

Pengaruh Tekanan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja di SMP Negeri 16 Kupang

Maria Christine Minarti Liwu¹, Marni², Shela Christine Pello³

¹⁻³ Universitas Nusa Cendana, Indonesia

Alamat: Jln Adisucipto, Penfui, Kupang, Nusa Tenggara Timur

Korespondensi penulis: liwumirtha@gmail.com

Abstract. This study aims to determine the effect of peer pressure on smoking behavior among adolescents at SMP Negeri 16 Kupang. The background of this study is based on the phenomenon of increasing smoking behavior among adolescents, which is greatly influenced by the dynamics of social relationships, especially peer groups. Adolescents are at a developmental stage where social acceptance and the need to be part of a group are very important, so they are vulnerable to the influence of the social environment, including peer pressure to try smoking behavior. This study uses a quantitative approach with the product moment correlation analysis method. The study sample consisted of 223 adolescent respondents aged 11–17 years who were selected proportionally from various classes at SMP Negeri 16 Kupang. The research instrument was a questionnaire that had been tested for validity and reliability. The results showed a significant relationship between peer pressure and smoking behavior, with a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$), which means the hypothesis is accepted. The correlation value (R) of 0.317 indicates a positive relationship between the two variables, although in the moderate category. The coefficient of determination (R Square) of 0.100 indicates that peer pressure influences smoking behavior by 10%, while the remaining 90% is influenced by other factors such as family environment, media influence, self-esteem, and adolescent psychological conditions. The correlation between peer pressure and smoking behavior was mostly moderate. Interestingly, the results also showed that female adolescents in this study were more likely to exhibit high smoking behavior than male adolescents, indicating a shift in social behavior patterns in female adolescents. These findings have important implications for educators, parents, and policymakers in designing more effective smoking prevention programs that take into account social pressure factors and gender differences.

Keywords: Peer pressure, Smoking behavior, Adolescents, SMP Negeri 16 Kupang, Social influence.

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tekanan teman sebaya terhadap perilaku merokok pada remaja di SMP Negeri 16 Kupang. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada fenomena meningkatnya kecenderungan perilaku merokok pada kalangan remaja, yang banyak dipengaruhi oleh dinamika hubungan sosial, khususnya kelompok teman sebaya. Remaja berada pada tahap perkembangan di mana penerimaan sosial dan kebutuhan untuk menjadi bagian dari kelompok sangat penting, sehingga mereka rentan terhadap pengaruh lingkungan sosial, termasuk tekanan dari teman sebaya untuk mencoba perilaku merokok. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis korelasi product moment. Sampel penelitian berjumlah 223 responden remaja berusia 11–17 tahun yang dipilih secara proporsional dari berbagai kelas di SMP Negeri 16 Kupang. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tekanan teman sebaya dan perilaku merokok, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti hipotesis diterima. Nilai korelasi (R) sebesar 0,317 mengindikasikan adanya hubungan positif antara kedua variabel, meskipun dalam kategori sedang. Koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,100 menunjukkan bahwa tekanan teman sebaya mempengaruhi perilaku merokok sebesar 10%, sedangkan 90% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti lingkungan keluarga, pengaruh media, harga diri, dan kondisi psikologis remaja. Kategori tekanan teman sebaya dan perilaku merokok mayoritas berada pada tingkat sedang. Menariknya, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa remaja perempuan dalam studi ini lebih cenderung menunjukkan perilaku merokok tinggi dibandingkan remaja laki-laki, yang menunjukkan adanya pergeseran pola perilaku sosial pada remaja perempuan. Temuan ini memberikan implikasi penting bagi para pendidik, orang tua, dan pembuat kebijakan dalam merancang program pencegahan merokok yang lebih efektif dengan mempertimbangkan faktor tekanan sosial dan perbedaan gender.

Kata Kunci: Tekanan teman sebaya, Perilaku merokok, Remaja, SMP Negeri 16 Kupang, Pengaruh sosial.

1. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan tahap krusial dalam perkembangan individu, ditandai oleh pencarian jati diri, kebutuhan akan pengakuan sosial, dan peningkatan interaksi dengan teman sebaya. Pada fase ini, remaja cenderung lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial, khususnya kelompok teman, dalam membentuk perilaku tertentu. Salah satu perilaku yang marak terjadi di kalangan remaja adalah merokok. Perilaku ini telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan karena tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga membawa implikasi sosial dan ekonomi yang luas.

Fenomena merokok di kalangan remaja menunjukkan tren peningkatan, baik secara global maupun nasional. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa sebagian besar perokok aktif berasal dari wilayah Asia dan kelompok ekonomi menengah ke bawah, dengan Indonesia menjadi salah satu negara dengan jumlah perokok tertinggi di dunia. Data nasional menunjukkan bahwa prevalensi perokok remaja Indonesia meningkat secara signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Laporan Riset Kesehatan Dasar, GYTS, dan data BPS mencatat lonjakan jumlah perokok usia 10–19 tahun, dengan kelompok usia 15–19 tahun mendominasi angka perokok remaja.

Kondisi serupa terjadi di wilayah Provinsi Nusa Tenggara Timur, khususnya di Kota Kupang. Data Badan Pusat Statistik dan Dinas Kesehatan setempat menunjukkan peningkatan prevalensi merokok di kalangan remaja setiap tahunnya. Salah satu institusi pendidikan yang mencerminkan persoalan ini adalah SMP Negeri 16 Kupang. Berdasarkan laporan guru Bimbingan Konseling tahun 2024, tercatat 109 siswa merokok, termasuk beberapa siswi yang menggunakan rokok elektrik (vape). Mayoritas siswa yang merokok mengaku melakukannya karena pengaruh teman sebaya dan minimnya pengetahuan tentang bahaya merokok.

Penelitian sebelumnya telah menegaskan bahwa teman sebaya memainkan peran penting dalam memengaruhi perilaku merokok remaja. Lingkungan sosial yang permisif terhadap rokok dan tekanan kelompok untuk menyesuaikan diri seringkali menjadi pemicu utama bagi remaja untuk mulai merokok. Namun, meskipun sudah banyak penelitian membahas faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja, masih terdapat kekurangan dalam penelitian kontekstual yang mendalam, khususnya di daerah seperti Kota Kupang yang memiliki karakter sosial-budaya tersendiri.

Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilakukan guna menganalisis secara khusus pengaruh tekanan teman sebaya terhadap perilaku merokok di kalangan remaja di Kota Kupang. Penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan studi lokal dan memberikan

kontribusi terhadap upaya pencegahan perilaku merokok remaja melalui pendekatan berbasis komunitas sekolah dan sosial.

2. KAJIAN TEORITIS

Konsep Remaja

Remaja adalah individu yang sedang berada dalam masa peralihan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa ini ditandai dengan perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan seseorang, baik secara fisik, emosional, sosial, maupun psikologis. Secara etimologis, istilah remaja berasal dari bahasa Latin yang berarti "tumbuh menuju dewasa". Pada masa ini, remaja mengalami krisis identitas karena mereka mulai mempertanyakan siapa diri mereka sebenarnya, apa nilai-nilai yang mereka anut, dan ke mana arah hidup mereka.

Remaja sangat rentan terhadap berbagai tantangan dan masalah psikososial. Beberapa di antaranya adalah kenakalan remaja seperti bolos sekolah dan perkelahian, penyalahgunaan zat seperti rokok dan alkohol, serta gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, stres, dan depresi. Selain itu, remaja juga kerap terlibat dalam pergaulan bebas yang tidak sehat akibat minimnya pengawasan dan pendidikan moral. Masalah-masalah ini biasanya disebabkan oleh kurangnya komunikasi yang terbuka dengan keluarga, pengaruh negatif dari lingkungan pertemanan, serta kurangnya kontrol diri. Oleh karena itu, penting bagi lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat untuk memberikan pendampingan yang intensif dan positif kepada remaja.

Terdapat beberapa faktor utama yang mempengaruhi cara remaja bersosialisasi. Pertama adalah penampilan fisik, yang sering kali menjadi tolak ukur penerimaan sosial di kalangan remaja. Kedua adalah kemampuan dalam mengelola emosi. Remaja yang mampu mengontrol emosinya dengan baik akan lebih mudah diterima dalam lingkungan sosial. Ketiga adalah kesadaran terhadap potensi diri, yaitu pemahaman akan kekuatan dan kelemahan pribadi yang membantu remaja dalam mengambil keputusan. Keempat adalah nilai moral dan agama yang kuat, yang dapat menjadi pedoman perilaku dalam bergaul. Terakhir adalah lingkungan sosial yang meliputi keluarga, teman sebaya, dan media yang sangat berpengaruh terhadap pembentukan sikap dan perilaku sosial remaja.

Tekanan Teman Sebaya

Tekanan teman sebaya merupakan dorongan sosial yang datang dari kelompok sebaya, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang memengaruhi individu untuk menyesuaikan sikap dan perilakunya dengan norma atau harapan kelompok. Santrock mengemukakan bahwa

tekanan ini memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan keputusan individu, terutama pada masa remaja ketika keinginan untuk diterima dalam kelompok sangat tinggi. Brown menambahkan bahwa tekanan teman sebaya adalah bentuk pengaruh di mana kelompok atau individu mendorong seseorang untuk mengubah nilai atau perilaku agar sesuai dengan standar kelompok. Sementara itu, Wells menekankan bahwa tekanan teman sebaya merupakan bentuk pengaruh sosial yang datang dari dinamika kelompok terhadap anggotanya.

Tekanan teman sebaya memiliki dua bentuk utama. Pertama, tekanan langsung, yaitu tekanan yang dilakukan secara eksplisit oleh teman atau kelompok untuk mendorong individu melakukan tindakan tertentu. Dalam hal ini, hubungan sosial yang dekat dengan kelompok seringkali menjadi pemicu individu untuk tunduk pada tekanan tersebut, demi mempertahankan ikatan atau status dalam kelompok. Kedua, tekanan tidak langsung, yaitu tekanan yang muncul melalui isyarat sosial atau norma kelompok tanpa paksaan verbal, misalnya ketika seseorang merasa dikucilkan karena berbeda dengan mayoritas, sehingga terdorong untuk menyesuaikan diri demi diterima.

Terdapat beberapa aspek yang menunjukkan bagaimana tekanan teman sebaya bekerja. Clasen dan Brown menjelaskan lima aspek utama, yakni keterlibatan dalam kegiatan sekolah, keterlibatan dalam aktivitas keluarga, keterlibatan sosial dengan teman, kepatuhan terhadap teman sebaya, serta kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku menyimpang. Masing-masing aspek ini merefleksikan bagaimana tekanan tersebut dapat mendorong individu pada perilaku positif, seperti aktif dalam kegiatan sekolah, maupun pada perilaku negatif, seperti pelanggaran norma.

Tekanan teman sebaya juga dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu tekanan positif dan tekanan negatif. Tekanan positif mendorong individu untuk melakukan tindakan yang bermanfaat, seperti meningkatkan prestasi, membangun rasa tanggung jawab, dan menumbuhkan minat yang konstruktif. Remaja yang berada dalam lingkungan teman sebaya yang positif cenderung tumbuh menjadi pribadi yang bertanggung jawab, toleran, dan peka terhadap lingkungan sosialnya. Sebaliknya, tekanan negatif mendorong individu untuk terlibat dalam perilaku menyimpang, seperti merokok, bolos sekolah, hingga tindakan kriminal ringan. Remaja yang berada dalam tekanan negatif seringkali mengabaikan dampak jangka panjang dari tindakannya dan sulit mengambil keputusan secara bijaksana.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kekuatan tekanan teman sebaya sangat beragam. Menurut Santrock, terdapat empat faktor utama, yaitu keterbukaan individu terhadap pengaruh luar, pentingnya peran teman sebaya dalam kehidupan individu, frekuensi interaksi sosial yang

memungkinkan terjadinya tekanan, dan kedekatan emosional dalam hubungan persahabatan. Makin kuat keempat faktor tersebut, makin besar potensi individu untuk tunduk pada tekanan kelompok. Sementara itu, Brown dan koleganya menambahkan bahwa selain faktor individu seperti usia dan jenis kelamin, faktor kontekstual seperti lingkungan sosial, sekolah, dan masyarakat turut memperkuat pengaruh tekanan ini terhadap remaja.

Dengan demikian, tekanan teman sebaya merupakan fenomena sosial yang kompleks, yang memiliki peran ganda dalam kehidupan remaja. Di satu sisi, tekanan ini bisa menjadi kekuatan positif yang mendorong pertumbuhan dan pembentukan karakter. Namun di sisi lain, jika tidak disikapi secara bijak dan tanpa pengawasan yang tepat, tekanan teman sebaya juga bisa membawa remaja pada perilaku menyimpang. Oleh karena itu, penting bagi keluarga, sekolah, dan masyarakat untuk menciptakan lingkungan sosial yang sehat, memperkuat kepercayaan diri remaja, dan membangun kemampuan mereka dalam mengambil keputusan mandiri, agar dapat menghadapi tekanan sosial dengan lebih baik.

Perilaku Merokok

Perilaku manusia merupakan hasil dari interaksi yang kompleks antara individu dan lingkungannya. Dalam konteks psikologi dan sosiologi, perilaku dipahami sebagai respons yang ditampilkan seseorang atas stimulus atau rangsangan, baik dari dalam diri maupun dari luar. Perilaku dapat bersifat aktif atau pasif, terbuka atau tertutup, tergantung pada cara seseorang menanggapi pengaruh lingkungan dan nilai-nilai yang dianut. Salah satu bentuk perilaku yang mendapat perhatian luas dari kalangan kesehatan masyarakat adalah perilaku merokok.

Perilaku merokok dapat diartikan sebagai tindakan menghisap dan membakar rokok yang mengandung zat adiktif seperti nikotin, tar, dan ribuan zat kimia berbahaya lainnya. Tindakan ini bukan hanya berdampak terhadap perokok itu sendiri, tetapi juga terhadap orang-orang di sekitarnya melalui paparan asap rokok. Dalam istilah kesehatan masyarakat, mereka yang tidak merokok namun tetap menghirup asap rokok disebut perokok pasif. Kedua kelompok ini sama-sama rentan terhadap berbagai gangguan kesehatan, mulai dari gangguan pernapasan ringan hingga penyakit kronis seperti kanker paru-paru dan penyakit jantung.

Dalam ilmu perilaku, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi seseorang untuk mulai dan terus melakukan perilaku merokok. Secara umum, faktor-faktor tersebut terbagi menjadi tiga komponen utama, yaitu faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor pendorong. Faktor predisposisi meliputi aspek-aspek seperti pengetahuan, sikap, nilai, dan kepercayaan yang dimiliki seseorang terhadap rokok dan dampaknya. Individu dengan pengetahuan rendah

tentang bahaya merokok cenderung memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk merokok. Faktor pendukung mencakup ketersediaan fasilitas, akses terhadap rokok, serta lingkungan yang permisif terhadap perilaku merokok. Sementara itu, faktor pendorong lebih banyak dipengaruhi oleh tokoh atau figur yang memiliki pengaruh dalam kehidupan individu, seperti teman sebaya, keluarga, atau figur publik yang menjadi panutan.

Dalam praktik sosial, merokok sering kali dianggap sebagai simbol kedewasaan, kebebasan, atau bagian dari gaya hidup tertentu. Hal ini diperkuat oleh pengaruh media massa dan iklan yang menampilkan rokok sebagai produk prestisius yang identik dengan maskulinitas, kebebasan, atau kepercayaan diri. Tidak mengherankan jika remaja menjadi kelompok yang paling rentan terhadap pengaruh ini. Mereka yang sedang berada dalam proses pencarian jati diri sering kali menggunakan rokok sebagai alat untuk mengekspresikan eksistensinya atau sebagai cara untuk diterima dalam kelompok sosial tertentu. Dalam konteks ini, harga diri dan identitas diri menjadi variabel penting yang mempengaruhi keputusan remaja untuk mulai merokok.

Dampak dari perilaku merokok sangat luas, tidak hanya dari aspek kesehatan individu tetapi juga dari sisi sosial dan ekonomi. Dalam jangka panjang, merokok menyebabkan penurunan kualitas hidup, meningkatnya biaya perawatan kesehatan, serta beban finansial bagi keluarga dan sistem kesehatan nasional. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa merokok menjadi salah satu dari sepuluh penyebab utama kematian yang dapat dicegah di seluruh dunia. Di Indonesia sendiri, angka perokok aktif dan pasif terus meningkat, termasuk di kalangan anak-anak dan remaja, yang menunjukkan urgensi penanganan masalah ini secara sistemik dan multidisipliner.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian analisis regresi sederhana, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh tekanan teman sebaya terhadap perilaku merokok pada remaja. Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel bebas (independent) yaitu tekanan teman sebaya, dan variabel terikat (dependent) yaitu perilaku merokok. Tekanan teman sebaya didefinisikan sebagai dorongan dari lingkungan pertemanan yang memengaruhi seseorang untuk merokok, yang diukur berdasarkan frekuensi ajakan, sikap kelompok, serta bentuk pengaruh lainnya. Sementara perilaku merokok diartikan sebagai aktivitas konsumsi produk tembakau, baik yang dilakukan secara rutin maupun sesekali, yang diukur dari frekuensi penggunaan, durasi kebiasaan, serta jenis produk yang dikonsumsi.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII, VIII, dan IX di SMP Negeri 16 Kupang yang berjumlah 531 orang. Penentuan sampel dilakukan dengan teknik simple random sampling, dengan jumlah sampel yang dihitung menggunakan rumus Krejcie dan Morgan.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen skala. Variabel tekanan teman sebaya diukur dengan skala Peer Pressure Inventory (PPI) dari Clasen & Brown (1985), yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Liwu (2025). Uji validitas menggunakan korelasi Pearson Product Moment, Reliabilitasnya diukur dengan Cronbach's Alpha. Sementara itu, perilaku merokok diukur dengan skala adaptasi dari Aritonang (1997), yang telah direvisi oleh Dias Mozarita Mustikasari (2018), dan mencakup empat aspek yaitu fungsi, tempat, intensitas, dan waktu merokok.

Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 25. Analisis data diawali dengan uji asumsi, meliputi uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov. Selanjutnya, dilakukan uji hipotesis melalui analisis regresi sederhana untuk melihat pengaruh tekanan teman sebaya terhadap perilaku merokok. Uji t digunakan untuk menguji signifikansi pengaruh tersebut, dan hasil dinyatakan signifikan apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05. Terakhir, koefisien determinasi (R^2) dihitung untuk mengetahui seberapa besar kontribusi tekanan teman sebaya dalam menjelaskan variasi perilaku merokok remaja.

Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai sejauh mana tekanan dari lingkungan sebaya memengaruhi kebiasaan merokok di kalangan siswa SMP, khususnya di wilayah Kupang.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui apakah ada atau tidaknya pengaruh variabel bebas dengan variabel terikat. Uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan melalui analisis regresi sederhana, uji T, dan koefisien determinasi. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi *product moment* yang dihitung dengan bantuan SPSS 25.0.

Tabel 1 Hasil Perhitungan Uji Hipotesis

Variabel	R	T	R Square
Perilaku merokok dengan tekanan teman sebaya	0,317	0,000	0,100

(Sumber. data diolah peneliti, 2025)

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan nilai analisis regresi sederhana besarnya nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0,317. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,100, yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel

bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 10%. Hasil uji t menunjukkan nilai sebesar 0,000 dimana $p<0,05$, artinya variabel bebas (tekanan teman sebaya) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat (perilaku merokok).

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai pengaruh lingkungan sosial, terutama pengaruh dari teman sebaya. Pada masa ini, kebutuhan akan penerimaan sosial sangat tinggi sehingga mendorong mereka untuk menyesuaikan diri dengan norma dan perilaku yang berlaku di lingkup pergaulannya. Salah satu perilaku menyimpang yang sering muncul akibat tekanan sosial adalah merokok. Dalam konteks ini, penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 16 Kupang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tekanan teman sebaya memengaruhi kecenderungan remaja untuk merokok.

Penelitian ini melibatkan 223 responden yang merupakan remaja berusia 11 hingga 17 tahun. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis korelasi product moment untuk melihat hubungan antara tekanan teman sebaya sebagai variabel bebas dan perilaku merokok sebagai variabel terikat. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tekanan teman sebaya dan perilaku merokok pada remaja di SMPN 16 Kupang, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p<0,05$), yang mengindikasikan bahwa hipotesis penelitian diterima.

Temuan ini sejalan dengan pandangan Anwary (2020) yang menyatakan bahwa semakin banyak anggota dalam kelompok yang merokok, maka semakin besar pula kemungkinan individu dalam kelompok tersebut ikut merokok. Tekanan dari teman sebaya memberikan pengaruh kuat dalam pembentukan perilaku remaja karena mereka memperoleh umpan balik, dukungan, serta identitas kelompok dari lingkungan pertemanan tersebut. Julmawadi (2021) juga menegaskan bahwa hubungan interpersonal dalam kelompok teman sebaya sangat memengaruhi perkembangan sosial-emosional remaja, membentuk kepercayaan diri, dan menentukan seberapa besar individu mengikuti norma kelompok.

Dari kategorisasi data penelitian, diketahui bahwa 62,8% responden berada dalam kategori tekanan teman sebaya sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja berada dalam situasi sosial yang cukup mempengaruhi keputusan mereka, termasuk dalam mencoba merokok, walaupun tekanan tersebut tidak ekstrem. Santrock (2007) menyebutkan bahwa masa remaja adalah masa ketika keinginan untuk diterima dalam kelompok mencapai puncaknya, sehingga mereka cenderung menyesuaikan diri dengan perilaku kelompok, termasuk perilaku menyimpang seperti merokok.

Dalam kategorisasi perilaku merokok, sebanyak 70,4% responden menunjukkan perilaku merokok dalam kategori sedang. Artinya, sebagian besar remaja belum menjadi perokok aktif, tetapi telah menunjukkan tanda-tanda awal seperti mencoba merokok atau melakukannya dalam frekuensi tertentu. Hal ini didukung oleh teori "Problem Behavior" dari Jessor dan Jessor (1977), yang menyatakan bahwa perilaku menyimpang pada remaja merupakan bagian dari proses eksplorasi identitas dan usaha memperoleh pengakuan sosial.

Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa nilai korelasi (R) antara tekanan teman sebaya dan perilaku merokok adalah sebesar 0,317, menandakan hubungan positif meskipun tidak kuat. Koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,100 berarti bahwa tekanan teman sebaya hanya menyumbang sekitar 10% dari variasi perilaku merokok. Ini menandakan bahwa meskipun tekanan teman sebaya berpengaruh, namun pengaruhnya tidak dominan dan terdapat faktor-faktor lain yang juga berperan penting, seperti lingkungan sosial, keluarga, media, kondisi psikologis, dan harga diri.

Temuan ini diperkuat oleh beberapa penelitian terdahulu. Siagian (2021) dan Rozi (2022) menyatakan bahwa terdapat korelasi positif antara tekanan teman sebaya dan perilaku merokok pada remaja dengan tingkat signifikansi yang sama. Sementara itu, Neola (2019) dan Widyastuti (2015) menunjukkan bahwa selain tekanan teman sebaya, faktor orang tua, guru, norma sosial, kepribadian, dan kontrol diri juga sangat mempengaruhi perilaku merokok.

Dari sisi demografis, ditemukan hal menarik dalam analisis berdasarkan jenis kelamin. Perempuan menunjukkan persentase yang lebih tinggi dalam kategori perilaku merokok tinggi (18,5%) dibandingkan laki-laki (13%). Hal ini bertentangan dengan asumsi umum bahwa merokok lebih lazim di kalangan laki-laki. Fenomena ini dapat dikaitkan dengan pengaruh media sosial, keinginan eksistensi diri, dan perubahan norma gender dalam lingkungan urban dan digital. Ningsih dan Mulyadi (2018) mengungkapkan bahwa remaja perempuan kini semakin rentan terhadap pengaruh sosial karena berkembangnya standar perilaku yang lebih fleksibel dan permisif.

Merokok telah menjadi kebiasaan umum dalam masyarakat dan dilakukan oleh berbagai kalangan tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau latar belakang sosial. Hal inilah yang menjadikan perilaku merokok sulit diberantas. Masa remaja adalah waktu di mana individu cenderung mencari kelompok sosial yang bisa menerimanya. Saniwati (2021) menyatakan bahwa dalam kelompok tersebut, remaja sangat mungkin mengikuti perilaku orang lain termasuk merokok. Aisyah (2022) menambahkan bahwa rokok sering dianggap sebagai simbol pergaulan yang dapat meningkatkan penerimaan sosial dalam kelompok.

Selain itu, terdapat tiga faktor utama yang turut mempengaruhi interaksi teman sebaya dalam konteks perilaku merokok: umur, jenis kelamin, dan pendidikan. Santor (2000) dan Monks & Blair (2016) mengungkapkan bahwa konformitas terhadap kelompok semakin besar seiring bertambahnya usia, terutama di masa remaja. Laki-laki cenderung memiliki intensitas interaksi sosial lebih tinggi daripada perempuan, sehingga lebih mudah terpengaruh oleh tekanan kelompok. Sementara itu, pendidikan yang lebih tinggi diyakini dapat membentuk kemampuan berpikir kritis yang melindungi individu dari pengaruh negatif lingkungan sosial (Sukma Direja & Hani Febrimuliani, 2020).

Secara keseluruhan, peran teman sebaya sangat signifikan dalam kehidupan remaja. Mereka memberikan wadah belajar interaksi sosial, membentuk identitas diri, serta menyediakan rasa diterima dalam kelompok. Yusuf dalam Amin et al. (2016) menegaskan bahwa interaksi teman sebaya erat kaitannya dengan proses sosialisasi remaja, di mana individu mencari kelompok yang sesuai untuk dapat merasa diterima, dihargai, dan terhubung secara emosional.

Berdasarkan keseluruhan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tekanan teman sebaya memang berpengaruh terhadap perilaku merokok remaja, meskipun bukan satu-satunya faktor. Upaya pencegahan perilaku merokok perlu dilakukan secara komprehensif melalui peran aktif orang tua, guru, masyarakat, serta pembentukan lingkungan sosial yang sehat di sekolah dan luar sekolah. Pendidikan karakter, pelatihan keterampilan pengambilan keputusan, dan penguatan kontrol diri remaja menjadi langkah strategis dalam mengurangi dampak negatif dari tekanan teman sebaya.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 16 Kupang terkait pengaruh tekanan teman sebaya terhadap perilaku merokok pada remaja, didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh tekanan teman sebaya terhadap perilaku merokok pada remaja di SMP Negeri 16 Kupang dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,100. Artinya, tekanan teman sebaya berkontribusi sebesar 10% terhadap perilaku merokok pada remaja.

B. Saran

Saran yang diberikan untuk pihak sekolah yaitu, melakukan pemantauan terkait perilaku merokok yang dapat mengancam kesehatan, terutama di kalangan remaja, sebab rokok

sudah menjadi konsumsi sehari-hari dengan membuat kelompok sebaya yang sama-sama mendukung anti rokok dan memberikan edukasi kepada siswa untuk tidak berperilaku merokok serta mempertegas kembali terkait larangan dan hukuman dari perilaku merokok di lingkungan sekolah. Sedangkan bagi para remaja diharapkan para remaja dapat memilih teman sebaya yang membawa dampak positif dalam pergaulan sehingga tidak terjerumus ke dalam hal negatif terkhususnya terhadap perilaku merokok dan untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap perilaku merokok seperti peran keluarga, kondisi psikologis, atau pengaruh media sosial.

DAFTAR REFERENSI

- Abbori, R., & Quarbaniah, R. (2017). Perkembangan fisik dan psikologis remaja: Suatu tinjauan teoritis. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 10(2), 120–130.
- Aisyah, N. (2022). Simbol sosial dan perilaku merokok di kalangan remaja. *Pustaka Remaja*.
- Alamsyah, A. (2017). Tobacco consumption in Southeast Asia: Trends and implications. *Jurnal Kesehatan Global*, 13(2), 151–160.
- Amin, M., Yusuf, S., & Kawan-kawan. (2016). Peranan interaksi teman sebaya terhadap perkembangan sosial remaja. *Remaja Rosdakarya*.
- Anwary, M. A. (2020). Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku merokok pada remaja. *Penerbit Akademika*.
- Aritonang, D. (1997). Pengukuran perilaku merokok pada remaja: Skala perilaku merokok. *Universitas Indonesia*.
- Aritonang, K. (1997). Merokok dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. *Rineka Cipta*.
- Aryani, D. (2010). Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 12(3), 45–57.
- Azwar, S. (2012). Metode penelitian. *Pustaka Pelajar*.
- Azwar, S. (2016). Reliabilitas dan validitas. *Pustaka Pelajar*.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Laporan nasional Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-rkd-2018>
- Badan Pusat Statistik. (2022). Statistik kesejahteraan rakyat 2022. <https://www.bps.go.id/publication>

- Baharu, N. A. B. (2023). Hubungan peran orang tua dan teman sebaya dengan perilaku merokok pada remaja di Desa Balane, Kecamatan Kinovaro, Kabupaten Sigi. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 6(1), 55–62.
- BPS Kota Kupang. (2014). Data prevalensi merokok remaja di Kota Kupang. Badan Pusat Statistik Kota Kupang.
- Brown, B. B. (2004). Adolescents' relationships with peers. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (2nd ed., pp. 363–394). John Wiley & Sons.
- Brown, B. B., Bakken, J. P., Ameringer, S., & Mahon, S. (2008). A developmental perspective on peer influence in adolescence. In P. J. L. & J. D. (Eds.), *Peer relationships in adolescence* (pp. 132–145). Cambridge University Press.
- Brown, B. B., Clasen, D. R., & Eicher, S. A. (1985). Perceptions of peer pressure, peer conformity disposition, and self-reported behavior among adolescents. *Developmental Psychology*, 21(4), 787–798.
- Durandt, R. (2015). Adolescence: A period of growth and development. *Journal of Human Development*, 3(1), 45–59.
- Efendi, H. (2020). Fenomena kebiasaan merokok di masyarakat: Perspektif sosial dan kesehatan. *Media Medika*.
- Fikriyah, N., & Febrijanto, A. (2012). Perilaku merokok pada remaja laki-laki. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 19(2), 102–110.
- Gemilang, N. M. F. (2022). Hubungan interaksi teman sebaya dengan perilaku merokok pada remaja di Banjar Pegok Kelurahan Sesetan Denpasar Selatan [Skripsi tidak diterbitkan].
- Ghozali, I. (2016). Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 23 (Edisi 8). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Goa, M. Y. (2020). Hubungan peran teman sebaya dengan perilaku merokok pada remaja di Kota Kupang. *Jurnal Psikologi Remaja*, 8(2), 101–109.
- Hasanah, S. (2011). Pengaruh faktor keluarga, teman sebaya, dan media massa terhadap kebiasaan merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 7(2), 102–110.
- Hassandra, S. (2015). Dampak merokok pada remaja: Penurunan aktivitas fisik [Laporan penelitian tidak diterbitkan]. Universitas Padjadjaran.
- Hukum, A., & Jannah, R. (2021). Metodologi penelitian kuantitatif dalam ilmu sosial. Alfabeta.
- Jessor, R., & Jessor, S. L. (1977). *Problem behavior and psychosocial development: A longitudinal study of youth*. Academic Press.
- Julmawadi, J. (2021). Psikologi perkembangan remaja dan faktor sosial. Pustaka Ilmu.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). Laporan data prevalensi merokok di Indonesia 2013. Kementerian Kesehatan RI.
- King, P. E. (2012). *Adolescence: A psychological transition*. Routledge.
- Monk's, J., & Blair, S. (2016). *Peer interaction and adolescence development*. Routledge.
- Muhammad Ali. (2011). *Psikologi perkembangan remaja: Perspektif teoritis dan aplikatif*. Pustaka Pelajar.
- Mustikasari, D. M. (2018). Revisi skala perilaku merokok: Pengukuran frekuensi, lamanya, dan intensitas merokok pada remaja [Tesis tidak diterbitkan]. Universitas Gadjah Mada.
- Nanda, M. (2017). *Metode penelitian kuantitatif: Teori dan aplikasi*. Kencana.
- Neola, Y. (2019). *Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok remaja: Kajian sosial dan psikologis*. Lintas Media.
- Ningsih, D., & Mulyadi, R. (2018). Pengaruh media sosial dan gender terhadap perilaku merokok remaja di kota besar. *Jurnal Psikologi Sosial Remaja*, 14(2), 123–135.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Perilaku manusia dalam kesehatan*. Rineka Cipta.
- Novariana, N., Rukmana, N. M., & Supratman, A. (2022). Hubungan teman sebaya terhadap perilaku merokok pada siswa SMP Negeri di Kabupaten Way Kanan. *Ilmu Kesehatan Indonesia*, 3(1), 39–44.
- Novitasari, S. (2009). Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku merokok remaja di SMK Negeri 2 Yogyakarta [Skripsi tidak diterbitkan].
- Osgood, C. E., Suci, G. J., & Tannenbaum, P. H. (1957). *The measurement of meaning*. University of Illinois Press.
- Partosudiro, R., Vega Junita, I., Indriana, Y., & Yeniar, E. (2018). Peran teman sebaya dalam pembentukan kepribadian remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 12(3), 179–190.
- Prabhakar, R. (2012). Peer pressure and its impact on adolescents. *International Journal of Social Science and Humanities*, 7(4), 65–74.
- Pratama, I. G. E., Triana, K. Y., & Martin, N. M. D. A. (2021). Interaksi teman sebaya berpengaruh terhadap perilaku merokok remaja kelas IX di SMP Dawan Klungkung. *Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 152–160.
- Pratama, M. A. A. (2023). Peer pressure dan perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 4(1), 99–108.
- Priyanti, E., & Silaen, D. (2018). Perilaku merokok: Tinjauan kesehatan dan sosial. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 23(4), 211–218.
- Rinaldi, F., & Novalia, A. (2020). Analisis statistik dalam penelitian sosial dan psikologi. Andi.

- Rozi, N. A. F. (2022). Hubungan antara perilaku komformitas teman sebaya dengan perilaku merokok pada remaja [Skripsi tidak diterbitkan].
- Rudi, P., dkk. (2017). Pengaruh orang tua terhadap perilaku merokok pada anak. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*, 15(1), 78–84.
- Runtukahu, J., Sinolungan, G., & Opod, T. (2015). Perilaku merokok dan dampaknya pada kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 123–130.
- Safmila, Y., Juliana, C., & Muliadi. (2022). Hubungan pengaruh teman sebaya dan hasrat ingin mencoba terhadap perilaku merokok pada remaja di Kecamatan Darul Kamal Aceh Besar. *Sains dan Aplikasi*, 10(2), 129–133.
- Saniwati, R. (2021). Pergaulan dan kebiasaan merokok di kalangan pelajar. *Pustaka Siswa*.
- Santor, D. A. (2000). Age and susceptibility to peer influence: Adolescent risk behavior. *Journal of Adolescent Research*, 15(2), 123–150.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence* (9th ed.). McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence* (12th ed.). McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2012). *Adolescence* (12th ed.). McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Sarwono, S. (2016). *Psikologi perkembangan remaja* (3rd ed.). RajaGrafindo Persada.
- Siagian, H. (2021). Pengaruh tekanan teman sebaya terhadap perilaku merokok pada siswa SMA. *Jurnal Ilmu Sosial Remaja*, 8(1), 67–76.
- Smet, P. (1994). Tipe-tipe perokok dan pengaruhnya terhadap kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(2), 100–108.
- Sofia, E., & Adiyanti, L. (2013). Masa remaja sebagai fase peralihan menuju dewasa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(3), 71–80.
- Sugiyono, S. (2019). Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Sugiyono, S., & Susanto, E. (2015). Statistik untuk penelitian: Pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Sukma Direja, R., & Febrimuliani, H. (2020). Pengaruh faktor demografis terhadap interaksi teman sebaya pada remaja perokok. *Jurnal Pendidikan dan Perilaku Remaja*, 6(2), 89–97.

- Sunaryo, T. (2004). Perilaku merokok pada remaja: Tinjauan psikologis dan sosial. Penerbit Akademia.
- Suparmi, M., & Isfandari, R. (2016). Faktor sosial yang mempengaruhi perilaku menyimpang pada remaja di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 45–60.
- Syahputra, R. H., Batubara, A., & Wibawa, S. (2021). Dampak teman sebaya terhadap perilaku merokok pada remaja di Lingkungan III Kelurahan Damai. *Serurai Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 64–75.
- Temesgen, H. A. (2015). Types of peer pressure and their influence on adolescent behavior. *Journal of Youth Studies*, 19(6), 726–742.
- Triwibowo, D. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku manusia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 21(3), 25–34.
- Utami, A. (2019). Peran teman sebaya terhadap kebiasaan merokok remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(3), 211–220.
- Wahyu, D., & Sujono, S. (2023). Tekanan teman sebaya mempengaruhi perilaku merokok remaja di pondok pesantren SMP X di Bantul Yogyakarta. *Kesehatan Madani Medika*, 12(2), 208–215.
- Wells, M. (2006). Peer pressure and its influence on adolescent behavior. *Journal of Social Psychology*, 32(4), 230–245.
- Widyastuti, S. (2015). Pengaruh kontrol diri dan tekanan teman sebaya terhadap perilaku merokok remaja. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 5(1), 31–40.
- Wijaya, D., & Putri, R. (2013). Pengaruh merokok terhadap penyakit tuberkulosis paru. *Jurnal Penyakit Paru*, 8(1), 50–58.
- Wijayanti, E., & Ronoatmodjo, S. (2025). Pengaruh teman sebaya dan perilaku merokok pada remaja. *Ners*, 9(2), 2685–2690.
- World Health Organization. (2015). Global tobacco consumption report. WHO Press. <https://www.who.int/publications/i/item/global-tobacco-consumption-report>
- World Health Organization. (2019). Global Youth Tobacco Survey (GYTS): Indonesia report 2019. <https://www.who.int/publications/i/item/gyts-indonesia-2019>
- World Health Organization. (2020). Tobacco and related diseases: A global health problem. <https://www.who.int/publications/i/item/tobacco-and-related-diseases-a-global-health-problem>
- Yusuf, M. (2017). Kerangka teori dalam penelitian sosial. Alfabeta.