

Perilaku Merokok Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja SMA Negeri di Kedunggalar Ngawi Muhammad Iqbal¹

^{1*} Universitas Dian Nuswantoro
muhammiq@gmail.com

ABSTRAK

Indonesia menepati urutan ketiga di dunia dengan jumlah perokok terbanyak setelah cina dan india. Menurut data world health organization (WHO) tahun 2008 menyatakan jumlah perokok di dunia mencapai 1.1 miliar orang . Jumlah terus meningkat hingga di tahun 2015 mencapai 2,8 miliar orang dimana setiap tahun 5 juta orang meninggal akibat penyakit yang di sebabkan oleh rokok. Perilaku merokok pada remaja yang masih berstatus siswa atau pelajar merupakan perilaku symbol kematangan dan daya tarik terhadap lawan jenis tidak sedikit orang tua yang mencemaskan anak remaja merokok karena perilaku merokok menurut konsep kesehatan adalah perilaku yang mengandung resiko terhadap penyakit penyakit yang berhubungan dengan kebiasaan merokok dan berisiko tinggi untuk terkena kanker hati dan paru apalagi usia mereka masih muda. masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini remaja akan mengalami perubahan yaitu perubahan emosi,perubahan fisik sosial dan psikis.sikap remaja sangat dipengaruhi oleh konsep diri. Rasa percaya diri adalah percaya pada dirinya sendiri percaya akan kemampuan yang dimiliki.tanpa membandingkan – bandingkan dengan orang lain dan selalu berusaha untuk menjadi yang lebih baik. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada remaja di SMA Negeri Kedunggalar Ngawi.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan crosssectional.sampel penelitian berjumlah 55 siswa laki laki kelas X untuk pengambilan sampel dengan teknik sampling random sampling dan alat ukur yang digunakan adalah kusioner.analisis data menggunakan uji statistic chisquare. Hasil penelitian dengan uji chisquare diperoleh nilai p value = 0,246 $\alpha = 0,05$, artinya H_0 diterima menunjukkan bahwa tidak ada hubungan perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada remaja di SMA Negeri kedunggalar Ngawi.

Diharapkan orang tua dan pihak sekolah memberikan perhatian kepada siswa tentang bahaya merokok bagi kesehatan.

Kata kunci : perilaku merokok, kepercayaan diri, remaja

ABSTRACT

Indonesia is the third largest smoker in the world after China and India. According to data from the World Health Organization (WHO) in 2008, the number of smokers in the world reached 1.1 billion people. The number continues to increase until in 2015 it reached 2.8 billion people where every year 5 million people die from diseases caused by smoking. Smoking behavior in adolescents who are still students or students is a behavior symbol of maturity and attractiveness to the opposite sex, not a few parents worry about smoking teenagers because smoking behavior according to the concept of health is behavior that carries a risk of diseases related to smoking and risky habits. high for liver and lung cancer, especially at their young age. adolescence is a period of transition from childhood to adulthood. At this time adolescents will experience changes, namely emotional changes, physical, social and psychological changes. Adolescent attitudes are strongly influenced by self-concept. Self-confidence is believing in one's own abilities without comparing - comparing with others and always trying to be better. The purpose of this study was to identify the relationship between smoking behavior and self-confidence in adolescents in SMA Negeri Kedunggalar Ngawi.

The design used in this research is analytic observational with a cross-sectional approach. The research sample consisted of 55 male students of class X for sampling using random sampling technique and the measuring instrument used was questionnaire. Data analysis used chi-square statistical test. The results of the research with the Chi-square test obtained the value of p value = 0.246 α = 0.05, meaning that H_0 is accepted, indicating that there is no relationship between smoking behavior and self-confidence in adolescents in SMA Negeri Kedunggalar Ngawi.

It is hoped that parents and schools will pay attention to students about the dangers of smoking for health.

Keywords: smoking behavior, self confidence, students

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa menuju kedewasaan masa ini merupakan tarap perkembangan dalam kehidupan manusia. Dimana seseorang sudah tidak lagi di sebut anak kecil lagi tetapi belum dapat disebut orang dewasa. Taraf perkembangan ini pada umumnya disebut masa pancaroba atau masa peralihan dari masa kanak –kanak kemas peralihan kedewasaan sangat tinggi. Ada banyak alasan yang melatar belakangi perilaku merokok pada remaja secara umum menurut (Sri Rahayu, 2014) bahwa perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu yang artinya perilaku merokok selain di sebabkan faktor dari dalam diri juga disebabkan oleh faktor lingkungan dan perilaku merokok bagi remaja merupakan perilaku simbolisasi symbol dari kematangan kekuatan kepemimpinan dan daya tarik lawan jenis.

Sikap remaja sangat dipengaruhi oleh konsep dirinya. Salah satu bentuk dari konsep diri yang positif adalah rasa percaya diri. Rasa kepercayaan diri adalah percaya pada dirinya sendiri, percaya akan kemampuan yang dimilikinya, tanpa membanding-bandingkan dengan orang lain dan selalu berusaha untuk menjadi yang lebih baik. Ketika seorang anak laki-laki memiliki hubungan yang baik dengan orang dewasa yang membuatnya merasa difahami, dihargai dan diinginkan ketika ia merasa didukung sehingga ia berprestasi di sekolah. menjadi kopeten dan percaya diri dan melalui keterikatannya yang beraneka ragam, ia belajar bersosialisasi dan belajar menghadapi masa depan dengan rasa kepercayaan diri dan keberanian. Kepercayaan diri berawal dari tekad pada diri sendiri, untuk melakukan segala yang kita inginkan dan kita butuhkan dalam hidup.

Indonesia menempati urutan ketiga di dunia dengan jumlah perokok terbanyak setelah china dan india. Menurut data world health organization(WHO) tahun 2008 menyatakan jumlah perokok di dunia mencapai 1.1 miliar orang . Jumlah terus meningkat hingga di tahun 2015 mencapai 2,8 miliar orang dimana setiap tahun 5 juta orang meninggal akibat penyakit yang di sebabkan oleh rokok. data global youth tobacco survey tahun 2001 indonesia memiliki pravelensi perokok data tertinggi sebanyak 66% pada remaja, di tahun 2004 turun sejumlah 20,3% pada laki laki 36%, dan perempuan 4,3 %, dan di tahun 2015 perokok laki-laki meningkat 67% dan perokok perempuan turun menjadi 3%.

Berdasarkan hasil riset kesehatan daerah dasar (Riskesdas) prevalensi perokok di Indonesia semakin meningkat di setiap tahunnya, Data pada tahun 2007 yaitu 34,2% , Di tahun 2010 terjadi peningkatan sejumlah 34,7% dan di tahun 2013 prevalensi perokok mengalami kenaikan yaitu sebesar 36,3% ,kemudian prevalensi naik kembali ditahun 2014 mencapai 40%, Kemudian di tahun 2015 prevalensi meningkat 5% menjadi 45%, dan data dari survey indikator kesehatan nasional (Sirkesnas) 2016 menyatakan prevalensi terus meningkat pesat yaitu sebesar 58,8 %.

Data menurut provinsi di Indonesia posisi tertinggi perokok diduduki oleh provinsi kepulauan riau (27%) dan terendah terletak di provinsi papua (16,2%) sedangkan di jawa timur yaitu 23,9%,(Riskesdas 2013).Data Dinas Kesehatan Kota ngawi tahun 2015 mencatat sebanyak 10.973 siswa SMA sederajat,di peroleh sekitar 1,61 siswa atau 14,6% mengaku sebagai perokok aktif.

Kemudian untuk survei pendahuluan tanggal 17 januari 2019 di SMAN 1 Kedunggalar ngawi dengan metode wawancara kepada 10 orang siswa kelas X didapat 7 siswa (70%) berperilaku merokok,dan 3 siswa (30%) siswa mengaku tidak merokok.Berbagai alasan di ungkapkan perilaku merokok mereka ada yang beralasan tidak percaya diri.ada yang beralasan coba-coba hingga menjadi ketagihan,ikut-ikutan teman ada yang mengungkapkan kalau tidak merokok akan di ejek"cemen"oleh temanya,dan ada yang hanya ingin terlihat gaul dan maco saat nongkrong dan ada juga yang mengungkapkan bilan tidak merokok mulut terlihat pahit.

Berdasarkan survei yang di lakukan peneliti dengan mewawancarai GURU BK SMAN 1 Kedunggalar ngawi mengatakan bahwa para guru sering mendapati lebih dari 3 putung rokok di kamar mandi siswa,kemungkinan mereka merokok di jam istirahat atau waktu ada ekstrakurikuler.dan sekolah sudah membuat peraturan yang berisi larangan keras perilaku merokok siswa dengan memberi hukuman-hukuman yang di rasa sudah cukup tegas yaitu dengan hukuman di beri poin dan sanksi yang paling tegas yaitu memanggil orang tua ke sekolahan dan siswa dapat di dikeluarkan dari sekolah.

Penelitian di Inggris menunjukkan bahwa 50% para perokok yang merokok sejak remaja meninggal akibat penyakit-penyakit yang berhubungan kebiasaan merokok,dan beresiko tinggi untuk terkena kanker hati dan paru-paru,bronkitis kronis,emphysema,gangguan pernafasan kerusakan karena luka bakar (jurnal kesehatan masyarakat 2016). Upaya yang sudah di lakukan untuk menurunkan prevalensi perokok di dunia maupun di indonesia yaitu dengan diselenggarakan hari tanpa tembakau sedunia yang diselenggarakan serentak di seluruh dunia setiap tanggal 31 mei disetiap tahunnya bertujuan untuk menyuruh para perokok agar puasa atau tidak merokok selama 24 jam. Berdasarkan latar belakang diatas, selanjutnya dilakukan penelitian dengan judul "Hubungan perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada remaja di SMAN 1 Kedunggalar ngawi".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan crosssectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa laki – laki kelas 10 yang berjumlah 64 siswa. besar sampel yang digunakan telah di hitung dengan rumus slovin yaitu sebanyak 55 siswa, yang ditentukan dengan teknik simpel random sampling. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel perilaku merokok menggunakan instrumen kuesioner, variabel kepercayaan diri menggunakan instrumen kuesioner. Analisis univariat penelitian berupa data usia, jenis kelamin. Sedangkan analisa bivariat dengan menggunakan uji chi-square.

HASIL PENELITIAN

Pengumpulan data dilakukan 24 Mei 2019 di SMAN Kedunggalar Ngawi. Data hasil penelitian dikelompokkan data umum dan khusus kemudian dianalisa lebih lanjut.

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia

No	Usia (tahun)	(f)	(%)
1.	15	26	47,3
2.	16	29	52,7
Jumlah		55	100

Sumber : Data Penelitian, 2019

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan perilaku merokok

No	Perilaku merokok	(f)	(%)
1	Tidak Merokok	17	30,9
2	Merokok	38	69,1
Jumlah		55	100

Sumber : Data Penelitian, 2019

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kepercayaan diri

No	Kepercayaan diri	(f)	(%)
1	Tinggi	3	5,5
2	Sedang	48	87,3
3	Rendah	4	7,3
Jumlah		55	100

Sumber : Data Penelitian, 2019

Tabel 4.**Distribusi frekuensi responden berdasarkan parameter kepercayaan diri**

Parameter	Tinggi	Sedang	Rendah	Nilai total
Bersikap positif	18,1 %	74,5 %	7,27 %	100 %
Memahami tindakan	9,09 %	85,4 %	5,45 %	100 %
Berpandangan baik	5,45 %	85,4 %	9,09 %	100 %
Bertindak sesuai kenyataan	18,1 %	80 %	1,81 %	100 %

Sumber : Data Penelitian, 2019

Tabel 5.
Distribusi frekuensi responden berdasarkan Tabulasi Silang perilaku merokok dengan kepercayaan diri

Perilaku merokok	Kepercayaan diri						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah			
	N	%	N	%	N	%	N	%
Tidak merokok	2	11,8%	13	76,5	2	11,8	17	100
Merokok	1	2,6 %	35	92,1	2	5,3	38	100
Total	3	5,5	48	87,3	17	7,3	55	100
$\alpha = 0,05$			$r = 0,220$			$p \text{ value} = 0,246$		

Sumber : Data Penelitian, 2019

PEMBAHASAN

Perilaku Merokok Pada Remaja di SMA Negeri 1 Kedunggal Ngawi

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa perilaku merokok pada remaja di SMAN kedunggal Ngawi yang menjadi responden dalam penelitian ini sebagian besar mempunyai perilaku merokok 38 siswa atau 69,1 % dan rata-rata setiap hari mereka merokok 3 batang perharinya. Dan perilaku tidak merokok 17 siswa (30,9%)

Dapat dipahami bahwa perilaku merokok merupakan perilaku negative dan mereka beranggapan ketika merokok dapat memberikan kepuasan tersendiri seperti merasa lebih tenang. Hal tersebut sesuai dengan teori Feni Rofika (2017) yang menyatakan bahwa perilaku merokok merupakan perilaku yang berkaitan dengan perilaku kesehatan sebab perilaku merokok sudah menjadi salah satu kebiasaan yang dapat membahayakan kesehatan. Sedangkan menurut (Tri Sulati, 2015) menyebutkan bahwa terdapat empat tahapan dalam perilaku merokok yang salah satunya yaitu tahap maintenance of smoking yaitu tahap dari cara pengaturahn diri (self regulating) dimana merokok dilakukan untuk efektif psikologis yang menyenangkan. Berdasarkan teori dan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa di SMA Negeri Kedunggal ngawi berperilaku merokok.

Kepercayaan Diri Pada Remaja di SMAN 1 Kedunggal Ngawi

Berdasarkan hasil penelitian di SMAN Kedunggal Ngawi. pemberian kategori kepercayaan diri pada siswa terdapat kepercayaan diri tinggi 3 siswa (5,5 %), dari keseluruhan responden yang diteliti dan yang mempunyai skala kepercayaan diri sedang 48 siswa (87,3%) dan mempunyai rasa kepercayaan diri berpikir positif, memahami tindakan, berpandangan baik dan bertindak sesuai kenyataan dan yang mempunyai skala diri rendah 4 siswa (7,3 %).

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa di SMAN Kedunggal Ngawi mempunyai tingkat kepercayaan diri sedang, Menurut Lauser Dan Rubbin (dalam bekti rubani 2015) mengatakan bahwa kebutuhan yang paling penting adalah kebutuhan akan rasa percaya diri dan rasa superioritas. Kepercayaan diri akan menyebabkan individu menjadi optimis dalam hidup setiap persoalan yang akan datang di hadapi dengan tenang dan mempunyai keyakinan untuk berhasil. Menurut Thursman Hakim (2015) rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang ada proses tertentu didalam pribadi sehingga terjadi pembentukan rasa percayadiri.

Dari hasil penelitian dan teori dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kepercayaan diri di SMAN Kedunggal memiliki kepercayaan diri sedang.

Hubungan Perilaku Merokok dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja di SMAN Kedunggal Ngawi

Berdasarkan hasil analisis data pada perilaku merokok dengan kepercayaan diri dapat diketahui bahwa tidak ada hubungan antara perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada remaja di SMAN Kedunggal Ngawi.

Dari hasil analisa data bahwa hasil perilaku merokok dengan kepercayaan diri diketahui 55 siswa. terdapat 2 siswa (11,8%) dengan berperilaku tidak merokok dan 1 siswa(2,6%) berperilaku merokok dan kepercayaan diri tinggi. 13 siswa(76,5) dengan berperilaku tidak merokok dan 35 siswa(92,1%) berperilaku merokok dan memiliki kepercayaan sedang. 2 siswa(11,8 %) berperilaku tidak merokok dan 2 siswa (5,3%).

Perilaku merokok merupakan salah satu perilaku yang dapat menimbulkan dampak negatif, salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah perilaku merokok. Namun remaja yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi tidak akan mudah terjebak kedalam perilaku negatif tersebut. remaja berkeyakinan bahwa merokok merupakan cara yang mudah untuk memulai persahabatan dan memperlancar pergaulan dengan kelompoknya karena merupakan simbol kepercayaan diri. kepercayaan diri pada dasarnya adalah kemampuan dasar individu untuk dapat menentukan arah dan tujuan hidup serta yakin akan kemampuan dirinya. adanya kepercayaan diri ini dapat dilihat dalam hubungan remaja teman sebaya dan lingkungan Atika Agustin (2016). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa di SMA Negeri Kedunggalar Ngawi mempunyai tingkat kepercayaan diri yang sedang. berdasarkan hasil kategori yang diperoleh menunjukkan bahwa dalam sampel dalam penelitian perilaku merokok untuk mendapatkan rasa percaya diri yang sedang.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang berjudul hubungan perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada remaja di SMA Negeri Kedunggalar Ngawi disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebagian besar siswa laki laki kelas X DI SMAN Kedunggalar Ngawi mempunyai perilaku merokok 69,1 %.
2. Sebagian besar laki laki kelas x di SMAN kedunggalar ngawi mempunyai kepercayaan diri sedang 87,3 %
3. Tidak ada hubungan antara perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada remaja di SMAN kedunggalar ngawi p value = 0,246.

SARAN

Saran yang dapat di berikan berkaitan dengan temuan peneliti adalah sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini hanya menganalisis hubungan perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada remaja di SMA Negeri Kedunggalar Ngawi. di harapkan penelitian lebih lanjut dapat mengeksplere faktor faktor lain selain perilaku merokok dan kepercayaan diri.

2. Bagi Siswa

Siswa diharapkan lebih selektif dalam bergaul dengan teman yang mengajarkan kepada perilaku sehat yang tidak merokok diharapkan orang tua dan pihak sekolah memberikan perhatian dan pembentukan pola pikir tentang bahayanya merokok bagi kesehatan.

3. Bagi Lahan Peneliti

Diharapkan sekolah membuat peraturan tentang larangan merokok disekolah yang lebih tegas dari sebelumnya agar siswa semakin disiplin, membuat peraturan untuk pedangan diarea sekolah agar tidak menjual atau menyediakan rokok untuk siswanya dan diharapkan sekolah memasang poster area bebas rokok disekolah dan himbuan lanjut tentang merokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdol rahmadi, yuniar lestari, yenita. (2013). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Rokok dengan Kebiasaan Merokok Siswa SMP di Kota Padang. *Jurnal kesehatan andalas*, vol. 2, No.1.
- Amanda Besta Rizald Hubungan Perilaku Merokok dengan Ketahanan Kardiorespirasi (Ketahanan Jantung-Paru) Siswa SMKN I Padang *jurnal Kesehatan Andalas*. 2016; 5(2).
- Aryani, M. (2014). Hubungan Antara Sikap Terhadap Kesehatan Dengan perilaku Merokok Di Sma Negeri 1 Plaret Bantul. diakses tanggal 7 Januari 2018.
- Azwar, Saifudin (2010) *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Desmita., *Psikologi Perkembangan*. (Bandung : PT Rosdakarya. 2005)
- Dariyo, A. (2004). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor : Ghalia Indonesia.
- Endah Meilinda. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dan konformitas terhadap intensi merokok pada remaja di smk istiqomah muhamamad 4 samarinda. *eJournal Psikologi*, vol 1, No 9-22.
- Fatimah, Siti (2003). Hubungan antara Tingkat Percaya Diri dengan Tingkat Keaktifan Berdiskusi pada Mahasiswa Psikologi 1999/2000-2001-2002. Skripsi, Fakultas Psikologi UIIS Malang
- Feni rofika (2017) hubungan perilaku merokok dengan hargadiri
- Hakim, Thursan. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hockenberry M and Wilson D. (2009). *Pediatric Nursing*. ISBN
- Info, Datin. (2017). Hari Tanpa Tembakau Sedunia. Retrieved from www.depkes.go.id diakses tanggal 20 desember 2017.
- Kurniawati, D. (2017). Hubungan stres dengan perilaku merokok pada remaja laki laki.
- Meylytichrysty Tulenan, S.R dkk. (2015). Dengan prestasi belajar pada remaja perokok di nsma negeri 1 rembongan 2015.
- Mubarak. (2009). "Remaja dan perilaku merokok", diakses dalam" <http://id.shoong.com/medicine-and-health/1928293-remaja-dan-perilakumerokok> (Diakses pada tanggal 8 April 2017), pukul 11.20 WIB.
- Mu'tadin, Zainun. (2011). Remaja dan rokok. *poltekkes depkes Jakarta 1 (2012)* retrieved from <http://forum.upi.edu/> diakses tanggal 22 januari 2018.
- Nasution. (2007). *Perilaku Merokok Pada Remaja*. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara: Medan.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasinya*. Jakarta : Jakarta Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jarkarta: Salemba Medika.
- Komalasai, D. Helmi, F. A. (2015). Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja. Retrieved from <http://avin.staff.ugm.ac.id>. Diakses tanggal 21 januari 2018.
- Wong, (2008). *Buku ajaran keperawatan pediatric Psikologi remaja*. jakarta