



Pengaruh Peer Education Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Wajak

Much. Rizal Arifin ¹, Rahmawati Maulidia ¹, Ridwan Sofian ¹

¹ Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maharani Malang

INFORMASI

Korespondensi:
arifinrizalmuch@gmail.com

Keywords:
Peer Education, Smoking
Behavior, Adolescent

ABSTRACT

Objective: The purpose of this study was to determine whether there is an Influence of Peer Education on Smoking Behavior in Adolescents at SMP Negeri 1 Wajak

Methods: The research design used a Pre-Experimental approach with One Group Pretest-Posttest Design. The sample consisted of 30 adolescents who had a smoking personality. The sampling technique used the Purposive Sampling method. The measuring instrument used a smoking behavior questionnaire sheet. Data analysis used the Wilcoxon Sign Rank Test

Results: The results showed that more than half of the students before being given peer education related to smoking behavior with a sufficient category of 20 respondents (66.7%). After being given peer education related to smoking behavior, almost all students showed results in the low category of 26 respondents (86.7%). The results of the Wilcoxon Test analysis showed a p-value of Asymp. sig (2-tailed) = 0.000 ($\alpha < 0.05$), which means that there is an Influence of Peer Education on Smoking Behavior in Adolescents at SMP Negeri 1 Wajak.

Conclusion: Peer education has a positive impact on smoking behavior because with peer education, not only knowledge is gained, but also personal experiences are shared in the process of quitting smoking. Peer education involving peers often has a major influence on a person's attitude, especially adolescents because information conveyed by peers is often better accepted and understood. Peers can increase an individual's understanding of the dangers of smoking, including long-term health risks such as cancer, heart disease, and respiratory disorders and increase self-confidence in dealing with pressure.

PENDAHULUAN

Perilaku merokok remaja jika tidak segera dicegah dapat berdampak pada remaja antara lain dari dampak fisiknya merokok mempunyai banyak efek negatif yang berbahaya pada kesehatan remaja dan kebiasaan merokok tidak hanya merugikan perokok itu sendiri, tetapi juga mengancam masyarakat di sekitarnya. Kandungan rokok menyebabkan kerusakan dan berbagai macam penyakit di mulut seperti *periodontitis* (infeksi pada gusi), penyakit kerongkongan seperti *faringitis* (infeksi faring) dan *laringitis* (infeksi laring atau pita suara), penyakit di bronkus seperti *bronkitis* (infeksi bronkus), dan penyakit pada paru-paru seperti kanker paru, penyakit paru obstruktif (Gobel *et al.*, 2023).

Dampak secara psikologis akibat dari perilaku merokok tersebut dapat mempengaruhi perilaku siswa di sekolah baik secara langsung seperti malas belajar dan tidak langsung seperti prestasi menurun dan jarang masuk (bolos), terganggunya konsentrasi belajar, menurunnya prestasi (Nur *et al.*, 2022). Pada masa remaja perilaku merupakan salah satu proses perkembangan jati diri, banyak faktor yang mempengaruhi usia ini antara lain kematangan mental, emosi dan fisik. Kelompok usia sekolah atau biasa disebut remaja merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap risiko dari dunia luar dan sering terkena pengaruh negatif, termasuk merokok, karena usia remaja atau belum mencapai kedewasaan (Gemilang, 2022).

Menurut Riskesdas dalam Gemilang (2022), Indonesia menjadi peringkat pertama sebagai negara dengan konsumen perokok tertinggi di Asia Tenggara, dengan jumlah mencapai 46,16% pada tahun 2013 Prevalensi data perokok di Indonesia tahun 2018 sebesar 28,8%. Menurut Riskesdas dalam Amelia & Sunarti (2017), prevalensi perokok siswa laki-laki usia 13-15 tahun adalah sebesar 41% dan prevalensi perokok siswa perempuan usia 13-15 tahun adalah sebesar 3,5%. (Muslim *et al.*, 2023). Sedangkan di Jawa Timur pada tahun 2021, menurut Badan Pusat Statistik (BPS) dalam Hardiawan (2022), Jawa Timur mengeluarkan laporan Statistik Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2021. Perilaku merokok menjadi suatu kebiasaan yang umum dilakukan penduduk pada usia produktif, terdapat 0,34 persen penduduk kelompok umur 10-14 tahun dan jumlahnya meningkat pada umur 15-19 tahun yaitu 11,41 persen.

Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Malang dalam Wicaksana (2023), ada 5.624 anak perokok aktif pada periode Januari-Mei 2023. Sementara sepanjang tahun 2022 lalu, terdeteksi anak yang merokok menca-

pai 19.318. Tahun lalu mencapai 21.863 anak usia 10-18 tahun. Di Kabupaten Malang terdapat 5.624 remaja yang menjadi perokok aktif, salah satunya terpengaruh oleh faktor lingkungan yang banyak berpengaruh kepada tingginya jumlah perokok remaja. Apalagi saat ini banyak rokok tembakau yang harganya sangat terjangkau. Termasuk rokok *ilegal* yang banyak diproduksi di kawasan Malang Selatan.

Perilaku merokok merupakan perilaku membakar salah satu produk tembakau yang dimaksudkan untuk dibakar, dihisap dan/atau dihirup termasuk rokok kretek, rokok putih, cerutu atau bentuk lainnya (Anggraeni, 2019). Rokok biasanya berbentuk silinder kertas, panjang 70 mm hingga 120 mm, diameter kira-kira 10 mm, tergantung negaranya, dan berisi lembar daun tembakau cincang. Dari penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa rokok pada dasarnya adalah produk adiktif yang terbuat dari tembakau kering dan dikemas dalam silinder (Fatonah & Amartia, 2016). Menurut Neka *et al.*, (2019), terdapat 3 tipe perokok yang dapat diklasifikasi menurut banyaknya rokok yang dihisap yaitu, perokok yang menghisap 1-4 batang rokok dalam sehari, perokok sedang yang menghisap 5-14 batang rokok sehari, perokok berat yang menghisap lebih dari 15 batang rokok sehari.

Menurut Wiratini *et al.*, (2015), dengan judul “Pengaruh *Peer Education* Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Di Sman “X” Denpasar” dari hasil penelitian yang telah dilakukan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan, sikap dan psikomotor sebelum dan setelah diberikan intervensi *peer education* yang artinya pengetahuan dapat dipelajari dengan modul yang diberikan kepada kelompok sebayanya. *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.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti dengan 10 remaja di SMP Negeri 1 Wajak pada hari Selasa, 21 Mei 2024, didapatkan seluruh remaja memiliki perilaku merokok. Remaja mulai merokok pada kelas 6 SD sebanyak 5 remaja (0,5%), mulai merokok pada kelas 7 sebanyak 3 remaja (0,3%), dan ada 2 remaja yang mencoba merokok masih tergolong dalam usia anak-anak yaitu kelas 3 SD dan kelas 5 SD. Hal tersebut disebabkan masih kurangnya edukasi terhadap orang tua dari remaja. Faktor utama remaja kelas 8 yang melakukan perilaku merokok seperti 5 remaja yang mencoba untuk merokok dipengaruhi oleh teman, 3 remaja yang mencoba-coba karena penasaran, dan 2 orang remaja yang mencoba-coba men-

gambil rokok milik ayahnya. Data frekuensi perokok remaja dalam sehari tergolong menjadi perokok ringan (1-4 batang rokok) sebanyak 3 remaja, perokok sedang (5-14 batang rokok) sebanyak 5 remaja, dan ada 2 remaja yang tergolong kedalam perokok berat (>15 batang rokok), dimana kedua remaja tersebut dalam sehari bisa menghabiskan lebih dari 20 batang rokok. Rata-rata mereka membeli rokok dari uang jajan, hasil menjual akun *game*, membantu orang tua, dan membantu kakaknya menjual sepeda motor. Meskipun demikian, ada salah satu remaja yang berkeinginan untuk berhenti merokok dengan secara bertahap mengurangi konsumsi rokok dalam sehari sekarang menjadi 1-2 batang rokok saja.

Sehubungan dengan hasil studi pendahuluan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian Pengaruh *Peer Education* Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Awal Di SMP Negeri 1 Wajak.

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* dengan menggunakan jenis penelitian *Pre Eksperimental* pada tahap awal terdiri dari *Pre Test* kepada kelompok, kemudian pemberian perlakuan atau eksperimen kepada kelompok, dan *Post Test* kepada kelompok. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan populasi yang hanya terdiri dari remaja laki-laki yang pernah mengalami perilaku merokok terdiri dari 152 remaja laki-laki kelas 8. Pengambilan sampel dilakukan. Menurut pendapat Arikunto (2017:173) dalam Putra *et al.*, (2023), yang mengatakan bahwa apabila subjeknya kurang dari 100, maka seluruh populasi menjadi sampel penelitian. Tetapi jika subjeknya lebih dari 100 maka dapat diambil 10-15% atau 15-25%. hasil penjumlahan sampel penelitian yang dikaitkan dengan kriteria inklusi ini adalah $152 \times 20\% = 30,4$. Maka hasilnya dibulatkan menjadi 30 remaja yang memiliki kepribadian merokok. Kriteria inklusi remaja laki-laki yang berusia (13-15 tahun), remaja laki-laki yang merokok aktif minimal 2 bulan. Kriteria Eksklusi remaja laki-laki yang tidak bersedia mengikuti Penelitian, remaja laki-laki yang menggunakan *vape*. Terknik pengumpulan data menggunakan kuesioner Perilaku Merokok (Tarigan, 2018) dengan pemilihan 30 remaja yang memenuhi kriteria inklusi serta pengkaderan 4 siswa sebagai *peer leader* yang memiliki pengalaman berhenti atau mengurangi merokok. Para *peer leader* diberikan pembekalan dan evaluasi materi sebelum pelaksanaan intervensi. Diawali dengan pengisian kuesioner *pre test*, dilanjutkan dengan penyuluhan melalui pendekatan *peer education* dalam kelompok kecil selama 30 menit, dan diakhiri dengan pengisian kuesioner *post test*. Analisis

data dilakukan dengan *Uji Wilcoxon Sign Rank Test* menggunakan *IBM SPSS Statistics 20*. Teknik pengolahan data digunakan setelah pengumpulan data yaitu : tahap *editing*, tahap *coding*, tahap *scoring*, tahap *tabulating*, dan tahap *cleaning*. Berdasarkan surat lolos uji dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Noor Huda Mustofa (UNMH) dengan nomor 2339/KEPK/UNIV-NHM/EC/XII/2024 dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan *Privacy*, dan 7) Persetujuan Sebelum Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016.

HASIL

Penelitian pengaruh *peer education* terhadap perilaku merokok pada remaja di SMP Negeri 1 Wajak mendapatkan hasil sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Wajak

Usia	n	%
13	9	30
14	15	50
15	6	20
Total	30	100

Berdasarkan hasil pada tabel 1. menunjukkan bahwa usia mayoritas setengah dari jumlah total keseluruhan (100%) adalah usia 14 tahun dengan persentase 50%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Informasi Tentang Merokok Responden Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Wajak

Informasi Tentang Merokok	n	%
Pernah	19	63,3
Tidak Pernah	11	36,7
Total	30	100

Berdasarkan hasil pada tabel 2. menunjukkan bahwa informasi tentang perilaku merokok bahwa lebih dari setengah pernah mendapatkan informasi perilaku merokok sebanyak 19 remaja dengan persentase 63,3%. Berdasarkan wawancara yang peneliti tanyakan kepada responden ada beberapa siswa remaja di kelasnya masih belum mendapatkan penjelasan lebih lengkap terkait perilaku merokok, di mana pada SMP Negeri 1 wajak sudah diprogramkan melalui Guru Bimbingan Konseling dan masih bertahap di setiap kelasnya.

Tabel 3. Perilaku Merokok Pada Remaja Sebelum Diberikan *Peer Education* Di SMP Negeri 1 Wajak

Perilaku Merokok (<i>Pre Test</i>)	n	%
Rendah	4	13,3
Cukup	20	66,7
Sedang	6	20
Total	30	100

Berdasarkan hasil pada tabel 3. menunjukkan bahwa sebelum diberikan *peer education* terkait perilaku merokok lebih dari setengah siswa menunjukkan perilaku merokok dengan kategori cukup sebanyak 20 responden (66,7%) di SMP Negeri 1 Wajak.

Tabel 4. Perilaku Merokok Pada Remaja Sesudah Diberikan *Peer Education* Di SMP Negeri 1 Wajak

Perilaku Merokok (<i>Post Test</i>)	n	%
Rendah	26	86,7
Cukup	4	13,3
Total	30	100

Berdasarkan hasil pada tabel 4. menunjukkan bahwa setelah diberikan *peer education* terkait perilaku merokok hampir seluruh siswa menunjukkan hasil dengan kategori rendah sebanyak 26 responden (86,7%) di SMP Negeri 1 Wajak.

Tabel 5. Hasil Analisis Pengaruh *Peer Education* Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Wajak

Perilaku Merokok	N	Median (Min-Max)	(2-tailed)	p-value (Asymp.Sig)
<i>Pre Test</i> Perilaku Merokok	30	2.00	-4.939	0,000
<i>Post Test</i> Perilaku Merokok	30	1.00		

Berdasarkan hasil tabel 5. menunjukkan bahwa hasil dari analisa data terdapat perubahan perilaku merokok sebelum diberikan *peer education* dan sesudah diberikan *peer education*. Berdasarkan uji statistik perilaku merokok sebelum dan sesudah diberikan *peer education* menggunakan uji *Wilcoxon sign rank* diperoleh nilai p-value Asymp.sig (2-tailed) = 0,000 ($p\alpha < 0,05$) sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Jadi, ada pengaruh *peer education* terhadap perilaku pada remaja di SMP Negeri 1 Wajak.

PEMBAHASAN

Karakteristik Perilaku Merokok Sebelum Diberikan *Peer Education* (*Pre Test*)

Berdasarkan hasil penelitian terkait dengan hasil *pre test* terhadap perilaku merokok pada responden yang dilakukan di SMP Negeri 1 Wajak, menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi melalui metode *peer education*, terdapat 6 responden (20%) yang berada dalam kategori perilaku merokok sedang, 20 responden (66,7%) dalam kategori cukup, dan 4 responden (13,3%) dalam kategori rendah. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiratini (2015), yang juga mengidentifikasi sebagian besar responden berada dalam kategori cukup dengan persentase 68,3%, diikuti oleh kategori sedang yang mencakup 18,3% responden, serta kategori rendah sebanyak 13,3% responden. Sebelum dilakukan intervensi *peer education*, para responden terlebih dahulu diberikan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan mereka tentang perilaku merokok.

Menurut penelitian sebelumnya oleh Wiratini *et al.*, (2015), yang mengacu pada pendapat Manurung (2005), ditemukan adanya pengaruh yang signifikan terhadap perubahan perilaku merokok setelah penerapan metode *peer education*. *Peer education* diakui sebagai metode yang efektif karena mampu mendorong perubahan perilaku yang positif melalui proses pertukaran pengetahuan antar kelompok sebaya. Hal ini disebabkan oleh hubungan yang lebih akrab antar peserta, penggunaan bahasa yang mudah dipahami, serta fleksibilitas dalam pelaksanaan yang memungkinkan metode ini diterapkan di berbagai situasi. Dengan pendekatan yang lebih santai, sasaran belajar, dalam hal ini remaja, merasa lebih nyaman untuk berdiskusi mengenai isu-isu sensitif seperti merokok. Keberhasilan dalam penyampaian informasi kesehatan ini terbukti mampu mengubah perilaku merokok remaja, terutama berkat kemampuan *peer education* dalam menguasai materi dan menyampaikannya dengan cara yang mudah diterima oleh teman sebaya.

Menurut Hurlock dalam Rismana (2013), Masa remaja merupakan masa yang penting. Perkembangan fisik yang cepat dan signifikan diiringi dengan perkembangan mental yang pesat, terutama pada masa remaja awal. Dari semua perkembangan tersebut timbulah perlunya penyesuaian mental dan perlunya pembentukan sikap, nilai, dan kepentingan yang baru. Masa remaja sebagai masa perubahan. Derajat perubahan sikap dan perilaku pada masa remaja berhubungan dengan derajat perubahan fisik. Perubahan yang cepat

pada tubuh diikuti dengan perubahan sikap dan perilaku yang cepat, begitu pula sebaliknya.

Menurut Sen dan Basu dalam Wardoyo (2019), generasi muda, terutama remaja, lebih cenderung untuk merokok jika mereka terpapar iklan-iklan rokok di media massa atau media elektronik yang menggambarkan merokok sebagai simbol kejantanan atau daya tarik. Iklan-iklan ini dapat memberikan kesan bahwa merokok adalah suatu tindakan yang meningkatkan status sosial atau daya tarik seseorang, yang sangat mempengaruhi remaja yang cenderung mudah dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, dampak negatif dari iklan tembakau dapat diminimalisir jika iklan-iklan tersebut tidak disiarkan pada jam-jam tayang utama atau pada saluran televisi yang sering ditonton oleh remaja.

Menurut penelitian Wiratini *et al.*, (2015), juga mencatat adanya beberapa keterbatasan. Salah satunya adalah perlunya pengembangan lebih lanjut untuk menarik perhatian responden, seperti menambah aspek-aspek yang belum dijadikan fokus dalam penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk merancang metode yang lebih inovatif agar intervensi ini menjadi lebih efektif. Selain itu, observasi langsung terhadap responden dengan melibatkan peran guru dalam proses penelitian akan memberikan wawasan lebih lanjut mengenai efektivitas *peer education* dalam merubah perilaku merokok di kalangan remaja. Peneliti juga menyarankan agar waktu pelaksanaan penelitian dikonsultasikan terlebih dahulu dengan pihak sekolah, untuk memastikan kelancaran dan efektivitas intervensi yang dilakukan.

Menurut opini peneliti bahwa metode *peer education* memainkan peran yang sangat penting dan strategis dalam proses perubahan perilaku merokok di kalangan remaja. Dalam konteks ini, *peer education* atau *leader* sebaya berfungsi sebagai pemimpin yang tidak hanya mentransfer pengetahuan teoritis mengenai dampak negatif merokok, tetapi juga berbagi pengalaman pribadi yang relevan, sehingga lebih mendekatkan pesan tersebut dengan realitas kehidupan sehari-hari remaja. Salah satu aspek yang paling mencolok adalah kemampuan mereka untuk menggunakan bahasa yang lebih akrab, santai, dan sesuai dengan pemahaman rekan-rekan sebayanya. Mereka berbagi pengalaman pribadi mengenai perjuangan mereka dalam berhenti merokok, yang dapat memberikan dorongan emosional dan psikologis bagi teman-teman sebayanya yang mungkin juga menghadapi tantangan serupa. Selain itu, *peer education* memberikan tips praktis secara bertahap, seperti mengganti kebiasaan merokok dengan aktivitas positif lainnya. Contohnya, mereka men-

ganjurkan agar kebiasaan merokok digantikan dengan permen karet. Dengan cara ini, mereka memberikan solusi nyata yang dapat langsung diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pembentukan kelompok diskusi sebaya yang mendalam sangat penting dalam mendukung proses perubahan perilaku ini.

Menurut opini peneliti selain peran *peer education*, keberadaan guru dalam penelitian ini juga memiliki signifikansi yang tidak kalah pentingnya saat kegiatan pengisian kuisisioner yang dilakukan oleh peneliti, peran guru juga sangat menentukan. Guru bertanggung jawab untuk memastikan bahwa peserta mengerjakan kuisisioner dengan sungguh-sungguh dan tanpa adanya kolaborasi yang tidak diinginkan antar responden. Dengan demikian, hasil dari kuisisioner dapat mencerminkan sikap dan perilaku asli para remaja, tanpa adanya distorsi akibat kerja sama yang tidak sah antara peserta. Keberadaan guru sebagai pengawas yang disiplin akan menjamin bahwa data yang terkumpul lebih valid dan dapat diandalkan dalam menggambarkan perubahan perilaku merokok yang terjadi pada remaja setelah intervensi *peer education*. Keduanya berkolaborasi untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, menjaga ketertiban, serta memastikan bahwa proses pendidikan kesehatan ini memberikan dampak yang nyata dan positif terhadap perilaku remaja.

Menurut opini peneliti pada usia remaja, banyak individu mulai tertarik mencoba mengkonsumsi rokok, sering kali dipengaruhi oleh rasa ingin tahu, tekanan dari teman sebaya, atau upaya untuk terlihat lebih dewasa. Kebiasaan ini biasanya diawali dengan coba-coba, tetapi dapat berkembang menjadi kebiasaan rutin jika tidak ada pengawasan atau intervensi yang tepat. Selain itu, faktor lingkungan, seperti keberadaan teman atau anggota keluarga yang merokok, turut mendorong perilaku ini pada masa yang rentan tersebut. Selain itu ada pengaruh maraknya perilaku merokok dalam remaja salah satunya pada jaman sekarang mudah tersebar dengan melalui lebih cenderung merokok jika melihat iklan di media massa atau media elektronik yang memberikan gambaran bahwa merokok merupakan simbol kejantanan bagi laki-laki atau simbol daya tarik bagi Anda akan dibujuk untuk melakukannya. Apalagi bagi para remaja yang masih memiliki sifat mudah dipengaruhi teman sebayanya

Identifikasi Perilaku Merokok Setelah Diberikan *Peer Education* (*Post Test*)

Berdasarkan hasil penelitian terkait hasil *post test* dari responden yang mengikuti penelitian di SMP Negeri 1 Wajak, perilaku merokok setelah diberikan intervensi

melalui *peer education* mengalami perubahan yang signifikan. Hasil *post test* setelah diberikan perlakuan *peer education* menunjukkan bahwa hanya 4 responden (13,3%) yang masuk dalam kategori cukup, sementara 26 responden (86,7%) berada dalam kategori rendah, yang menunjukkan penurunan perilaku merokok secara substansial. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiratini *et al.*, (2015), yang juga menemukan bahwa setelah diberikan *peer education*, sebagian besar responden sejumlah 60 orang dapat menurunkan perilaku merokok mereka, dengan 84,33% responden berada dalam kategori rendah, dan 15,33% di antaranya dalam kategori cukup. Salah satu faktor yang dapat menjelaskan perubahan ini adalah pengaruh teman sebaya, yang memiliki peran besar dalam membentuk sikap individu, khususnya di kalangan remaja. Keinginan untuk diterima dalam kelompok teman sebaya sering kali mendorong remaja untuk mudah dipengaruhi oleh perilaku kelompok mereka, termasuk dalam hal kebiasaan merokok.

Menurut Nainggolan dalam Wardoyo (2019), pengaruh teman sebaya terhadap perilaku remaja sangat kuat. Jika seorang remaja berada dalam lingkungan yang sebagian besar anggotanya merokok, maka ada kemungkinan besar bahwa remaja tersebut akan mengadopsi kebiasaan yang sama. Hal ini disebabkan oleh adanya dorongan untuk merasa diterima oleh teman-temannya, yang sering kali menjadi alasan utama bagi remaja untuk mengikuti kebiasaan kelompok, meskipun kebiasaan tersebut berisiko bagi kesehatan mereka. Ketakutan akan penolakan sosial atau rasa tidak sesuai dengan norma kelompok dapat memicu seorang remaja untuk mengikuti kebiasaan merokok, meskipun ia tidak sepenuhnya menyadari dampak buruknya.

Menurut Tarigan (2018), menjelaskan bahwa perubahan perilaku yang efektif membutuhkan kesiapan individu untuk menerima perubahan tersebut. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang bahaya merokok diharapkan dapat memotivasi mereka untuk menghindari kebiasaan merokok dan, jika sudah merokok, untuk berhenti secara bertahap. Pemberian informasi yang tepat mengenai dampak buruk merokok diharapkan dapat menjadi langkah awal yang efektif dalam memfasilitasi perubahan sikap dan perilaku remaja terhadap rokok.

Menurut Surodjo & Langi dalam Gemilang (2022), selain pengetahuan mengenai dampak merokok, pemahaman mengenai kandungan berbahaya dalam rokok juga sangat penting. Rokok mengandung zat berbahaya, salah satunya adalah nikotin, yang merupakan zat adiktif yang dapat mempengaruhi sistem saraf dan

peredaran darah. Nikotin bersifat karsinogenik dapat memicu kanker paru-paru. Kandungan nikotin dalam asap rokok berkisar antara 0,5 hingga 3 mg per batang rokok, dan seluruh nikotin ini diserap ke dalam aliran darah, yang akhirnya menyebabkan peningkatan kadar nikotin dalam darah hingga 40-50 mg/ml. Efek nikotin pada tubuh termasuk peningkatan detak jantung dan tekanan darah. Tar yang bersifat lengket dan dapat menempel di paru-paru, menyebabkan saluran pernapasan teriritasi, tar yang tertimbun di saluran pernapasan dapat menyebabkan kanker pada organ pernapasan, termasuk mulut, lidah, dan bibir. Selain itu, timah hitam yang dihasilkan dari setiap batang rokok juga berpotensi menyebabkan keracunan pada tubuh, dengan kandungan timah hitam sebesar 0,5 mikrogram per batang rokok, yang jika dikonsumsi dalam jumlah besar bisa melebihi ambang batas yang berbahaya bagi tubuh. Gas karbon monoksida (CO) yang terkandung dalam asap rokok juga memiliki dampak yang sangat merugikan bagi kesehatan, karena gas ini mengikat hemoglobin dalam darah lebih kuat daripada oksigen, sehingga mengurangi pasokan oksigen yang dibutuhkan oleh tubuh.

Menurut opini peneliti bahwa penerapan metode *peer education* berkontribusi positif dalam mengurangi perilaku merokok di kalangan remaja. Melalui penyampaian informasi yang lebih relevan dan mudah dipahami dalam kelompok sebaya, serta dukungan dari faktor eksternal seperti keterlibatan guru dan pengawasan media, upaya perubahan perilaku merokok menjadi lebih efektif dan berpotensi bertahan dalam jangka panjang. Teman sebaya memiliki dampak yang signifikan karena di wawancarai oleh peneliti satu persatu rata-rata responden mengatakan bahwa ketika berkumpul dengan teman sebayanya mereka lebih banyak menghabiskan rokok, dan ada beberapa remaja bisa menghabiskan 2 bungkus rokok, padahal kandungan yang ada di dalam rokok jika terus menerus dikonsumsi dengan jumlah yang banyak akan menyebabkan beberapa gangguan kesehatan contohnya seperti, infeksi saluran pernapasan, kanker paru, dan ppok.

Menurut opini peneliti banyak dari mereka semua setelah dijelaskan oleh *leader peer education* mengetahui terkait kandungan-kandungan dari rokok, seperti nikotin yang dapat mempengaruhi sistem saraf dan pembuluh darah, yang menyebabkan jantung berdebar-debar dan meningkatkan tekanan darah. Tar dan asap rokok merangsang jalan nafas, dan tertimbun di saluran tersebut sehingga menyebabkan batuk dan sesak nafas, Sementara ambang batas timah hitam yang masuk kedalam tubuh adalah 20 ug per hari. Bisa

dibayangkan bila seseorang perokok berat menghisap rata-rata 2 bungkus rokok per hari, berapa banyak zat berbahaya ini masuk kedalam tubuh. Gas karbon monoksida (CO) memiliki kecenderungan yang kuat untuk berikatan dengan hemoglobin dalam sel-sel darah merah

Analisis Pengaruh *Peer Education* Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Wajak

Berdasarkan analisis perilaku merokok sebelum dan sesudah diberikan *peer education* menggunakan uji Wilcoxon sign rank test karena data berdistribusi tidak normal. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai p-value Asymp.sig (2 tailed) = 0,000 sehingga H_1 diterima dan H_0 ditolak artinya terdapat pengaruh *peer education* terhadap perilaku merokok pada remaja di SMP Negeri 1 Wajak. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiratini (2015), Pengaruh *Peer Education* Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Di SMAN "X" Denpasar

Menurut penelitian Wiratini *et al.*, (2015), yang mengacu pada pendapat Manurung (2005), ditemukan adanya pengaruh yang signifikan terhadap perubahan perilaku merokok setelah penerapan metode *peer education*. *Peer education* diakui sebagai metode yang efektif karena mampu mendorong perubahan perilaku yang positif melalui proses pertukaran pengetahuan antar kelompok sebaya. Wardoyo (2019), pengaruh teman sebaya terhadap perilaku remaja sangat kuat. Jika seorang remaja berada dalam lingkungan yang sebagian besar anggotanya merokok, maka ada kemungkinan besar bahwa remaja tersebut akan mengadopsi kebiasaan yang sama. Menurut Tarigan (2018), menjelaskan bahwa perubahan perilaku yang efektif membutuhkan kesiapan individu untuk menerima perubahan tersebut. Selain pengetahuan mengenai dampak merokok, pemahaman mengenai kandungan berbahaya dalam rokok juga sangat penting. Menurut Surodjo & Langi dalam Gemilang (2022), rokok mengandung zat berbahaya, salah satunya adalah nikotin, yang merupakan zat adiktif yang dapat mempengaruhi sistem saraf dan peredaran darah.

Berdasarkan opini peneliti berpendapat bahwa *peer education* tidak hanya berperan sebagai pemberi informasi, tetapi juga sebagai motivator dan pendamping dalam proses perubahan perilaku. Mereka berbagi pengalaman pribadi mengenai perjuangan mereka dalam berhenti merokok, yang dapat memberikan dorongan emosional dan psikologis bagi teman-teman sebayanya yang mungkin juga menghadapi tantangan serupa.

Berbagi cerita tentang upaya berhenti merokok secara bertahap dapat menciptakan rasa empati di antara mereka dan menunjukkan bahwa perubahan itu memungkinkan meskipun penuh tantangan. Selain itu, *peer education* memberikan tips praktis secara bertahap, seperti mengganti kebiasaan merokok dengan aktivitas positif lainnya. Jika seorang remaja berada dalam lingkungan yang sebagian besar anggotanya merokok, maka ada kemungkinan besar bahwa remaja tersebut akan mengadopsi kebiasaan yang sama. Hal ini disebabkan oleh adanya dorongan untuk merasa diterima oleh teman-temannya, yang sering kali menjadi alasan utama bagi remaja untuk mengikuti kebiasaan kelompok, meskipun kebiasaan tersebut berisiko bagi kesehatan mereka. Ketakutan akan penolakan sosial atau rasa tidak sesuai dengan norma kelompok dapat memicu seorang remaja untuk mengikuti kebiasaan merokok, meskipun ia tidak sepenuhnya menyadari dampak buruknya. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang bahaya merokok diharapkan dapat memotivasi mereka untuk menghindari kebiasaan merokok dan, jika sudah merokok, untuk berhenti secara bertahap. Pemberian informasi yang tepat mengenai dampak buruk merokok diharapkan dapat menjadi langkah awal yang efektif dalam memfasilitasi perubahan sikap dan perilaku remaja terhadap rokok. Berdasarkan hasil penelitian diatas disimpulkan bahwa *peer education* berpengaruh terhadap perilaku merokok pada remaja di SMP Negeri 1 Wajak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh *Peer Education* Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Wajak menunjukkan bahwa sebelum diberikan *peer education* terkait perilaku merokok lebih dari setengah siswa menunjukkan perilaku merokok dengan kategori cukup sebanyak 20 responden (66,7%), dan setelah diberikan *peer education* terkait perilaku merokok lebih dari setengah siswa menunjukkan hasil dengan kategori rendah sebanyak 26 responden (86,7%). Hasil analisa data menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *peer education* terhadap perilaku merokok pada remaja di SMP Negeri 1 Wajak dengan p-value Asymp.sig (2-tailed) = 0,000 ($\alpha < 0,05$).

SARAN

1. Bagi Intuisi Pendidikan SMP Negeri 1 Wajak Kegiatan *peer education* dapat diterapkan dalam pembelajaran khususnya terkait perilaku merokok. Peneliti mengharapkan agar pengajar atau guru dapat mengembangkan kegiatan lain yang bervariasi dan

tidak membuat bosan siswa terkait perilaku merokok, agar perilaku merokok di SMP Negeri 1 Wajak bisa berkurang secara bertahap dan perlahan-lahan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya, peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode penelitian yang lain yang terkait perilaku merokok. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk menentukan jadwal pendiskusian penelitian agar penelitian bisa terjadwalkan oleh pihak sekolah. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode kualitatif untuk mendalami dan mencari lebih jauh mengenai pengaruh *peer education* terhadap perilaku merokok pada remaja, khususnya di SMP Negeri 1 Wajak. Metode ini memungkinkan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman, persepsi, dan dinamika sosial antara para remaja. Contohnya seperti wawancara dengan Siswa, Guru, dan Orang tua, diskusi kelompok terfokus (*focus group discussion*), serta observasi langsung dalam lingkungan sekolah SMP Negeri 1 Wajak maupun sekolah yang lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, K., Jannah, M., Aimah, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin, Masita, Ardiawan, K. N., & Sari, M. E. (2016). Metodologi Penelitian Kuantitatif. In *PT Rajagrafindo Persada* (Vol. 3, Nomor 2). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini Anggota IKAPI (026/DIA/2012). <https://www.infodesign.org.br/infodesign/article/view/355%0Ahttp://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/731%0Ahttp://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/269%0Ahttp://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/106>
- Amelia, N., & Sunarti, S. (2017). Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Perilaku Merokok Pada Remaja di SMP Negeri 29 Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 132–139.
- Anggraeni, hastin F. (2019). Hubungan Teman Sebaya Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Awal Di SMP PGRI 1 Perak Jombang. *Skripsi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang 2019*.
- Darise, D. S. (2021). Pengaruh Peer Education Terhadap Perilaku Kebiasaan Konsumsi Jajanan Pada Remaja Di Kabupaten Gorontalo. *Tesis Universitas Hasanuddin*, 7(3), 6.
- Fatonah, S., & Amartia, G. (2016). Kepatuhan warga terhadap peraturan kawasan tanpa rokok di Lampung Selatan. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 149–154.
- Gemilang. (2022). Hubungan Interaksi Teman Sebaya Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Banjar Pegok Kelurahan Sesetan Denpasar Selatan. *Skripsi ITEKES Bali*.
- Gobel, S., Pamungkas, R. A., Abdurrazid, Sari, R. P., Safitri, A., Samran, Aponno, V. A. L., Fadilah, I., Olivia, T., M, F. P., & Tiwery, S. M. (2023). Bahaya Merokok Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 3(1), 185–195. <https://doi.org/10.55606/klinik.v3i1.2285>
- Hardiawan, D. (2022). *Persentase Penduduk yang Merokok di Jatim Alamii Peningkatan pada tahun 2021*. Dinas KOMINFO Provinsi Jawa Timur. <https://kominfo.jatimprov.go.id/berita/persentase-penduduk-yang-merokok-di-jatim-alamii-peningkatan-pada-tahun-2021>
- Komariyah, E. D. N. (2021). Hubungan Faktor Reinforcing Teman Sebaya Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja. *Studi Literatur Skripsi Universitas dr. Soebandi Jember*.
- Maynard, S., Schurman, S. H., Harboe, C., de Souza-Pinto, N. C., & Bohr, V. A. (2019). Base excision repair of oxidative DNA damage and association with cancer and aging. *Carcinogenesis*, 30, 2–10. <https://doi.org/10.1093/carcin/bgn250>
- Muslim, N. A., Sapto, A., Suci, P. R., & Ulfah, N. H. (2023). Determinan Perilaku Merokok Remaja SMA/Sederajat di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang Determinants of Smoking Behavior among Teenagers of High School in Lowokwaru District, Malang City. *Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(1), 20–28. <https://doi.org/10.47034/ppk.v4i2.6781>
- Nadia, L. (2016). Pengaruh Negatif Merokok terhadap Kesehatan dan Kesadaran Masyarakat Urban. *Pengaruh Negatif Merokok terhadap Kesehatan dan Kesadaran Masyarakat Urban*, 28(02), 77–104. <http://repository.ut.ac.id/id/eprint/7088>
- Neka, J. S., Fauzia, E. R., Rahman, Fauzie, M. D. M. R. V. Z., Rahayu, A. W. A., & Aryaguna, M. A. K. (2019). *Media Smof Vituring (Smoking Effect Video and Picture Learning)* (Cetakan ke). Hak publikasi pada Penerbit CV Mine.
- Nur, Y., Husna, Novriani, & Rosmanidar. (2022). Hubungan Pengetahuan tentang Bahaya Merokok dengan Perilaku Merokok Siswa SMP Negeri 2 Lubuk Alung. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(1), 116. <https://doi.org/10.36565/jab.v11i1.507>
- Patandung, Y., & Feriyanto. (2022). Modifikasi Perilaku merokok menggunakan strategi pengendalian diri. *Jurnal Sinestesia*, 12(1), 98–108. <https://sinestesia.pustaka.my.id/journal/article/view/152>
- Pratama, I. G. E., Triana, K. Y., & Martini, N. M. D. A. (2021). Interaksi Teman Sebaya Berpengaruh Terhadap Perilaku Merokok Remaja Kelas IX Di SMP Dawan Klungkung. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(2), 152. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.761>
- Purwanto. (2021). Analisis Tingkat Literasi Keuangan Syariah (Studi Guru SMA IT Ash-Shiddiqi Batang Hari). *Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Jambi*. <https://repository.unja.ac.id/26450/0Ahttps://repository.unja.ac.id/26450/1/SKRIPSI FULL TEXT.pdf>
- Putra, M., Bina, U., & Getsempepa, B. (2023). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Peningkatan Kemampuan Komunikasi Maternitas Siswa Kelas X. 1(1)*, 71–85.
- Rismana, A. N. (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Peer Group Discussion Terhadap Perubahan Perilaku Merokok Di. *Skripsi IR-Perpustakaan Universitas Airlangga*, 85(1), 2071–2079. <http://etd.lib.metu.edu.tr/upload/12620012/index.pdf>
- Septiani, N. W. (2019). Hubungan Antara Sikap, Norma Subyektif, Persepsi Dan Self Efficacy Dengan Intensi Berhenti Merokok Pada Remaja Putri Di SMK PGRI Sukodadi. *Skripsi IR Perpustakaan Universitas Airlangga*, 1–14.
- Tarigan, M. R. B. (2018). Perbedaan Perilaku Merokok Ditinjau Dari Status Sekolah Antara Sekolah Menengah Pertama Dan Madrasah Tsanawiyah. *Skripsi Universitas Medan Area*, 1–12.
- Umbas, I. M., Tuda, J., & Numansyah, M. (2019). Hubungan Antara Merokok Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kawangkoan. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24334>
- Wardoyo. (2019). Remaja Yang Berperilaku Merokok di Kota Yogyakarta. *Sikap Politik Luar Negeri Indonesia Kaum Rohingnya Menurut Masyarakat Dusun Cemoroharjo Desa Candibangunan Kecamatan Pakem Sleman*, 15(1), 165–175. <https://core.ac.uk/download/pdf/196255896.pdf>
- Wicaksana, Y. S. W. (2023). *Ribuan Remaja Jadi Perokok Aktif*. Radar Malang. <https://radarmalang.jawapos.com/kesehatan/811771179/ribuan-remaja-jadi-perokok-aktif>
- Wiratini, N. P. S., Yanti, N. L. P. E., & Wijaya, A. A. N. T. (2015). Pengaruh Peer Education Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja D1 SMAN “X” Denpasar. *COPING Ners Journal*, Vol.3, No., 54–61.
- Yusri, A. Z. dan D. (2020). Peer Education (Pendidikan Teman Sebaya). *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 7(2), 809–820.