

## PEMBERIAN KONSELOR SEBAYA DALAM UPAYA MEMBENTUK PERILAKU PENCEGAHAN MEROKOK PADA REMAJA

Rismalasari Dewi<sup>1</sup>, Nana Supriyatna<sup>2</sup>, Sigit Mulyono<sup>3</sup>  
Universitas Muhammadiyah Jakarta<sup>1,2</sup>  
Universitas Indonesia<sup>3</sup>  
[rhis.dewiy@gmail.com](mailto:rhis.dewiy@gmail.com)<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konselor sebaya dalam upaya membentuk perilaku pencegahan merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kalibaru Kecamatan Cilincing Jakarta Utara. Metode yang digunakan adalah *quasi experimental* dengan rancangan *pre-test and post-test*, kemudian dianalisis dengan statistik non parametrik menggunakan Uji *McNemar*. Subjek penelitian ini adalah sebanyak 82 remaja yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi 41 remaja dan kelompok kontrol 41 remaja. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar kuesioner tentang perilaku pencegahan merokok, peran orang tua, teman sebaya dan pengaruh iklan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *p-value* yang diperoleh pada pemberian intervensi konselor sebaya terhadap pencegahan merokok remaja adalah sebesar 0,000, peran orang tua nilai sebesar 0,000, teman sebaya remaja sebesar 0,004 dan pengaruh iklan pada remaja yaitu sebesar 0,000. Simpulan, ada pengaruh yang signifikan dalam pemberian intervensi konselor sebaya terhadap perilaku pencegahan merokok pada remaja.

Kata Kunci: Konselor Sebaya, Merokok, Remaja

### ABSTRACT

*This study aims to determine peer counselors' influence in shaping smoking prevention behavior in adolescents in the work area of Kalibaru Public Health Center, Cilincing District, North Jakarta. The method used is a quasi-experimental design with pre-test and post-test, then analyzed with non-parametric statistics using the McNemar test. The subjects of this study were 82 adolescents divided into two groups: the intervention group of 41 adolescents and the control group of 41 adolescents. The research instrument used a questionnaire on smoking prevention behavior, parents' role, peers' influence, and advertising's influence. The results showed that the p-value obtained in the provision of peer counselor intervention on adolescent smoking prevention was 0.000, the role of parents was 0.000, adolescent peers were 0.004 and the effect of advertising on adolescents was 0.000. In conclusion, there is a significant influence of peer counselor intervention on smoking prevention behavior in adolescents.*

Keywords: Peer Counselor, Smoking, Adolescent

## PENDAHULUAN

Perilaku merokok di kalangan remaja masih menjadi permasalahan. Masa remaja merupakan tahap mencari jati diri serta sangat erat hubungannya dengan cara beradaptasi dengan lingkungan, remaja masih ingin mencoba hal-hal yang baru dan mudah terpengaruh terhadap lingkungan. Remaja saat ini menganggap bahwa merokok bisa dikatakan sebagai perilaku yang wajar bahkan dimata remaja merokok sebagai perilaku yang gentle/dewasa sehingga menganggap bahwa remaja yang tidak merokok seperti seorang pecundang. Pernyataan tersebut membuat banyak remaja menjadi terpengaruh dan memilih untuk merokok.

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa prevalensi merokok pada remaja mengalami peningkatan setiap tahunnya. Hal ini terlihat dari data riskesdes tahun 2013 sebanyak 7,9%, pada tahun 2016 sebanyak 8,8% dan pada tahun 2018 sebanyak 9,1%. sebanyak 20% dari seluruh pelajar SMP di Indonesia berusia 13-15 tahun sudah pernah merokok dan lebih 30% anak Indonesia mulai merokok sebelum usia 10 tahun. Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah kesehatan serta organisasi-organisasi kesehatan dan kemanusiaan untuk mengurangi jumlah perokok. Namun, sampai saat ini jumlah perokok remaja terus bertambah. Dengan demikian, target pemerintah menurunkan prevalensi menjadi 5,4% pada 2019 belum tercapai (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Fenomena perilaku merokok tampak mencolok dalam kehidupan remaja. munculnya salah satu gejala perilaku negatif (kebiasaan merokok). Merokok dikalangan remaja kini semakin banyak. Dalam hal ini pemerintah berupaya menurunkan prevalensi perokok remaja ialah dengan membentuk program PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja). Program ini sudah dibentuk sejak tahun 2003 yang dilaksanakan di puskesmas dan rumah sakit. Pelaksanaan pelayanan kesehatan peduli remaja melibatkan partisipasi aktif remaja dengan teman sebayanya sebagai konselor (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Konselor sebaya merupakan salah satu cara remaja memberikan pemahaman kepada temannya untuk mampu memahami dirinya sendiri serta lingkungannya, membantu mencegah dari berbagai permasalahan yang dapat menghambat perkembangan dirinya, membantu dalam mengatasi masalah yang dialami temanya dan memberikan bantuan pemeliharaan dan pengembangan berbagai potensi dan kondisi positif yang dimiliki remaja. Penelitian Kurwiyah (2018) menyatakan bahwa pemberian konseling sebaya yang efektif dari konselor sebaya membuat keinginan remaja untuk berhenti merokok sekitar 41,2%. Sedangkan pemberian konseling dari konselor sebaya yang tidak efektif membuat remaja tidak memiliki keinginan berhenti merokok sekitar 11,8%, sehingga dapat disimpulkan bahwa peran konselor sebaya sangat efektif untuk membuat remaja berhenti merokok.

Upaya Kementrian Kesehatan RI untuk meningkatkan kesehatan remaja masih belum tercapai, sehingga diperlukan adanya inovasi pengembangan dan peningkatan program promosi kesehatan yang difokuskan untuk pencegahan. Kajian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konselor sebaya dalam upaya membentuk perilaku pencegahan merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kalibaru Kecamatan Cilincing Jakarta Utara. Peneliti melakukan studi dengan menggunakan intervensi konselor sebaya untuk merubah persepsi remaja bahwa merokok adalah perilaku yang berbahaya bagi kesehatan dan mengurangi minat remaja untuk merokok.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *quasi experimental* dengan rancangan *pre-test* dan *post-test*, dengan analisis statistik *non parametrik* menggunakan Uji *McNemar*. Subjek penelitian sebanyak 82 remaja di wilayah kerja puskesmas Kalibaru, Jakarta Utara. pengambilan sampel tiap sekolah terdiri dari kelompok intervensi 41 remaja dan kelompok kontrol 41 remaja. Diluar dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol peneliti memilih 10 remaja yang menjadi pemberi konselor terhadap kelompok intervensi. Instrument penelitian kelompok intervensi dan kelompok kontrol menggunakan lembar kuesioner tentang perilaku pencegahan merokok, peran orang tua, teman sebaya dan pengaruh iklan. Sementara, untuk pemberi konselor menggunakan media penyuluhan.

## HASIL PENELITIAN

Hasil identifikasi data melalui wawancara, observasi langsung dan telaah Kuesioner disajikan sebagai berikut:

Tabel. 1  
Data Karakteristik Responden

Variabel	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
<b>Umur</b>				
12-13 Tahun	16	39	13	32
14- 16 Tahun	25	61	28	68
Jumlah	41	100	41	100
<b>Jenis Kelamin</b>				
Laki-laki	15	37	17	42
Perempuan	26	63	24	58
Jumlah	41	100	41	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa usia terbanyak pada kelompok intervensi adalah 14-16 tahun. Sedangkan, untuk jenis kelamin terbanyak pada kelompok intervensi adalah perempuan.

Tabel. 2  
Data Perbedaan Rerata Skor Pengaruh Konselor Sebaya dalam Upaya Membentuk Perilaku Pencegahan Merokok pada Remaja Kelompok Intervensi

Variabel	N	Mean	Median	SD	<i>p-Value</i>
<i>Pre</i> Pencegahan Merokok	41	78,73	78,00	5,962	0,000
<i>Post</i> Pencegahan Merokok	41	82,44	83,00	5,124	
Selisih		-3,707			
<i>Pre</i> Peran Orang Tua	41	89,73	90,00	5,779	0,000
<i>Post</i> Peran Orang Tua	41	93,05	94,00	4,272	
Selisih		-3,317			
<i>Pre</i> Teman sebaya	41	74,59	74,00	7,707	0,004
<i>Post</i> Teman sebaya	41	82,34	81,00	8,581	
Selisih		-7,756			
<i>Pre</i> pengaruh iklan	41	63,61	60,00	8,930	0,000
<i>Post</i> pengaruh iklan	41	74,46	74,00	4,621	
Selisih		-10,854			

Data yang diperoleh dari hasil analisis pada tabel 2 menunjukkan adanya perbedaan perilaku pencegahan merokok pada remaja sebelum dan setelah diberikan intervensi konselor sebaya.

Tabel. 3  
Perbedaan Rerata Skor Pengaruh Konselor Sebaya  
dalam Upaya Membentuk Perilaku Pencegahan Merokok  
pada Remaja Kelompok Kontrol

Variabel	N	Mean	Median	SD	<i>p-Value</i>
<i>Pre</i> Pencegahan Merokok	41	79,93	80,00	4,204	0,500
<i>Post</i> Pencegahan Merokok	41	80,68	81,00	3,086	
Selisih		-0,756			
<i>Pre</i> Peran Orang Tua	41	87,41	88,00	6,719	0,500
<i>Post</i> Peran Orang Tua	41	92,17	97,00	6,530	
Selisih		-4,756			
<i>Pre</i> Teman sebaya	41	78,76	79,00	9,489	0,250
<i>Post</i> Teman sebaya	41	84,54	87,00	11,472	
Selisih		-5,780			
<i>Pre</i> pengaruh iklan	41	67,90	69,00	4,055	1,000
<i>Post</i> pengaruh iklan	41	71,56	73,00	8,626	
Selisih		-10,854			

Hasil analisis data pada tabel 3 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara pencegahan merokok, peran orang tua, teman sebaya dan pengaruh iklan pada pencegahan merokok remaja sebelum dan setelah penilaian yang tidak dilakukan intervensi konselor sebaya. Dilihat dari nilai rata-rata (mean) dengan hasil nilai *p-value* setiap pengukuran yaitu 0,05, artinya tidak ada perubahan yang nyata (signifikan) pada pencegahan merokok remaja di setiap penilaian yang dinilai.

## PEMBAHASAN

### Jenis Kelamin dan Umur

Hasil analisis penelitian didapatkan bahwa remaja perempuan dan laki-laki dalam penelitian ini termasuk dalam kategori remaja awal (*early adolescent*) dengan umur 12-16 tahun. Penelitian ini mengumpulkan 41 remaja kelompok kontrol dan 41 remaja kelompok intervensi. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor intrinsik yang melatarbelakangi remaja menjadi perokok, berdasarkan data menyebutkan bahwa 63% pria adalah perokok sedangkan wanita 45% perokok. Penelitian ini sejalan dengan Mirnawati et al., (2018) penelitian yang terdiri dari 45 remaja yakni remaja laki-laki sebanyak 20 (67%) dan remaja perempuan sebanyak 10 (33%). Diketahui pula bahwa sampel yang merokok berjumlah 14 orang (46%) dan berjenis kelamin laki-laki. Umur pertama kali merokok dari 14 remaja yang pernah merokok yakni 2 (7%) remaja laki-laki yang sudah mulai merokok sejak SD di umur 10 tahun, sebanyak 2 (7%) remaja laki-laki mulai merokok sejak SMP umur 13-14 tahun, dan sebanyak 3% remaja mulai merokok sejak SMA umur 16 tahun Perilaku merokok banyak terjadi dimulai pada masa remaja, semakin muda umur mulai merokok semakin kuat kebiasaan merokok dan semakin sulit untuk berhenti merokok. Hal ini didukung oleh Elon & Malinti, (2019) hasil wawancara yang dilakukan terhadap ke 10 informan didapati bahwa alasan informan merokok dikarenakan ingin coba-coba, pengaruh sahabat, iseng-iseng, ketagihan serta melihat orang tua menjadi alasan remaja merokok.

### **Pengaruh Perilaku Pencegahan Merokok pada Remaja setelah Diberikan Intervensi Konselor Sebaya**

Hasil dari *post* intervensi konselor sebaya terhadap perilaku pencegahan merokok pada remaja dengan uji statistik *Mc Nemar* didapatkan nilai *p-value* = 0,000. Hasil uji statistik didapatkan nilai yang signifikan sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian konselor sebaya terhadap perilaku pencegahan merokok setelah diberikan intervensi. Salah satu faktor yang mempengaruhi sikap individu yaitu melalui teman sebaya. Teman sebaya mempunyai tenaga yang cukup besar terutama remaja dalam pembentukan sikap. Adanya kecenderungan untuk mendapatkan penerimaan dari teman sebayanya, mendorong para remaja sangat mudah dipengaruhi oleh kelompoknya. Kurwiyah (2018) dalam penelitiannya menyatakan bahwa konselor sebaya merupakan salah satu cara bagi para siswa belajar bagaimana memperhatikan dan membantu teman-temannya yang lain. Penelitian ini mengidentifikasi proporsi peran konselor sebaya dalam memberikan komunikasi, informasi dan edukasi tentang rokok kepada responden telah efektif. Responden merasa nyaman dan cukup puas konsultasi dengan teman sebaya. Sejalan dengan Nurleny (2018) bahwa *peer education* merupakan metode pendidikan yang lebih bermanfaat karena dapat merubah perilaku secara baik karena alih pengetahuan dilakukan antar kelompok sebaya yang mempunyai hubungan lebih akrab, penggunaan bahasa yang sama, serta dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja dengan cara penyampaian yang santai.

### **Pengaruh Peran Orang Tua pada Remaja setelah Diberikan Intervensi Konselor Sebaya**

Nilai *post* intervensi konselor sebaya terhadap peran orang tua dengan hasil uji statistik *Mc Nemar* didapatkan nilai *p value* = 0,000 dibawah nilai *p Value* < 0.05. Hasil uji statistik didapatkan nilai yang signifikan. sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh peran orang tua setelah diberikan intervensi konselor sebaya. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Rahmawati & Raudatussalamah (2020) hasil analisis menemukan bahwa pola asuh orangtua mempengaruhi perilaku merokok pada remaja laki-laki dengan nilai *koefisien B* sebesar -0,255 dengan signifikansi 0,005. Hal ini berarti bahwa hubungan antara pola asuh orangtua dengan perilaku merokok berkorelasi negatif, artinya semakin rendah keterlibatan orangtua dalam mengasuh remaja maka akan semakin tinggi perilaku merokok pada remaja laki-laki, sebaliknya semakin tinggi keterlibatan orangtua dalam mengasuh remaja maka akan semakin rendah perilaku merokok pada remaja laki-laki. Pengaruh perilaku orangtua akan sangat kuat kepada anak-anaknya karena orangtua sebagai contoh apabila orangtua adalah perokok berat, maka anak-anaknya akan mungkin sekali mencontohnya Begitu juga sebaliknya, jika orangtua menerapkan aturan tegas dan melakukan pengawasan serta menjadi orangtua yang penuh perhatian dan kasih sayang kepada anak-anaknya, maka pencegahan perilaku merokok juga akan sangat mudah dipatuhi oleh sang anak, terlebih dengan contoh orangtua yang tidak merokok maka akan memudahkan bagi sang anak untuk patuh dan mencontoh perilaku orangtua.

### **Pengaruh Teman Sebaya pada Remaja setelah Diberikan Intervensi Konselor Sebaya**

Nilai *post* intervensi konselor sebaya terhadap teman sebaya remaja dengan hasil uji statistik *Mc Nemar* didapatkan nilai *p value* = 0,004 dibawah nilai *p value* < 0.05. Hasil uji statistik didapatkan nilai yang signifikan sehingga dapat disimpulkan bahwa

ada Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku merokok remaja setelah diberikan intervensi konselor sebaya. Teman sebaya berperan penting untuk memberi pengaruh yang positif dan negatif bila banyak remaja yang merokok, maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok dan demikian sebaliknya. Hal tersebut memungkinkan terjadi. Remaja dapat terpengaruh oleh teman-temannya atau bahkan teman-teman tersebut dipengaruhi oleh remaja tersebut, hingga akhirnya semua remaja menjadi perokok. Hal ini sejalan dengan penelitian Isa (2017) yang menyatakan bahwa teman sebaya sangat berpengaruh terhadap perilaku merokok dikarenakan remaja merupakan remaja awal dimana pada masa ini merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa karena usia remaja masih rentan dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya sehingga perubahan polapikir dimulai dari masa ini dan adanya pengaruh pergaulan yang sudah mulai terbentuk kelompok-kelompok pertemanan (geng) yang juluki remaja jaman sekarang. Karena apabila yang tidak memiliki geng menurut mereka kurang gaul sehingga dimasa inilah banyak melakukan hal-hal baru yang membuat mereka penasaran. Bukan hanya siswa dengan teman dalam area sekolahnya akan tetapi teman pergaulan diluar sekolah atau teman dari kelompok lain. Bisa disimpulkan bahwa semakin banyak remaja yang merokok, maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok dan demikian sebaliknya.

### **Pengaruh Iklan pada Remaja setelah Diberikan Intervensi Konselor Sebaya**

Nilai *post* intervensi konselor sebaya terhadap pengaruh Iklan pada remaja dengan hasil uji *statistic Mc Nemar* didapatkan nilai *p value* = 0,000. diatas nilai *p value* < 0.05. Hasil uji statistik didapatkan nilai yang signifikan sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbandingan antara pengaruh iklan sebelum dan setelah kontrol. Iklan sebagai media promosi yang sangat ampuh dalam membentuk opini publik dibidang rokok, para ahli menyatakan iklan rokok dapat merangsang seseorang untuk mulai merokok, dapat menghambat perokok yang ingin berhenti merokok atau mengurangi rokoknya, dapat merangsang perokok untuk merokok lebih banyak lagi, dan memotivasi perokok untuk memilih merek-merek rokok tertentu Tampilan iklan rokok yang menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambang kejantanan membuat remaja seringkali terpicu untuk mengikuti perilaku seperti yang ada dalam iklan tersebut. Penelitian ini sejalan dengan Damang et al., (2019) yang menunjukkan bahwa pengaruh iklan tidak mempengaruhi perilaku merokok pengaruh iklan diperoleh dari proses tidak tahu menjadi tahu dengan melakukan proses pembelajaran, penerimaan materi, bahan ajaran, dan pengalaman serta kemampuan menganalisa. Iklan rokok senantiasa menampilkan bahwa perokok adalah lambing kejantanan yang membuat remaja sering kali terpicu untuk mengikuti perilaku seperti iklan tersebut

### **SIMPULAN**

Peran konselor sebaya dalam pencegahan perilaku merokok pada remaja adalah memberikan edukasi tentang bahaya merokok. Mayoritas responden berkeinginan untuk tidak merokok karena pada saat pemberian edukasi menggunakan media poster responden melihat gambaran penyakit akibat rokok sehingga timbul rasa takut dalam diri responden ketika mereka ingin merokok. Dengan demikian, ada pengaruh pemberian konselor sebaya terhadap perilaku pencegahan merokok remaja.

## SARAN

Diharapkan petugas puskesmas untuk lebih meningkatkan, memperhatikan dan memberdayakan remaja untuk mengikuti kegiatan kesehatan remaja. kader remaja sebaiknya lebih aktif mengikuti kegiatan-kegiatan yang diadakan oleh petugas Puskesmas seperti kegiatan penyuluhan tentang Kesehatan. Akademisi dapat menggunakan hasil ini sebagai *evidence base practice* dan menambah wawasan baru baik untuk pengajar maupun mahasiswa sehingga menjadi bahan rujukan untuk pengembangan materi, tambahan ilmu pengetahuan dalam pengembangan keperawatan khususnya di keperawatan komunitas. Selain itu, penelitian ini diharapkan menjadi salah satu data dasar untuk penelitian berikutnya khususnya mengenai konselor sebaya. Penelitian selanjutnya sebaiknya menggunakan penelitian kualitatif agar lebih menggali lebih dalam dan mengembangkan lagi dari hasil penelitian ini ke tahap yang lebih tinggi sehingga bisa menyempurnakan penelitian ini dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Damang, S. A., Syakur, R., & Andriani, R. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Merokok pada Remaja di SMP Negeri 7 Langgudu Kabupaten Bima. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 32–39. <https://doi.org/10.36090/jkkm.v1i1.294>
- Elon, Y., & Malinti, E. (2019). Fenomena Merokok pada Anak Usia Remaja: Studi Kualitatif. *Klabat Journal of Nursing*, 1(1), 78-87. <https://doi.org/10.37771/kjn.v1i1.385>
- Isa, L., Lestari, H., & Afa, J. R. (2017). Hubungan Tipe Kepribadian, Peran Orang Tua dan Saudara, Peran Teman Sebaya, dan Peran Iklan Rokok dengan Perilaku Merokok pada Siswa SMP Negeri 9 Kendari Tahun 2017. *JIM Kesmas: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(7), 1-10. <http://ojs.uho.ac.id/index.php/JIMKESMAS/article/view/3423/2578>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *HTTS 2019: Jangan Biarkan Rokok Merenggut Napas Kita*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19071100001/htts-2019-jangan-biarkan-rokok-merenggut-napas-kita.html>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Pemuda Rumuskan Keterlibatan Bermakna dalam Pembangunan Kesehatan*. <https://www.kemkes.go.id/article/print/19032200001/pemuda-rumuskan-keterlibatan-bermakna-dalam-pembangunan-kesehatan.html>
- Kurwiyah, N. (2018). Peran Konselor Sebaya terhadap Upaya Berhenti Merokok. *Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice*, 1(2), 27-33. <https://doi.org/10.24853/ijnsp.v1i2.27-33>
- Nurleny, N. (2018). Pengaruh Peer Group Education Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Di SMK Taman Siswa Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Prima Nusantara Bukittinggi*, 9(2). <http://www.ejurnal.stikesprimanusantara.ac.id/index.php/JKPN/article/view/361/4>
- Mirawati, M., Nurfitriani, N., Zulfarini, F. M., & Cahyati, W. H. (2018). Perilaku Merokok pada Remaja Umur 13-14 Tahun. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 2(3), 396–405. <https://doi.org/10.15294/higeia.v2i3.26761>
- Rahmawati, Y., & Raudatussalamah, R.. (2020). Perilaku Merokok pada Pelajar: Peran Orang Tua dalam Pengasuhan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(1), 20-28. <https://doi.org/10.24014/pib.v1i1.8268>