

Peran Orang Tua, Teman Sebaya dan Lingkungan dalam Perilaku Merokok Remaja

Christine J K Ekawati*, Reza M Putri*, Agustina*, Henry Franklin Johannes**

* Prodi Sanitasi, Poltekkes Kemenkes Kupang

** Prodi Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran dan Kedokteran Hewan, Universitas Nusa Cendana

Article Info	ABSTRACT
Keyword: Peran Merokok Remaja	Merokok merupakan salah satu faktor penyebab penyakit kronis. Perilaku merokok sangat merugikan diri sendiri, keluarga bahkan orang-orang di sekitar perokok. Jenis penelitian yaitu desain kualitatif dengan metode fenomenologi deskriptif. Hasil penelitian diperoleh bahwa rata-rata peran lingkungan 0,97; teman sebaya 0,93 dan orang tua 0,76. Lingkungan social memberikan pengaruh lebih besar dibandingkan teman sebaya dan orang tua. Saran agar adanya program pencegahan perilaku merokok melalui konseling dan orang tua memberikan teladan untuk berhenti dari merokok
Corresponding Author: Nama: Christine J K Ekawati (082147373845) Afiliasi : Prodi Sanitasi, Poltekkes Kemenkes Kupang Email: jansechristine049@gmail.com	<i>Smoking is a contributing factor to chronic disease. Smoking is highly detrimental to the individual, their family, and even those around them. This study used a qualitative design with descriptive phenomenological methods. The results showed that the average environmental role was 0.97; peers 0.93; and parents 0.76. The social environment exerts a greater influence than peers and parents. It is recommended that smoking prevention programs be implemented through counseling and parents should set an example for smoking cessation.</i>

PENDAHULUAN

Di kalangan remaja, merokok adalah hal yang umum dilakukan. Merokok merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia karena merokok adalah salah satu faktor risiko utama beberapa penyakit kronis yang dapat menyebabkan kematian. Perilaku merokok sangat merugikan bagi diri sendiri dan orang-orang di sekitarnya, dengan peluang 2 kali lebih besar dari perokok aktif, yang berdampak pada peningkatan kasus atau penyakit yang berkaitan dengan rokok (Husaeni, H., & Menga, M. K., 2019).

Menurut World Health Organization (WHO), ada 2,5 milyar orang di seluruh dunia yang merokok. Sekitar 1,7 milyar berada pada negara-negara berkembang. Prevalensi perokok tertinggi terdapat pada daerah dengan pendapatan perkapita rendah. Jumlah perokok di seluruh dunia, Indonesia setelah India dan Cina.

Berdasarkan Survey Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menyatakan bahwa remaja mulai merokok di usia 15 sampai 19 tahun sejumlah 56,5%. Jumlah perokok di Indonesia semakin meningkat dengan merokok berarti menghisap zat-zat yang dapat membahayakan tubuh (Gobel, S dkk, 2020).

Menurut Suharyanta, D., Widiyaningsih, D., & Sugiono, S. (2018), orang tua memiliki peran yang sangat strategis dalam memengaruhi perilaku merokok remaja. Pola asuh orang tua dapat membantu mencegah atau memicu perilaku merokok. Pola asuh yang penuh perhatian dan komunikasi terbuka cenderung mengurangi risiko anak mengadopsi kebiasaan merokok; di sisi lain, pola asuh yang membatasi, kurang pengawasan, atau bahkan menunjukkan contoh merokok dapat meningkatkan risiko anak merokok. Studi menunjukkan bahwa remaja dengan orang tua yang merokok lebih berpeluang menjadi perokok daripada remaja dengan orang tua yang tidak merokok.

Selain orangtua, remajapun dalam hal merokok sangat bergantung pada lingkungan dan teman sebaya mereka. Remaja memiliki konsep diri yang buruk dan mudah dipengaruhi oleh lingkungan dan teman sebaya. Kedua faktor ini berkontribusi pada perilaku merokok remaja. Pengaruh teman sebaya dan lingkungan sangat besar, jadi banyak remaja berusaha untuk mengubah atau menyesuaikan perilakunya agar sesuai dengan aturan kelompok dan konformitas. Pada remaja, konformitas teman sebaya dapat menjadi positif atau negatif. Misalnya, karena ingin diterima oleh kelompoknya, remaja mencoba minum minuman keras, mengonsumsi obat terlarang, atau merokok tanpa mempertimbangkan perasaannya sendiri, dan mereka cenderung mengikutinya. Namun, ada beberapa konformitas teman sebaya yang positif dan keinginan untuk terlibat dalam lingkungan teman sebaya yang membangun. Misalnya, jika teman sebaya berada dalam kelompok yang suka membaca buku, mereka juga akan ikut membaca buku agar tidak dikucilkan oleh mereka karena tidak memiliki wawasan yang cukup (Parawansa, G., & Nasution, F. Z. 2022)

Bahaya rokok terhadap kesehatan sudah sangat jelas. Lebih dari tujuh puluh ribu artikel ilmiah membuktikan hal tersebut, bukan hanya menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Ada empat ribu racun kimia berbahaya yang terkandung dalam asap rokok, dengan 43 di antaranya bersifat karsinogenik, yang berarti dapat menyebabkan kanker (Husaeni, H., & Menga, M. K., 2019). Diantaranya adalah adanya Akrolein yang adalah senyawa Aldehid yang tidak jenuh dan paling sederhana yang sangat membahayakan manusia. Ada juga Nikotin yang merupakan senyawa Aldehid yang dapat menimbulkan efek dalam sel-sel tubuh manusia. Nikotin dapat meningkatkan tekanan darah, detak jantung dan pembekuan darah. Selain dari Akrolein dan Nikotin, dalam rokok pun terdapat senyawa yang berbahaya bagi tubuh yaitu Karbon Monoksida, Amonia, Asam Formiat, Hidrogen Sianida dan lainnya, yang keberadaan zat-zat kimia sangat berbahaya bagi tubuh dan dapat menyebabkan gangguan penyakit pada manusia.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengukur keberadaan orang tua, teman sebaya dan lingkungan yang dapat menyebabkan pengaruh negative terhadap remaja perokok di salah satu Perguruan Tinggi kota Kupang serta dampak negatif yang sudah mulai dialami.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan desain kualitatif serta menggunakan metode fenomenologi deskriptif. Penelitian ini mengeksplorasi dan menjelaskan bagaimana pengaruh orangtua, teman sebaya dan lingkungan dalam mempengaruhi responden mempunyai perilaku merokok. Peneliti memberikan kesempatan kepada partisipan untuk mengatakan apa yang mereka pikirkan tentang hal-hal yang mendorong mereka untuk merokok.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2025 dan melibatkan peserta remaja laki-laki yang aktif merokok di salah satu perguruan tinggi di kota Kupang berjumlah 30 orang. Alat ukur penelitian ini adalah kuesioner.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Peran Orang Tua, Teman Sebaya dan Lingkungan Terkait Perilaku Merokok Remaja

		Peran Orang Tua	Peran Teman Sebaya	Peran Lingkungan
N	Valid	30	30	30
	Missing	0	0	0
Mean		.73	.93	.97
Std. Error of Mean		.082	.046	.033
Std. Deviation		.450	.254	.183
Minimum		0	0	0
Maximum		1	1	1

Berdasarkan data SPSS 25 diketahui rata-rata peran Orang Tua adalah 0,73 dengan standard deviasi adalah 0,45, rata-rata peran teman sebaya 0,93 dengan standard deviasi 0,254 dan rata – rata peran lingkungan 0,97 dengan standard deviasi 0,183.

PEMBAHASAN

Berdasarkan data statistic, peran orang tua dalam penelitian ini cenderung moderat. Ini dapat dilihat dari variasi skor yang cukup besar (0,45) sebagai tanda bahwa perbedaan pandangan atau pengalaman. Peran teman sebaya cukup signifikan, dengan variasi yang lebih kecil antar responden. Ini menunjukkan bahwa teman sebaya memiliki pengaruh yang lebih kuat dan konsisten terhadap perilaku responden merokok. Peran lingkungan menggambarkan pengaruh yang paling dominan dari ketiga variabel yang diuji. Dengan nilai standar deviasi yang kecil, hasil menunjukkan bahwa hampir semua responden memberikan skor tinggi untuk peran lingkungan. Lingkungan menjadi prediktor utama pembentukan kebiasaan merokok karena nilai rata-rata tinggi pada lingkungan menunjukkan pengaruhnya yang kuat, mencerminkan norma sosial dan paparan rokok di masyarakat yang mendorong perilaku merokok tersebut. Standar deviasi rendah pada faktor ini menunjukkan variasi minimal antar responden (Hidayatia. N & Dwini Handayani, 2024).

Peran orang tua, teman sebaya dan lingkungan yang cukup tinggi dalam mendorong responden merokok adalah sebagai berikut :

1. Peran Orang Tua

Orang tua mempunyai peranan dalam seluruh kehidupan responden khususnya dalam merokok. Orang tua umumnya tidak mau jika anaknya merokok karena orang tua tahu efek negative dari rokok. Variasi ini juga disebabkan oleh perbedaan dalam pola asuh. Pola demokratis dalam keluarga membatasi merokok sementara pola otoriter atau permisif meningkatkan risiko. Sesuai teori pembelajaran sosial, orang tua perokok meningkatkan kemungkinan remaja merokok 1,61 kali. Tidak adanya pengawasan dan pemahaman tentang bahaya rokok pada responden menambah parah keadaan, terutama di keluarga yang merokok sejak lama (Pertiwi, P. D. H., & Hamdan, S. R. 2022).

2. Peran Teman Sebaya

Teman dekat mempunyai pengaruh yang kuat terhadap berbagai kegiatan yang dilakukan di saat lagi bersama teman-temannya. Teori interaksi timbal balik menjelaskan bagaimana teman merokok menjadi prediktor yang kuat dan mempercepat inisiasi merokok usia dini. Teman sebaya sangat mempengaruhi perilaku merokok remaja, terutama pada remaja yang sedang mencari identitas dan memiliki kebutuhan kuat untuk diterima dalam kelompok sosial mereka. Teman sebaya dapat berfungsi sebagai sumber tekanan sosial yang mendorong remaja mencoba atau terus merokok untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok, memperkuat rasa kebersamaan, dan meningkatkan status sosial di antara teman-teman mereka. Menurut penelitian, remaja yang memiliki teman sebaya yang merokok memiliki kemungkinan lebih besar untuk memulai atau mempertahankan kebiasaan merokok karena interaksi sosial intensif dan proses modeling yang terjadi dalam kelompok tersebut, serta norma dan sikap positif terhadap merokok yang berkembang di antara teman sebaya. Teman sebaya juga dapat membantu dan berbagi informasi tentang perilaku merokok, baik secara langsung dengan menawarkan rokok atau melalui penguatan sosial. Intervensi tentang pencegahan merokok sering menargetkan pembentukan kelompok teman sebaya yang mendukung perilaku sehat untuk mencegah pengaruh negatif dan membangun resistensi terhadap tekanan merokok dari teman sebaya.

3. Peran Lingkungan

Lingkungan sosial adalah tempat di mana masyarakat berinteraksi dan melakukan aktivitas bersama, baik antar individu maupun dengan lingkungannya, yang membentuk sistem pergaulan dan kepribadian seseorang. Lingkungan sosial ini juga mencakup interaksi antara manusia dengan orang lain dalam masyarakat, seperti tetangga, teman, atau masyarakat umum, yang mempengaruhi perilaku individu secara langsung maupun tidak langsung. Karena fenomena ini, paparan asap rokok di ruang publik dan pergaulan sosial menjadi umum, hal itu dapat mempengaruhi perilaku merokok, terutama di kalangan remaja dan masyarakat umum. Oleh karena itu, diperlukan upaya pengendalian dan edukasi yang lebih kuat untuk mengurangi prevalensi merokok di kota Kupang.

Menurut urutan pengaruh (lingkungan, teman sebaya, dan orang tua), pendekatan yang menyeluruh diperlukan karena ketiganya saling terkait dalam biopsikososial merokok remaja. Menurut penelitian Keluarga tidak memiliki dukungan yang cukup (57%) untuk mengimbangi pengaruh teman dan orang lain (92%). Studi ini konsisten dengan literatur yang dipublikasikan di seluruh negara, di mana faktor dekat membentuk perilaku.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pengaruh lingkungan lebih tinggi dari teman sebaya dan orang tua dalam mendorong responden untuk menghisap rokok. Disarankan adanya program pencegahan perilaku merokok melalui konseling, perilaku bebas rokok harus diterapkan di sekolah maupun di tempat belajar manapun, orang tua harus menjadi teladan dengan berhenti merokok

DAFTAR PUSTAKA

- Gobel, S., Pamungkas, R. A., Abdurrasyid, R. P. S., Safitri, A., & Samran, V. (2020). Bahaya merokok pada remaja. *Sumber*, 35, 100.
- Hidayatia, N & Dwini Handayani, 2024. Pengaruh Orang Tua, Keluarga, dan Lingkungan Sosial terhadap Perilaku Merokok Remaja. *Jurnal Ekonomi Kependudukan dan Keluarga* Vol. 1, No. 2, September 2024: 96-109 e-ISSN 3046-8590
- Husaeni, H., & Menga, M. K. (2019). Pengetahuan dengan perilaku merokok remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1), <https-ojs>.
- Mayenti, F. (2019). Hubungan lingkungan pergaulan dengan perilaku merokok remaja. *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 8(2), 62-69.
- Novariana, N., Rukmana, N. M., & Supratman, A. (2022). Hubungan teman sebaya terhadap perilaku merokok pada siswa SMP Negeri di Kabupaten Way Kanan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 3(1).
- Parawansa, G., & Nasution, F. Z. (2022). Konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 630-636.
- Pertiwi, P. D. H., & Hamdan, S. R. (2022, January). Pengaruh Keterlibatan Orang Tua terhadap Perilaku Merokok pada Remaja. In *Bandung Conference Series: Psychology Science* (Vol. 2, No. 1, pp. 264-268).
- Rahmawati, Y., & Raudatussalamah, R. (2020). Perilaku merokok pada pelajar: peran orang tua dalam pengasuhan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(1), 20-28.
- Suharyanta, D., Widiyaningsih, D., & Sugiono, S. (2018). Peran orang tua, tenaga kesehatan, dan teman sebaya terhadap pencegahan perilaku merokok remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS. Dr. Soetomo*, 4(1), 8-13.
- Utami, N. (2020). Pengaruh kebiasaan merokok orang tua terhadap perilaku merokok remaja di Indonesia. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 327-335.