berbeda.

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan analisa penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa MTs Al Hamidiyyah WringinJajar merokok berusia 15 tahun, dan usia saat mulai merokok paling banyak adalah usia 11 tahun, serta lamanya merokok kebanyakan sudah 3 tahun.
2. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa sebagian besar siswa MTs Al Hamidiyyah Wringinjajar memiliki dukungan teman sebaya dengan kategori cukup.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa MTs Al Hamidiyyah Wringinjajar memiliki motivasi berhenti merokok dalam kategori sedang.
4. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara dukungan teman sebaya dengan motivasi untuk berhenti merokok di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar.

## B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan (MTs Al Hamidiyyah Wringinjajar)
  - a. Membentuk kelompok sebaya pendukung yang dilatih untuk memberikan motivasi dan dukungan bagi teman-temannya yang ingin berhenti merokok.
  - b. Melakukan sosialisasi dan edukasi rutin mengenai bahaya merokok dan pentingnya peran teman sebaya yang suportif.
2. Bagi Remaja
  - a. Mempertahankan dan meningkatkan lingkaran pertemanan yang positif yang memberikan dukungan untuk tidak merokok atau berhenti merokok.
  - b. Aktif mencari informasi dan dukungan dari berbagai sumber, termasuk teman sebaya, keluarga, dan tenaga kesehatan, jika memiliki keinginan untuk berhenti merokok.
  - c. Berani menolak ajakan merokok dan menjadi teladan bagi teman-teman lainnya.
3. Bagi Tenaga Kesehatan
  - a. Mengembangkan intervensi berbasis kelompok yang memanfaatkan kekuatan dukungan teman sebaya sebagai strategi utama untuk meningkatkan motivasi berhenti merokok pada remaja.
  - b. Bekerja sama dengan pihak sekolah untuk memberikan pelatihan kepada siswa agar mampu menjadi agen perubahan (pendukung sebaya) yang efektif.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk menggali lebih dalam bentuk-bentuk dukungan teman sebaya yang paling efektif dalam meningkatkan motivasi berhenti merokok.
- b. Melakukan penelitian dengan variabel lain yang mungkin juga berhubungan dengan motivasi berhenti merokok, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif.



## DAFTAR PUSTAKA

- Adi Saputro, Y., Sugiarti, R., Psikologi Universitas Semarang Jl Soekarno Hatta, M., Kulon, T., Semarang, K., Tengah, J., & Suhariadi, F. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. In *Philanthropy Journal of Psychology* (Vol. 5). Online. <http://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy59>
- Adi Saputro, Y., Sugiarti, R., & Suhariadi, F. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. In *Philanthropy Journal of Psychology* (Vol. 5). Online. <http://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy59>
- Ananda Candra Maudyhapsari. (2022). *HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENEMPUH MATA KULIAH DI FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN UNISSULA*.
- Ayyubi, M. F., Fidzikriyah, L. T., Rosmawati, S., Finanto, M., & Bangun, A. (2024). PERAN DUKUNGAN SOSIAL DALAM MENCEGAH PERILAKU MEROKOK PADA ANAK. In *Jurnal Penelitian Multidisiplin Terpadu* (Vol. 8, Issue 6).
- Erika Putri, A., Hubungan Pengetahuan Tentang PHW Pada Kemasan Rokok Dengan Motivasi Berhenti Merokok Siswa SMK, K., & Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar, S. (n.d.). *HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG PHW PADA KEMASAN ROKOK DENGAN MOTIVASI BERHENTI MEROKOK SISWA SMK WAHYU 2 MAKASSAR* *Relationship of Knowledge About PHW on Packaging Cigarettes with The Motivation to Quit Smoking Students SMK Wahyu 2 Makassar*. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Fauziyah, F. . K. , & A. J. (2015). *DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI DUNIA KERJA PADA MAHASISWA S1 TINGKAT AKHIR* (Vol. 4, Issue 4).
- Febria Savitry Arum Melati. (2020). *HUBUNGAN ANTARA SENSE OF SELF (SOS) DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA SISWA LAKI-LAKI DI SMK NEGERI DI*.
- GYTS. (2019). *GYTS | GLOBAL YOUTH TOBACCO SURVEY FACT SHEET INDONESIA 2019 G G G GYTS YTS YTS YTS Objectives Objectives Objectives Objectives*.
- Hurlock. (2016). *Elizabeth\_Hurlock\_Psikologi\_Perkembangan*.

- Ilma, M. Z. (2020). *PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA DALAM MENGHADAPI TES BAHASA DI FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN WALISONGO SEMARANG*. 36-38.
- Indah Umi Kulsum. (2023). *HUBUNGAN PENGETAHUAN BAHAYA MEROKOK DENGAN MOTIVASI BERHENTI MEROKOK PADA SISWA SMK NEGERI DI KOTA DEMAK*.
- Komalasari, D., & Fadilla Helmi, A. (2020). *FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA*.
- Mahabbah, C., Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, M., & Keilmuan Keperawatan Keluarga Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, B. (2019). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA DI SEKOLAH* *FACTORS INFLUENCING THE SMOKING BEHAVIOR ON ADOLESCENT AT SCHOOLS: Vol. IV* (Issue 2).
- Maria Yoanita Bina<sup>1</sup>, F. D. C. Y. D. , & <sup>1</sup>Fakultas. (2022). *KORELASI ANTARA LINGKUNGAN SOSIAL DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA PRIA DI RW 004 DAN RW 005 KELURAHAN KAYU PUTIH KOTA KUPANG*. 92-99.
- Mei Sari. (2019). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KONSEP DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII D DI SMP NEGERI 9 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2019/2020*.
- Mohammad Hasbi Asziddiqi. (2023). *HUBUNGAN PERAN TEMAN SEBAYA DENGAN FREKUENSI MEROKOK PADA REMAJA DI DUSUN*.
- Mz, I., & Marhani, I. (2020). *DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DAN PENGARUHNYA TERHADAP KEDISIPLINAN SISWA* *PEER SUPPORT AND THE INFLUENCE TO STUDENT DISCIPLINE*. *Agustus, 2020*(2), 1693–1076.
- Novariana, N., Mega Rukmana, N., Supratman, A., Studi, P., & Masyarakat, K. (2022). *Hubungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Merokok Pada Siswa SMP Negeri di Kabupaten Way Kanan*. In *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI) E-ISSN* (Vol. 3, Issue 1).
- Parham, P. M., Sari, P. N., Mahyuddin, U., & Kunci, K. (2024). *Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi Volume 1 No 1 Mei 2024*.

- Pradana, I. G. N. A. , & S. L. K. P. A. (2019). *Peran problem focused coping dan dukungan sosial teman sebaya terhadap kecemasan remaja SMA yang akan menempuh ujian nasional*.
- Puspitasari, Y. P., Abidin, Z., & Sawitri, D. R. (2010). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KECEMASAN MENJELANG UJIAN NASIONAL (UN) PADA SISWA KELAS XII REGULER SMA NEGERI 1 SURAKARTA*.
- Septiani, R., Studi, P., Masyarakat, K., Abdi, S., & Palembang, N. (2022). *HUBUNGAN LAMA MEROKOK DAN FREKUENSI MEROKOK DENGAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) PADA PEROKOK AKTIF*. 14(1), 126. <https://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/>
- Sriwijaya, J. K., Yang, F.-F., Dengan, B., Berhenti, M., Pada, M., Angkutan Umum, S., Oktarita, I., Idriansari, A., Muharyani, P. W., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., & Sriwijaya, U. (2017). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN MOTIVASI BERHENTI MEROKOK PADA SOPIR ANGKUTAN UMUM* (Vol. 4).
- Widiya Sari, I. (2022). *The Effect of Peer Group Support on Motivation to Quit Smoking Among Adolescents*. <https://doi.org/10.33086/jhs.v15i02.25342>
- Woelandari, A. S. (2020). *Pengaruh Peer Pressure terhadap Motivasi Berhenti Merokok pada Remaja*. 8(1), 142–156. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia>

