



Motivasi berhenti merokok pada remaja pesisir pantai sederhana Kabupaten Bekasi

Ellang Budiarto ¹, Mely Agustin ^{1*}, Cicilia Nony Ayuningsih Bratajaya ², Mila Sartika ²

¹ Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Medika Suherman

² Dosen S1 Keperawatan Universitas Medika Suherman

*Korespondensi: Kabupaten Bekasi, Jawa Barat

Email: melyagustin700@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Salah satu penyebab utama penyakit serius seperti kanker dan penyakit jantung adalah penggunaan tembakau, yang merupakan praktik yang berbahaya bagi kesehatan. Karena pengaruh lingkungan sekitar dan kurangnya pemahaman mengenai konsekuensi merokok, kaum muda sangat rentan untuk memulai perilaku ini.

Tujuan Penelitian: Untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kecenderungan berhenti merokok pada remaja di Pesisir Pantai Sederhana, Kabupaten Bekasi.

Metode Penelitian: Metode yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari teknik kuantitatif yang menampilkan desain korelasional deskriptif dan kerangka kerja cross-sectional. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 81 remaja laki-laki yang merokok, dipilih menggunakan teknik pengambilan sampel yang komprehensif. Data dikumpulkan melalui survei dan dianalisis menggunakan uji Chi-Square.

Hasil: Menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antara pengetahuan ($p=0,334$) dan persepsi ($p=1,000$) terhadap motivasi untuk berhenti merokok ($p>0,05$). Mengenai dorongan untuk berhenti merokok, terdapat korelasi yang kuat antara lingkungan sosial ($p=0,000$) dan kerabat dekat (keluarga) ($p=0,001$) ($p>0,05$).

Simpulan: Elemen kunci dalam meningkatkan motivasi remaja untuk berhenti merokok adalah dorongan yang mereka terima dari keluarga dan teman. Singkatnya, inisiatif yang dirancang untuk membantu remaja menghindari atau berhenti merokok dapat memperoleh manfaat dari fokus pada pengaruh hubungan dekat mereka, seperti keluarga, dan kelompok sebaya mereka.

Kata kunci: Merokok, Motivasi Berhenti Merokok, Remaja

ABSTRACT

Background: Smoking poses significant health risks and is a leading factor in serious conditions like cancer and heart diseases. Young people are a particularly at-risk demographic for picking up smoking due to external factors and limited understanding of its harmful effects.

Research Purposes: To find out what helps young people in Coast Pantai Sederhana Village, Bekasi Regency, want to quit smoking.

Research methods: The approach taken for this study was quantitative, using a descriptive correlation method with a snapshot design. The participants in the research consisted of 81 young male smokers selected through a complete sampling technique. Information was collected through questionnaires and analyzed using the Chi-Square test.

Results: Demonstrated that motivation to stop smoking had no statistically significant correlation with knowledge ($p = 0.334$) or perception ($p = 1.000$) ($p > 0.05$). Nonetheless, motivation to quit smoking had a strong correlation with the peer environment ($p= 0.000$) and the relatives (family) ($p = 0.001$) ($p < 0.05$).

Conclusion: Support from loved ones, such as family, as well as from friends, significantly boosts teenagers' desire to stop smoking. Consequently, programs that involve family and peer support can be a successful approach to prevent and help adolescents quit smoking.

Keywords: *Adolescents, Smoking, Smoking Cessation Motivation.*

PENDAHULUAN

Merokok adalah kebiasaan yang sangat merusak yang menghadirkan bahaya kesehatan yang serius dan merupakan penyebab utama beberapa penyakit parah, seperti berbagai bentuk kanker, penyakit jantung, dan masalah paru-paru yang berlangsung lama. Perilaku ini tidak hanya berdampak pada mereka yang merokok, tetapi juga membahayakan orang-orang di sekitar yang menghirup asapnya (1). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), merokok menyebabkan sekitar 8 juta kematian setiap tahun, dengan Indonesia berkontribusi terhadap lebih dari 225.700 kematian yang terkait dengan masalah kesehatan yang terkait dengan merokok. Ini menyoroti pentingnya perhatian dunia terhadap krisis merokok. Pemuda, khususnya remaja, sangat berisiko untuk memulai kebiasaan merokok (2). Pada titik ini dalam kehidupan mereka, individu sering kali berusaha untuk menentukan identitas mereka dan mengeksplorasi berbagai pengalaman, yang sering kali melibatkan merokok. Perilaku ini umumnya dibentuk oleh lingkungan sosial mereka, pengaruh keluarga, dan platform daring (3). Survei Tembakau Pemuda Global (GYTS) 2019 menunjukkan bahwa sekitar 19,2% individu berusia 13 hingga 15 tahun di Indonesia terlibat dalam kegiatan merokok. Selain itu, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan angka perokok tertinggi terdapat pada kelompok usia 15-19 tahun, yakni mencapai 56,5% (Kementerian Kesehatan, 2024).

Menurut hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) 2020, prevalensi perokok di Jawa Barat sebesar 26,93%, yang sebagian besar di antaranya adalah laki-laki (4). Di Kabupaten Bekasi, tercatat sebanyak 50,95% laki-laki dan 1,34% perempuan melakukan kegiatan merokok (5). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja masih cukup banyak yang merokok sehingga berpotensi mengalami dampak buruk bagi kesehatan dalam jangka panjang.

Merokok tidak hanya membahayakan kesehatan, tetapi juga berdampak pada kesehatan sosial dan mental remaja. Tembakau mengandung banyak bahan berbahaya, seperti nikotin, karbon monoksida, tar, dan zat aditif lainnya yang dapat menyebabkan kecanduan dan berbagai masalah kesehatan, seperti gangguan pernapasan, tekanan darah tinggi, serta risiko penyakit jantung dan kanker yang lebih tinggi. Selain itu, merokok dapat memengaruhi perkembangan otak pada remaja, menghambat kemampuan mereka untuk berkonsentrasi, dan meningkatkan kemungkinan terkena demensia (1). Keinginan untuk berhenti merokok merupakan elemen penting dalam upaya yang difokuskan pada pencegahan dan pengendalian perilaku merokok pada remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Miller dan Rolnick, sebagaimana dirujuk oleh Donovan dan Marlatt (2014), menyoroti pentingnya motivasi dalam keberhasilan berhenti merokok (6). Teori motivasi yang disajikan oleh Marquis dan Huston (2000) menyoroti dua faktor utama yang memengaruhi keputusan seseorang untuk berhenti merokok: faktor internal (intrinsik) dan faktor eksternal (ekstrinsik). Faktor internal berkaitan dengan pengetahuan dan kesadaran seseorang tentang dampak negatif merokok, sedangkan faktor eksternal mencakup pengaruh lingkungan, seperti dukungan yang diterima dari teman dan keluarga (7). Memahami risiko yang terkait dengan merokok sangat memotivasi remaja untuk berpikir tentang berhenti (8). Penelitian yang dilakukan oleh Wartini dan rekan-rekannya (2024) menegaskan bahwa ketika remaja memiliki lebih banyak pengetahuan tentang efek berbahaya dari merokok, keinginan mereka untuk berhenti merokok meningkat. Namun demikian, beberapa penelitian menunjukkan bahwa kesadaran akan bahaya merokok tidak selalu berhubungan dengan keinginan untuk berhenti merokok (9).

Pandangan individu terhadap rokok sangat memengaruhi keinginan untuk

berhenti. Jika seseorang percaya bahwa rokok membahayakan kesehatan, menghabiskan banyak biaya, dan menawarkan sedikit manfaat, mereka mungkin merasa lebih termotivasi untuk berhenti. Di sisi lain, jika seseorang berpikir bahwa rokok dapat meningkatkan citra sosial atau membantu mengelola stres, mereka mungkin kurang cenderung untuk berhenti.

Keputusan untuk berhenti merokok juga dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti dukungan dari teman dan keluarga. Penelitian Woelandari tahun 2020 menemukan bahwa tekanan dari teman sebaya sering kali menjadi alasan remaja mulai merokok. Meskipun demikian, suasana yang mendukung dan membangkitkan semangat dapat membantu remaja saat mereka berusaha berhenti. Dukungan keluarga, terutama dari orang tua, sangat penting bagi remaja untuk membentuk kebiasaan yang baik. Remaja biasanya lebih terdorong untuk mengubah tindakan mereka ketika orang tua mereka mengajarkan mereka tentang risiko merokok dan memberikan dorongan bagi mereka untuk berhenti.

Pemerintah telah meluncurkan beberapa inisiatif untuk membantu remaja berhenti merokok, seperti layanan konseling Upaya Berhenti Merokok (UBM) di fasilitas kesehatan dan program digital seperti Quitina Bot, yang menawarkan saran berhenti melalui pesan otomatis dengan konselor terlatih.

Di Kabupaten Pesisir Sederhana Kota Bekasi, penelitian menunjukkan bahwa sejumlah besar remaja masih merokok. Investigasi pendahuluan yang dilakukan pada 13 Oktober 2024, yang mencakup diskusi dengan 10 pemuda setempat, mengungkapkan bahwa mayoritas telah mencoba merokok di tahun-tahun awal mereka. Dari mereka yang disurvei, 8 remaja menyampaikan keinginan untuk berhenti merokok karena masalah kesehatan atau tekanan sosial. Lima dari peserta ini menyebutkan bahwa dukungan dari keluarga dan teman memainkan peran penting dalam pilihan mereka untuk berhenti. Masa remaja ditandai dengan berbagai transformasi, yang meliputi

dimensi fisik, mental, dan sosial. Selama periode ini, individu sering kali mencari pemahaman tentang identitas mereka dan dapat dengan mudah terpengaruh oleh pengaruh di sekitar mereka, yang termasuk perilaku merokok mereka. Menurut Asrori dan Ali pada tahun 2016, kaum muda sering mencari validasi dari teman sebaya mereka, yang dapat memotivasi mereka untuk mengeksplorasi perilaku baru, seperti menggunakan tembakau. Bagi remaja di Pesisir Sederhana, berpartisipasi dalam kegiatan konstruktif seperti bermain sepak bola, menanam bakau untuk manfaat lingkungan, dan bergabung dengan organisasi pemuda yang dinamis dapat menumbuhkan gaya hidup yang lebih sehat dan menjauhkan mereka dari kebiasaan merokok. Dampak merokok di kalangan remaja tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik; dampak tersebut juga dapat memengaruhi kesejahteraan mental dan sosial. Perokok muda mungkin kesulitan berkonsentrasi, menghadapi kecemasan yang meningkat, dan berisiko lebih tinggi mengalami masalah kesehatan kronis, seperti penyakit yang memengaruhi sistem pernapasan.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember dan Januari tahun 2025 dengan menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Partisipan dalam penelitian ini adalah seluruh remaja laki-laki, khususnya dari RW 02 Kelurahan Pantai Sederhana yang terletak di Kabupaten Bekasi. Kriteria inklusi adalah remaja laki-laki yang merokok di wilayah pesisir RW 02, dengan jumlah total perokok laki-laki yang terlibat sebanyak 81 orang. Nomor tinjauan etik untuk alat penelitian ini adalah KEPK/UMP/178/XII/2024. Semua pertanyaan yang digunakan dalam penelitian ini bersifat tertutup. Alat tersebut telah memenuhi standar yang dipersyaratkan karena telah lolos pemeriksaan validitas dan reliabilitas data. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan metode Pearson Product Moment untuk melihat hubungan antara skor setiap

pertanyaan dengan skor total konsep atau variabel yang diuji. Uji signifikansi dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung dengan nilai r tabel. Apabila nilai r hitung lebih besar dari nilai pada tabel, maka pertanyaan dianggap valid, dengan nilai koreksi kumulatif lebih dari 0,361 pada taraf signifikansi 5 persen (0,05). Pengujian reliabilitas dengan statistik Cronbach Alpha menentukan bahwa suatu konsep atau

variabel reliabel jika α lebih dari 0,60. Analisis data dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square.

HASIL

Peserta dalam penelitian ini menunjukkan ciri-ciri berikut:

Tabel 1. Karakteristik Remaja

Variabel	N	%
Pengetahuan		
Cukup	5	6,2
Tinggi	76	93,8
Total	81	100
Persepsi		
Cukup	2	2,5
Tinggi	79	97,5
Total	81	100
Orang Terdekat (Keluarga)		
Kurang Mendukung	22	27,2
Mendukung	59	72,8
Total	81	100
Lingkungan Teman Sebaya		
Tidak Baik	30	37
Baik	51	63
Total	81	100
Motivasi Berhenti Merokok		
Motivasi Kurang Baik	28	34,6
Motivasi Baik	53	65,4
Total	81	100

Seperti yang ditunjukkan pada Tabel 1, mayoritas responden memiliki tingkat pemahaman yang tinggi, dengan 76 (93,8%) termasuk dalam kategori ini, sementara 5 (6,2%) berada dalam kategori tingkat pemahaman sedang. Peserta dalam kelompok ini sangat positif, dengan 79 (97,5%) dari mereka memiliki persepsi positif dan 2 (2,5%) dari mereka memiliki persepsi sedang, seperti yang ditunjukkan pada Tabel 1. Seperti yang ditunjukkan pada Tabel 1, mayoritas responden (72,8%)

menerima bantuan dari keluarga dekat mereka, sementara 27,2% mengatakan keluarga mereka tidak terlalu membantu. Mayoritas peserta melaporkan merasa tidak didukung oleh kelompok sebaya mereka, menurut Tabel 1, dengan 30 (37%) responden memegang pendapat ini dan 51 (63%) responden memegang pendapat yang sebaliknya. Seperti yang terlihat pada Tabel 1, mayoritas responden sangat terdorong untuk berhenti merokok, dengan 53 (65,4%) menunjukkan motivasi tinggi dan 28 (34,6%) menunjukkan motivasi rendah.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja

Motivasi Berhenti Merokok									
No.	Pengetahuan	Motivasi Kurang Baik		Motivasi Baik		Total		P-Value	OR
		N	%	N	%	N	%		
1.	Cukup	3	3,7	2	2,4	5	6,2	0,334	3.060
2.	Tinggi	25	30,9	51	63	76	93,8		

Keterangan: *Uji *Chi-Square*, signifikan jika $p\text{-value} < 0,05$

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 81 individu yang disurvei, hanya 5 (6,2%) yang menunjukkan pemahaman yang memadai tentang subjek tersebut. Dari jumlah tersebut, 3 (3,7%) menunjukkan tingkat motivasi yang rendah, sementara 2 (2,5%) menunjukkan dorongan yang kuat. Sebaliknya, di antara 76 (93,8%) peserta yang memiliki pengetahuan mendalam tentang topik tersebut, 25 (30,9%) kurang termotivasi, dan 51 (63,0%) sangat termotivasi. Hasil uji *Chi-Square Fisher*

menghasilkan nilai-p sebesar 0,334 ($P > 0,05$), yang menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan motivasi untuk berhenti merokok di kalangan anak muda. Meskipun demikian, Odds Ratio (OR) sebesar 3,060 menyiratkan bahwa remaja dengan pengetahuan yang lebih besar tiga kali lebih mungkin untuk mencapai keberhasilan dalam berhenti dibandingkan dengan mereka yang hanya memiliki pemahaman dasar, meskipun hasil ini tidak signifikan secara statistik.

Tabel 3. Hubungan Persepsi Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja

Motivasi Berhenti Merokok									
No.	Persepsi	Motivasi Kurang Baik		Motivasi Baik		Total		P-Value	OR
		N	%	N	%	N	%		
1.	Cukup	1	1,2	1	1,2	2	2,5	1,000	1.926
2.	Tinggi	27	33,3	52	64,2	79	97,5		

Keterangan: *Uji *Chi-Square*, signifikan jika $p\text{-value} < 0,05$

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 2 peserta yang memiliki pemahaman yang baik (2,5%), 1 peserta (1,2%) memiliki motivasi rendah, sedangkan yang lain (1,2%) memiliki motivasi tinggi. Dari 79 peserta, yang merupakan 97,5%, yang memiliki pemahaman yang kuat, 27 peserta, yang merupakan 33,3%, memiliki motivasi rendah, dan 52 peserta, atau 64,2%, memiliki motivasi yang baik. Hasil dari uji *Chi-Square Eksak Fisher* menemukan nilai-p sebesar

1.000 ($P > 0,05$), yang menunjukkan tidak ada hubungan penting antara pemahaman dan motivasi untuk berhenti merokok di kalangan anak muda. Rasio Ganjil (OR) sebesar 1,926 menunjukkan bahwa remaja dengan pemahaman yang lebih baik dua kali lebih mungkin termotivasi untuk berhenti merokok dibandingkan dengan mereka yang hanya memiliki pemahaman yang cukup, meskipun hasil ini tidak penting secara statistik.

Tabel 4. Hubungan Orang Terdekat (Keluarga) Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja

Motivasi Berhenti Merokok									
No.	Orang Terdekat (Keluarga)	Motivasi Kurang Baik		Motivasi Baik		Total		P- Value	OR
		N	%	N	%	N	%		
1.	Kurang Mendukung	14	17,3	8	9,9	22	27,2	0.001	5.625
2.	Mendukung	14	17,3	45	55,6	59	72,8		

Keterangan: *Uji *Chi-Square*, signifikan jika $p\text{-value} < 0,05$

Menurut Tabel 4, 14 (17,3%) dari 22 (27,2%) responden dengan dukungan yang lebih sedikit memiliki motivasi yang lebih rendah, sementara 8 (9,9%) responden memiliki motivasi yang tinggi. Dari 59 (72,8%) responden yang mengatakan bahwa mereka memiliki sistem pendukung yang positif, 14 (17,3%) mengatakan bahwa mereka memiliki motivasi yang rendah, sementara 45 (55,6%) mengatakan bahwa mereka memiliki motivasi yang tinggi. Uji

Pearson Chi-Square menghasilkan nilai-p sebesar 0,001 ($P < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara niat remaja untuk berhenti merokok dan lingkungan sosial terdekat mereka (keluarga). Selain itu, nilai Odd Ratio (OR) sebesar 5,625 menunjukkan bahwa remaja yang memiliki dukungan keluarga enam kali lebih terdorong untuk berhenti merokok daripada mereka yang memiliki lebih sedikit dukungan.

Tabel 5. Hubungan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja

Motivasi Berhenti Merokok									
No.	Lingkungan Teman Sebaya	Motivasi Kurang Baik		Motivasi Baik		Total		P-Value	OR
		N	%	N	%	N	%		
1.	Tidak Baik	3	3,7	27	33,3	30	37	0.000	0.116
2.	Baik	25	30,9	26	32,1	51	63		

Keterangan: *Uji *Chi-Square*, signifikan jika $p\text{-value} < 0,05$

Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 30 individu (37,0%) yang mengalami lingkungan teman sebaya yang negatif, 3 (3,7%) memiliki tingkat motivasi yang rendah, sedangkan 27 (33,3%) menunjukkan tingkat motivasi yang tinggi. Sebaliknya, di antara 51 individu (63,0%) yang berada dalam lingkungan teman sebaya yang positif, 25 (30,9%) menunjukkan motivasi yang rendah, dan 26 (32,1%) menunjukkan motivasi yang tinggi.

Analisis dari uji Pearson Chi-Square menghasilkan nilai-p sebesar 0,000 ($P < 0,05$), yang menyoroti hubungan penting antara lingkungan teman sebaya dan dorongan untuk berhenti merokok pada remaja. Selain itu, Odds Ratio (OR) sebesar 0,116 menunjukkan bahwa remaja dalam lingkungan teman sebaya yang positif cenderung tidak memiliki keinginan yang

kuat untuk berhenti merokok dibandingkan dengan mereka yang dikelilingi oleh pengaruh teman sebaya yang negatif.

Hasil uji Pearson Chi-Square menghasilkan nilai p sebesar 0,000 ($P < 0,05$), yang menunjukkan hubungan signifikan antara lingkungan teman sebaya dan motivasi untuk berhenti merokok pada remaja. Selain itu, Odds Ratio (OR) sebesar 0,116 menunjukkan bahwa mereka yang berada dalam lingkungan teman sebaya yang mendukung umumnya kurang termotivasi untuk berhenti merokok dibandingkan dengan teman sebaya mereka yang berada dalam lingkungan yang negatif.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Pengetahuan Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja

Uji analisis Chi-Square dengan nilai P lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang kuat antara apa yang diketahui orang tentang merokok dan motivasi mereka untuk berhenti, berdasarkan perincian sebelumnya. Sebuah penelitian oleh Khoirunnisa dan lainnya pada tahun 2019 menunjukkan bahwa pengetahuan tidak memengaruhi niat untuk berhenti merokok, melaporkan nilai P sebesar 0,248, yang lebih besar dari 0,05. Di sisi lain, penelitian lain yang dilakukan oleh Arna Abrar pada tahun 2023 menemukan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan motivasi untuk berhenti merokok, dengan nilai P sebesar 0,036, yang kurang dari 0,05.

Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa remaja memiliki banyak informasi, tetapi mereka tidak dapat memastikan keinginan mereka untuk berhenti merokok. Remaja belajar dengan mengumpulkan data tentang risiko yang terkait dengan merokok. Remaja mengandalkan kelima indra mereka—penciuman, pengecapan, pendengaran, penglihatan, dan peraba—untuk persepsi. Ummah (2019) berpendapat bahwa perilaku remaja sangat dipengaruhi oleh pengetahuan atau kognisi. Hipotesis peneliti, yang didukung oleh temuan studi, adalah bahwa anak muda yang memperoleh banyak informasi tidak dapat dipastikan terdorong untuk berhenti merokok; sebaliknya, responden yang memperoleh cukup informasi terlibat dalam perilaku merokok yang lebih sedikit daripada mereka yang memperoleh informasi.

2. Hubungan Persepsi Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja

Berdasarkan penjelasan yang diberikan, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pendapat remaja tentang rokok dengan keinginan mereka untuk berhenti merokok. Hasil analisis Chi-Square menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pendapat

peserta dan keinginan mereka untuk berhenti merokok, sebagaimana dibuktikan oleh nilai p sebesar 1,000 ($P > 0,05$).

Menurut Schiffman dan Kanuk (2010), persepsi adalah proses kognitif yang melibatkan identifikasi, penafsiran, dan pemberian makna pada rangsangan lingkungan. Cara remaja memandang bahaya rokok memengaruhi pendapat dan perilaku mereka, termasuk kemungkinan mereka untuk berhenti merokok. Remaja yang memahami bahwa rokok berbahaya bagi kesehatan mereka, dapat menyebabkan masalah keuangan, dan memiliki efek sosial yang negatif biasanya cenderung tidak ingin berhenti merokok.

Menurut pemahaman peneliti, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dan teori lain yang dirujuk di atas. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa remaja yang memiliki tingkat kesadaran risiko yang tinggi tidak secara konsisten menunjukkan keinginan yang lebih besar untuk berhenti merokok. Bahkan, individu dengan tingkat kesadaran yang tinggi sering kali terlihat lebih sering melakukan perilaku merokok daripada mereka yang memiliki tingkat kesadaran sedang.

3. Hubungan Orang Terdekat (Keluarga) Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja

Berdasarkan uraian di atas, keinginan seseorang untuk berhenti merokok berkaitan dengan lingkungan terdekatnya (keluarga). Berdasarkan hasil percobaan analisis chi-square, ditemukan adanya korelasi yang signifikan antara keinginan untuk berhenti merokok dengan lingkungan terdekatnya (keluarga). Dalam penelitian lain (Herawati, 2017), keinginan remaja untuk berhenti merokok ditemukan berkorelasi dengan lingkungan terdekatnya (keluarga) dengan nilai p sebesar 0,000 ($P < 0,05$). Hal ini sesuai dengan teori dukungan keluarga yang dikemukakan Purnawan dalam Rahayu (2008). Teori ini mempertimbangkan faktor internal seperti usia, pendidikan, kesehatan psikologis, keyakinan agama, dan faktor eksternal seperti keadaan sosial ekonomi, kebiasaan dan praktik keluarga, serta konteks budaya. Sistem dukungan keluarga yang kuat

membuat remaja lebih cenderung untuk berhenti merokok dan menjalani gaya hidup sehat. Oleh karena orang-orang yang paling dekat dengan remaja (keluarga) adalah orang-orang yang mendorong dan mengingatkan mereka untuk tetap sehat dan meningkatkan kualitas hidup mereka, para peneliti percaya bahwa mereka memegang peranan penting dalam membantu remaja untuk berhenti merokok.

4. Hubungan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja

Pemikiran di atas mengarah pada kesimpulan bahwa keinginan untuk berhenti merokok dipengaruhi oleh lingkungan teman sebaya. Uji analisis Chi-Square yang memiliki nilai p sebesar 0,05 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara lingkungan teman sebaya dengan keinginan untuk berhenti merokok. Penelitian (Ummah, 2019) menemukan adanya hubungan antara lingkungan teman sebaya dengan keinginan untuk berhenti merokok, dengan nilai p sebesar 0,006 ($P < 0,05$).

Menurut Hoffman et al. (2006), remaja cenderung berhasil berhenti merokok jika mereka memiliki teman yang menawarkan dukungan emosional dan dorongan untuk berhenti. Oleh karena itu, salah satu strategi paling efektif untuk mendorong remaja berhenti merokok adalah

dengan menumbuhkan lingkungan teman sebaya yang mendukung perubahan perilaku.

Menurut peneliti, lingkungan teman sebaya berfungsi sebagai pengingat dan sistem pendukung bagi remaja untuk tetap sehat dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Peneliti berpendapat bahwa kelompok teman sebaya memainkan peran penting dalam mendorong remaja untuk berhenti merokok.

KESIMPULAN

Dalam penelitian ini, individu terdekat (keluarga) dan kelompok sosial di sekitar remaja berperan dalam keinginan mereka untuk berhenti merokok. Aspek ini penting bagi kaum muda, khususnya di masyarakat Pesisir Pantai Sederhana, untuk meningkatkan kegiatan konstruktif seperti bermain sepak bola dengan teman-teman di wilayah pesisir, berpartisipasi dalam upaya masyarakat untuk menanam pohon bakau demi lingkungan, meningkatkan kesadaran tentang kebiasaan sehat, dan terlibat dalam Karang Taruna setempat. Keterlibatan ini membantu memastikan bahwa remaja menjadi bagian dari organisasi pemuda yang mempromosikan cara hidup sehat, menjauhkan mereka dari kebiasaan merokok.

DAFTAR PUSTAKA

1. Bahar H, Muchtar F, Effendy DS, Lestari H, Tosepu R. Penyuluhan Bahaya Merokok pada Remaja di MAN Insan Cendekia Kota Kendari DOI : <https://doi.org/10.54832/judimas.v3i1.386> Pendahuluan Catatan terkini dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) yang diluncurkan pada penghentian tahun 2019 menyatakan bahwa , s. 2024;2:7–16.
2. Bratajaya CNA. Peran Calon Tenaga Kesehatan sebagai Kader Kesehatan Remaja Srikandi (Masyarakat Peduli Akan Diabetes Melitus). AJAD J Pengabdian Kpd Masy. 2023;3(3):177–81.
3. Rahayuningtyas E. Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja Di Smp N 1 Kandangan Kabupaten Temanggung. Naskah Publ. 2019;4–35.
4. Alifiana W, Manenti DA, Cahyani I, Rafsanjani NM, Sopian SM, Hakim AL. Analisa Perilaku Merokok pada Usia Produktif terhadap Kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Cilodong. J Public Heal Educ. 2024;3(2):34–41.
5. Rahmawati S, Mantu MR, Studi P, Kedokteran S, Kedokteran F, Tarumanagara U, et al. Pengetahuan Siswa Kelas 9 SMPN 4 Cikarang Barat Tentang Bahaya Merokok. J Kesehat Dan Kedokt Tarumanagara. 2023;2(1):94–7.
6. Rahmi. Galang Tanjung. 2021;(2504):1–9.
7. Wardani Purnomo TS. Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja Di Smp N 1 Kandangan

- Kabupaten Temanggung. Naskah Publ. 2022;4–35.
8. Arna Abrar E. Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Motivasi Berhenti Merokok di Sma Negeri 21 Makassar. *JIMPK J Ilm Mhs Penelit Keperawatan*. 2023;3:2023.
 9. Janah EN, Yanti DE, Sari FE. Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Keberhasilan Berhenti Merokok di Banjar Agung Lampung Selatan. *PREPOTIF J Kesehat Masy*. 2021;5(2):1275–83.
 10. Uzzakiyah I. Hubungan antara persepsi terhadap dampak merokok dengan motivasi berhenti merokok pada mahasiswa. 2019;
 11. Wartini S, Santi TD, Arifin VN. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kesulitan Berhenti Merokok pada Mahasiswa di Lingkungan Kampus Universitas Muhammadiyah Aceh. *J Public Heal Innov*. 2024;4(02):449–59.
 12. Untari RT. HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN MOTIVASI BERHENTI MEROKOK PADA REMAJA DI SMK BHINA KARYA KARANGANYAR. 2019;1–9.
 13. Nurpratiwi Y. PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA. *Sustain* [Internet]. 2022;11(1):1–14. Available from: http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
 14. Effendy M. Hubungan Pengetahuan Dengan Motivasi Berhenti Merokok. Google [Internet]. 2019;1. Available from: <http://definisipakar.blogspot.com/2017/09/pengertian-remaja-menurut-who.html>
 15. Devi Kurniasih, Mila Sartika. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rs Sentra Medika Cicalak. *Cakrawala Med J Heal Sci*. 2023;1(2):172–83.