



Pengaruh gaya hidup teman sebaya dan kebermaknaan hidup terhadap perilaku merokok pada siswa kelas VIII di Pondok Pesantren Al-Islam Joresan

Rosyid Arfan Gustama ✉, Universitas PGRI Madiun

Silvia Yula Wardani, Universitas PGRI Madiun

Diana Ariswanti Triningtyas, Universitas PGRI Madiun

✉ rosyidgustama340@gmail.com

Abstrak: Perilaku merokok yang sering dilakukan oleh siswa dianggap sebagai pencarian jati diri dengan mengikuti gaya hidup orang lain atau teman sebaya yang kurang tepat dikarenakan minimnya pengetahuan atau memaknai hal tersebut. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk dapat mengetahui pengaruh gaya hidup teman sebaya dan kebermaknaan hidup terhadap perilaku merokok. Metode yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah melakukan pengambilan angket dengan analisis korelasional siswa kelas VIII di MTs Al-Islam Joresan Ponorogo. Sampel penelitian yang di ambil sebesar 100 siswa yang diambil dari populasi dengan menggunakan teknik probability sampling. Analisis data menggunakan korelasi dan regresi linier berganda. Hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa: 1. ada pengaruh gaya hidup teman sebaya terhadap perilaku merokok, 2. ada pengaruh kebermaknaan hidup terhadap perilaku merokok, 3. ada pengaruh gaya hidup teman sebaya dan kebermaknaan dihidup terhadap perilaku merokok.

Kata kunci: gaya hidup, kebermaknaan hidup, perilaku merokok



PENDAHULUAN

Siswa pada umur 12-15 tahun merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju remaja. Dalam masa ini akan terjadi perubahan pada remaja meliputi: tubuh, kepribadian, kecerdasan, dan peran di dalam dan di luar lingkungan (Hidayah and Izzaty 2019). Pada masa ini siswa dapat dibidang memasuki masa remaja awal, dimana hal tersebut seorang anak akan berusaha untuk menentukan hidup serta tujuannya sendiri. Namun pada masa ini juga seorang remaja akan mudah terpengaruh oleh orang tua, saudara, teman, atau lingkungannya sebab perbedaan cara pandang anak belum sepenuhnya memilih pada hal yang benar (masih labil dalam menentukan pilihan). Pengaruh buruk biasanya dialami oleh remaja karena adanya konflik yang terjadi dalam internal dirinya atau lingkungannya yang dapat mempengaruhi psikisnya yang dapat menyebabkan penyimpangan sosial salah satu contohnya adalah perilaku merokok serta adanya meniru gaya hidup seseorang.

Gaya hidup adalah upaya untuk eksis dengan metode tertentu serta berbeda dari kelompok lain (Tewal et al., 2018). Gaya hidup individu atau remaja cenderung tidak akan jauh dengan cara atau gaya hidup teman sebaya yang terdapat disekitarnya dan bersosialisasi dengannya. Faktor-faktor diatas erat hubungannya dengan kondisi teman sebaya. Hal tersebut berhubungan dengan *lift style* yang biasanya tidak jauh dalam pergaulan yang ada di lingkungannya. *Life style* atau gaya hidup dapat berarti sebagai cara individu atau seseorang untuk hidup serta menjalani segala aktivitas sehari-hari sesuai yang diinginkan dengan potensi dan minat yang dimiliki lalu diekspresikan dalam kehidupannya. Adapun faktor yang mempengaruhi gaya hidup antara lain: 1. kebutuhan individu, 2. keinginan individu, 3. perilaku individu. Sedangkan pada dasarnya hal demikian dilandasi oleh kemampuan individu dalam memaknai kejadian-kejadian dalam hidupnya. Pemahaman individu mengenai makna dari kehidupan yang dijalani merupakan salah satu faktor yang sangat penting untuk menjalani kehidupannya, kebermaknaan hidup dapat diartikan sebagai sejauh apa individu dalam memaknai kehidupan yang dijalani dalam kehidupannya. Makna dari hal tersebut sudah mencakup cara individu untuk dapat memenuhi atau mencapai tujuan dari kehidupan yang dijalannya.

Kegiatan merokok setiap tahunnya mengalami peningkatan yang sangat tinggi bahkan masih usia dibawah 19 tahun sudah banyak yang merokok. Hal ini sejalan dengan pendapat (Munir, 2019) Secara umum, orang mulai merokok pada usia dini, dan konsumen memutuskan untuk tidak membeli rokok berdasarkan informasi yang memadai tentang bahaya kecanduan rokok, produk yang dibeli, efek kecanduan, dan pembelian berbayar. Prevalensi merokok pada pria di atas usia 15 tahun adalah 36,3% (angka yang cenderung meningkat dari 34,3% pada tahun 2007). 24,3% orang Indonesia merokok setiap hari sekitar usia 10 tahun, dan 4,6% perokok sesekali (Julaecha & Wuryandari, 2021), Perilaku merokok bukan lagi suatu hal yang tabu bagi khalayak umum, mulai dari orang tua sampai remaja sama-sama mengkonsumsi rokok. Banyak sekali dapat kita jumpai saat ini remaja bahkan anak-anak sudah mulai mengkonsumsi rokok, individu yang merokok memiliki jangkauan waktu yang berbeda-beda dari yang perokok berat, sedang bahkan pemula. Hal ini sejalan dengan pendapat (Atmasari et al., 2020) Peningkatan ini lebih terasa di antara mereka yang berusia di bawah 15 tahun Perilaku merokok adalah perilaku perokok pada saat aktif, selama enam bulan dalam hidup. Kurangnya pemahaman individu mengenai hal yang akan ditimbulkan dari perilaku yang dilakukan serta mengabaikan bahayanya merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku merokok, selain itu, adanya dukungan yang diberikan teman maupun orang disekitar individu untuk melakukan perilaku merokok. Individu yang memiliki usia disekitar 12-15 tahun sangat rentang terhadap gaya hidup orang disekitarnya bahkan teman sebaya, individu akan perhatikan apa yang terjadi di lingkungan mereka termasuk perilaku negatif dari keluarga, teman dan masyarakat (Cut Mahabbah & Fithria, 2019), selain itu tingkah laku manusia memiliki makna tersendiri untuk setiap tindakan yang dilakukannya. Makna adalah alasan mengapa seseorang memilih atau tidak melakukan suatu kegiatan, makna yang diambil seorang individu melalui lingkungan tentang perilaku merokok membuat individu dapat menjadikan perilaku merokok maupun perilaku tidak merokok (Riau et al., 2020).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasi *ex-post facto*. Tipe penelitian kuantitatif digunakan mengumpulkn informasi yang dilakukan dengan cara menyusun daftar pertanyaan (kuesioner) yang diajukan kepada responden. Sampel sebgaiian dari keseluruhan populasi (Sugiyono, 2013), responden sampel dalam penelitian ini merupakan siswa laki-laki kelas VIII di Pondok Pesantren AL-ISLAM Joresan dengan jumlah sampel sebanyak 100 siswa dengan menggunakan teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara teknik *simple probability sampling*.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode angket atau kuesioner dengan mengacu pada skala likert untuk mengukur suatu sikap atau perilaku. Teknik analisis yang akan digunakan dipenelitian ini Teknik statistik deskripsi guna untuk mendapatkan seberapa besar skor yang didapatkan dari data yang terkumpulkan kemudian di uji validitas dan reabilitasnya guna mengetahui kevalidan angket yang akan digunakan. Kemudian selanjutnya pengujian hipotesis dicoba buat mengenali ada- tidaknya ikatan antara variabel leluasa dengan variabel terikat. Pengujian hipotesis ini memakai taraf signifikansi 5%. Harga yang diperoleh dari perhitungan statistik dikonsultasikan dengan nilai dalam tabel. Apabila harga rhitung lebih besar dari rtabel ataupun harga Fhitung lebih besar dari Ftabel, hingga koefisien dikatakan signifikan serta begitu kebalikannya. Hipotesis awal serta kedua diuji memakai analisis korelasi product moment dari Pearson sebaliknya hipotesis ketiga memakai korelasi berganda akhir terhadap data akan dilakukan uji analisis regresi linier berganda yang bertujuan buat menganalisis besarnya ikatan pengaruh variabel independen yang jumlahnya lebih dari satu.

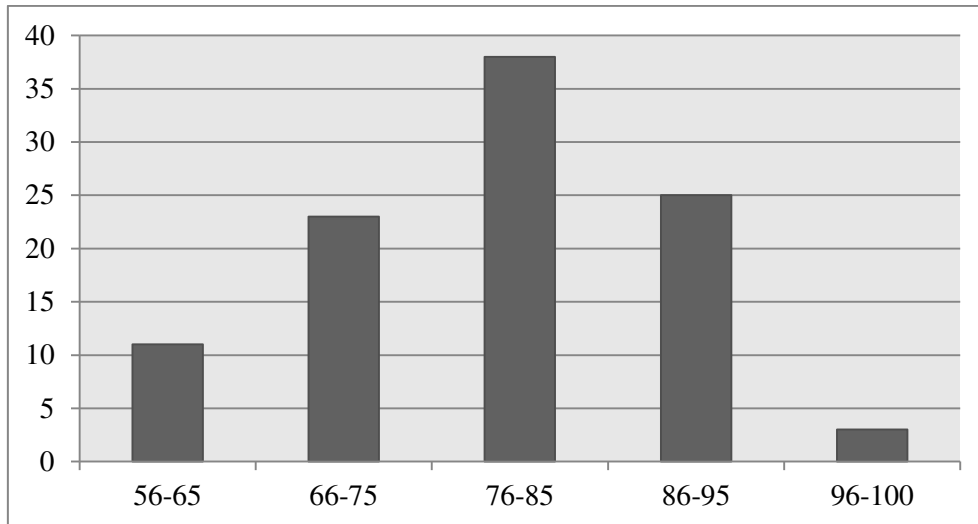
HASIL PENELITIAN

Hasil yang diperoleh dari penelitian dan di kumpulkan serta diolah, analisis yang didapatkan untuk mengetahui apakah adanya pengaruh gaya hidup teman sebaya (X1) dan kebermaknaan hidup (X2) terhadap perilaku merokok (Y). Untuk dapat mengetahui ada atau tidaknya pengaruh yang ditimbulkan dari setiap variable-variabel maka dapat dilihat dari uji regresi menggunakan rumus SPSS sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Gaya Hidup Teman Sebaya

No	Interval	Frekuensi	Kualifikasi
1	96-100	3	Sangat tinggi
2	86-95	25	Tinggi
3	76-85	38	Sedang
4	66-75	23	Rendah
5	56-65	11	Sangat rendah
JUMLAH		N=100	

Apabila tabel 1 di jadikan menjadi diagram maka seperti gambar sebagai berikut:

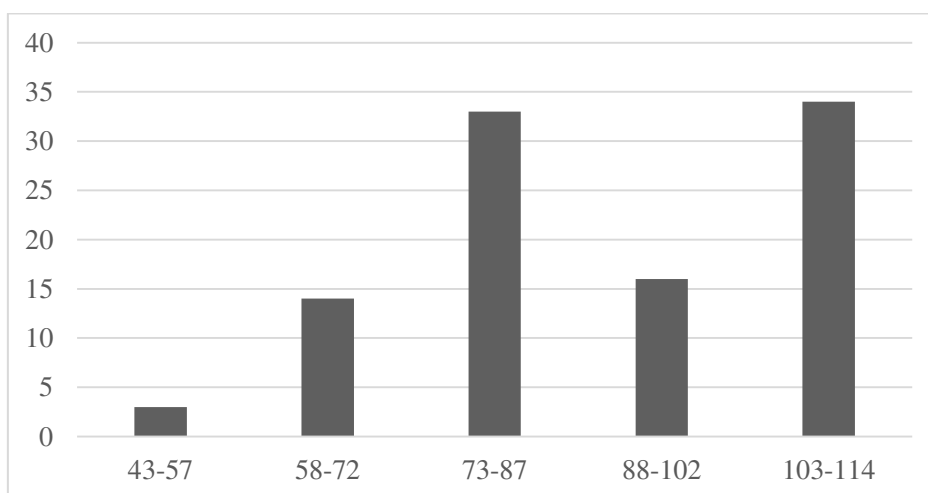


Gambar 1 Distribusi Frekuensi Gaya Hidup Teman Sebaya

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kebermaknaan Hidup

No	Interval	Frekuensi	Kualifikasi
1	103-114	34	Sangat tinggi
2	88-102	16	Tinggi
3	73-87	33	Sedang
4	58-72	14	Rendah
5	43-57	3	Sangat rendah
JUMLAH		N=100	

Apabila tabel 2 di jadikan menjadi diagram maka seperti gambar sebagai berikut:

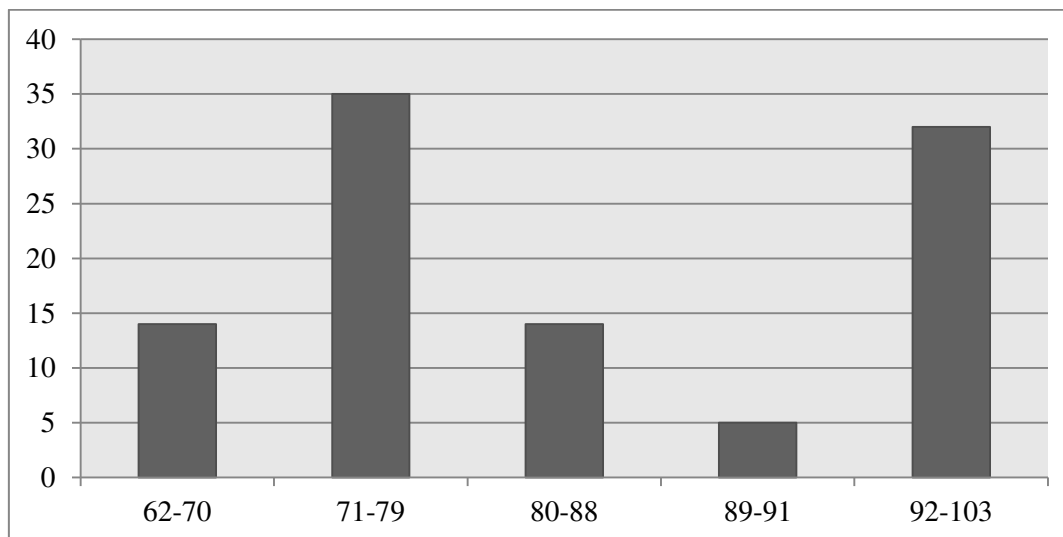


Gambar 2 Distribusi Frekuensi Kebermaknaan Hidup

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Perilaku Merokok

No	Interval	Frekuensi	Kualifikasi
1	92-103	32	Sangat tinggi
2	89-91	5	Tinggi
3	80-88	14	Sedang
4	71-79	35	Rendah
5	62-70	14	Sangat rendah
JUMLAH		N=100	

Apabila tabel 3 di jadikan menjadi diagram maka seperti gambar sebagai berikut:



Gambar 3 Distribusi Frekuensi Perilaku Merokok

Tabel 4. Hasil analisis regresi

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6751.015	2	3375.507	65.913	.000 ^a
	Residual	4967.545	97	51.212		
	Total	11718.560	99			

Dari data uji regresi maka dapat dimaknai bahwa nilai signifikansi untuk pengaruh X1 dan X2 terhadap Y yaitu sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat diartikan ada pengaruh gaya hidup teman sebaya dan kebermaknaan hidup terhadap perilaku merokok memiliki nilai sebesar 57,6%.

PEMBAHASAN

Gaya Hidup Teman Sebaya

Hasil analisis yang dilakukan terhadap data pengaruh gaya hidup teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa memiliki pendapat yang ditunjukkan r_{Hitung} 0,636 dengan taraf signifikan 0,05 sebanyak 100 sampel kemudian r_{Hitung} (0,636) > r_{Tabel} (0,361) yang memiliki arti signifikan. Maka dapat dikatakan hipotesis “pengaruh gaya hidup teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa kelas VIII MTs Al-Islam Joresan tahun pelajaran 2021/2022”, diterima. Kemudian dapat diketahui bahwa jumlah sampel yang diteliti terdapat 100 sampel dengan hasil nilai tertinggi dari hasil sebesar 103 sedangkan nilai terendah sebesar 62. Kemudian menggunakan perhitungan range (R), Panjang kelas (I) dan lebar kelas (i). Hasil range didapatkan selisih antara $103-62 = 41$, kemudian mencari Panjang kelas menggunakan rumus $1+3.3*\log 100 = 9$. analisis gaya hidup teman sebaya diperoleh dari 100 sampel menunjukkan mean = 79.22, median = 78.50, modus = 75.00 serta standar deviasi = 9.55. Dari data tersebut menunjukkan gaya hidup teman sebaya setengah dari sampel mendukung adanya pengaruh gaya hidup teman sebaya. Gaya hidup yang ditunjukkan dalam distribusi gaya hidup teman sebaya bahwa individu rentang mengikuti gaya hidup orang lain atau teman sebaya. Hal ini sesuai menurut (Darwis et al., 2020) gaya hidup merupakan individu yang suka mengikuti atau meniru gaya hidup orang lain, mengikuti perkembangan yang ada, mengikuti perkembangan zaman ke zaman, mengikuti budaya yang berkembang supaya tidak ketinggalan zaman. Individu dapat mengikuti gaya hidup teman sebaya karena berkomunikasi dan bersosialisasi dengan teman sebaya dalam jangka waktu yang cukup lama sehingga individu juga mengikuti gaya hidup yang ditunjukkan teman atau kelompok tersebut. Faktor yang mempengaruhi gaya hidup teman sebaya antara lain: didalam diri individu (internal) dan faktor dari luar diri individu (eksternal) (Ulfa, 2017).

Hal tersebut diperkuat dengan penelitian relevan yang dilakukan oleh (Mirnawati et al., 2018) siswa laki-laki mulai merokok sejak SMP ber usia 13-14 tahun sampai SMA umur 19 tahun oleh pengaruh teman atau lingkungannya. Penelitian ini menyatakan kegiatan merokok yaitu pengaruh dari lingkungan serta diri sendiri, artinya kegiatan merokok selain dalam diri individu itu sendiri juga terdapat faktor dari lingkungan.

Kebermaknaan Hidup

Hasil analisis yang dilakukan terhadap data pengaruh kebermaknaan hidup terhadap perilaku merokok siswa memiliki pendapat yang ditunjukkan r_{Hitung} 0,723 dengan taraf signifikan 0,05 sebanyak 100 sampel kemudian r_{Hitung} (0,723) > r_{Tabel} (0,361) yang memiliki arti signifikan. Maka dapat dikatakan hipotesis “pengaruh kebermaknaan hidup terhadap perilaku merokok siswa kelas VIII MTs Al-Islam Joresan tahun pelajaran 2021/2022”, diterima.

Hasil analisis tabel distribusi frekuensi kebermaknaan hidup dapat diketahui bahwa jumlah sampel yang diteliti terdapat 100 sampel dengan hasil nilai tertinggi dari hasil sebesar 114 sedangkan nilai terendah sebesar 43. Kemudian menggunakan perhitungan range (R), Panjang kelas (I) dan lebar kelas (i). Hasil range didapatkan selisih antara $114-43 = 71$, kemudian mencari Panjang kelas menggunakan rumus $1+3.3*\log 100 = 14$. analisis gaya hidup teman sebaya diperoleh dari 100 sampel menunjukkan mean = 88.64, median = 90, modus = 130.0 serta standar deviasi = 16.82. Dari data tersebut menunjukkan kebermaknaan hidup memiliki nilai sangat tinggi, kebermaknaan hidup yang ditunjukkan dalam distribusi kebermaknaan hidup bahwa individu mendukung pentingnya memahami kebermaknaan dalam dirinya untuk menjalani kehidupan. Hal tersebut sejalan dengan pendapat (Utami & Setiawati, 2018) makna hidup merupakan sesuatu yang ada dan dimunculkan dalam diri individu. Selain itu, kebermaknaan hidup dapat diartikan suatu hal yang mendasari manusia untuk mengarahkan cara berperilakunya (Hidayah & Izzaty, 2019). Individu yang mampu berperilaku sesuai dengan dirinya serta dapat memahami manfaat dan bahaya dari perilakunya maka sudah dikatakan dapat memahami kebermaknaan hidup.

Penyataaan di atas didukung atau diperkuat dengan adanya penelitian yang relevan oleh (Djaljing & Purba, 2019) untuk mengetahui makna hidup pada mahasiswa perguruan tinggi kota depok. Hasil dari penelitian bahwa makna hidup adalah sesuatu yang membuat individu-individu paham dan sadar akan makna hidup yang dialami dan dirasakannya dengan kepuasan yang diharapkan.

Perilaku Merokok

Hasil analisis data uji regresi menggunakan SPSS 16 maka hasil yang didapatkan Pengaruh Gaya Hidup Teman Sebaya dan Kebermaknaan Hidup terhadap Perilaku Merokok dari pendapat siswa dengan menggunakan uji analisis regresi linier berganda pada tabel 4 maka menunjukkan hasil nilai signifikansi dari pengaruh gaya hidup teman sebaya (X1) dan kebermaknaan hidup (X2) terhadap perilaku merokok (Y) adalah $0,000 < 0,05$ yang memiliki arti signifikan. Maka hipotesis yang didapatkan yaitu “Ada Pengaruh Gaya Hidup dan Kebermaknaan Hidup terhadap Perilaku Merokok Siswa Kelas VIII MTs Al-Islam Joresan.

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Atmasari et al., 2020) yang menyatakan bahwa suatu lingkungan perokok memiliki sebuah peran dalam mempengaruhi perilaku merokok, selain itu semakin banyak teman sebaya merokok kemungkinan merokok juga besar, sehingga dapat dimaknai teman sebaya ataupun lingkungan individu berada akan lebih mudah terpengaruh gaya hidup orang disekitarnya serta kemungkinan cukup tinggi. Sejalan dengan penelitian (Darwis et al., 2020) pada siswa SMA Negeri 1 Makasar, menyatakan bahwa siswa akan menjadikan gaya hidup menjadi suatu cara atau usaha individu untuk membentuk citranya. Hasil penelitian ini gaya hidup kurang baik akan berimbas hal yang kurang baik dan sebaliknya.

SIMPULAN

Berdasarkan data hasil analisis yang digunakan oleh peneliti yang sudah dilakukan maka mendapatkan perilaku merokok dapat terjadi karena mengikuti gaya hidup orang disekitarnya termasuk teman sebaya serta kurangnya pemahaman akan makna hidup untuk menjaga tubuh yang sudah diberikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh antar gaya hidup teman sebaya terhadap perilaku merokok, kebermaknaan hidup terhadap perilaku merokok serta adanya pengaruh gaya hidup teman sebaya dan kebermaknaan hidup terhadap perilaku merokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Atmasari, Y., Sanjaya, R., & Fauziah, N. A. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan tentang rokok dengan perilaku merokok pada remaja di SMKN Pagelaran Utara Pringsewu Lampung. *Majalah Kesehatan Indonesia*, 1(1), 15–20.
<https://doi.org/10.47679/makein.011.42000004>
- Cut Mahabbah, & Fithria. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Meroko Pada Remaja Di Sekolah Factors Influencing The Smoking Behavior On Adolescent At Schools. *JIM Fkep*, IV(2), 48–55.
- Darwis, A., Malik, A. R., Burhan, B., & Marto, H. (2020). Studi Kasus Teman Sebaya Dalam Pembentukan Gaya Hidup Siswa. *Kaganga: Jurnal Pendidikan Sejarah Dan Riset Sosial-Humaniora*, 3(2), 150–160.
- Djaljing, K. W., & Purba, D. E. (2019). Efek mediasi makna hidup pada hubungan antara grit dan kepuasan hidup pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6(2), 135–149.
- Hidayah, N. Z., & Izzaty, R. E. (2019). KONFORMITAS TEMAN SEBAYA SEBAGAI PREDIKTOR TERHADAP PERILAKU MEROKOK REMAJA PEER CONFORMITY AS A PREDICTOR TO ADOLESCENT SMOKING BEHAVIOR.

Jurnal Ecopsy, 6(2). <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v6i2>

- Julaecha, J., & Wuryandari, A. G. (2021). Pengetahuan dan Sikap tentang Perilaku Merokok pada Remaja. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 313. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.337>
- Mirawati, M., Nurfitriani, N., Zulfiarini, F. M., & Cahyati, W. H. (2018). Perilaku merokok pada remaja umur 13-14 tahun. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 2(3), 396–405.
- Munir, M. (2019). Gambaran Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-Laki. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 112. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v12i2.10553>.
- Riau, M. A. I., Sari, G. G., Aziz, A., Prayuda, R., & Sikumbang, A. T. (2020). Refleksi Anomali Makna Perilaku Merokok di Kalangan Dosen Universitas Islam Riau. *Bricolage: Jurnal Magister Ilmu Komunikasi*, 6(02), 207–222.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Tewal, A. Y., Mewengkang, N. N., & Londa, J. . (2018). Pengaruh media sosial terhadap gaya hidup remaja di desa raanan baru kecamatan motoling barat kabupaten minahasa selatan. *Jurnal Acta Diurna*, 7(4), 1–10. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/actadiurnakomunikasi/article/view/20994>
- Ulfa, U. A. (2017). *Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya dan Gaya Hidup Konsumtif Dengan Kepercayaan Diri*. 5(4), 554–562.
- Utami, D. D., & Setiawati, F. A. (2018). Makna hidup pada mahasiswa rantau: analisis faktor eksploratori skala makna hidup. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 11(1), 29–39.