



ARTIKEL

**HUBUNGAN AKTUALISASI DIRI DENGAN PERILAKU
MEROKOK PADA REMAJA LAKI-LAKI DI SMK
BERDIKARI JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan

Oleh:

**Adika Setya Nugraha
2011012003**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2022**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN AKTUALISASI DIRI DENGAN PERILAKU MEROKOK
PADA REMAJA LAKI-LAKI DI SMK BERDIKARI JEMBER**

Adika Setya Nugraha
NIM. 2011012003

Artikel ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 3 Februari 2022

Pembimbing I



Ns. Sasmiyanto, S. Kep., M. Kes.
NPK. 1979041610305358

Pembimbing II



Ns. Mad Zaini, M. Kep., Sp. Kep. J
NPK. 1987071411509643

HUBUNGAN AKTUALISASI DIRI DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA LAKI-LAKI DI SMK BERDIKARI JEMBER

Adika Setya Nugraha

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember,

jemberdika@gmail.com

(koresponden)

Sasmiyanto

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember

Mad Zaini

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember

Abstract

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER
NURSING UNDERGRADUATE PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCE

Skripsi, February 2022

Adika Setya Nugraha

Relationship between Self-Actualization and Smoking Behavior in Adolescent
Boys at SMK Berdikari Jember, 2022

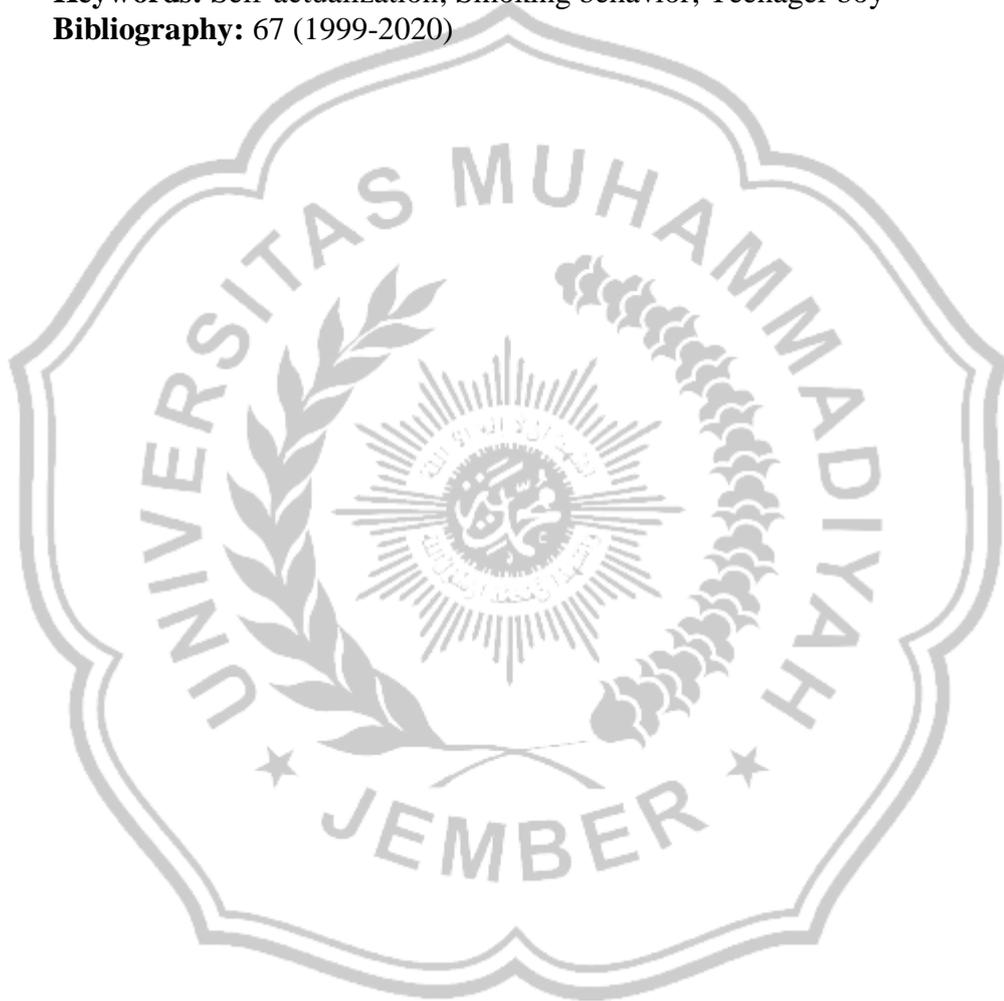
ABSTRACT

Introduction: Adolescence is a stage that humans must pass in their development period. At this time, adolescents will experience changes on the biological, psychological, and social sides as a result of the transition from childhood to adulthood. Adolescence is very vulnerable to something negative because of immature emotional control, turmoil of thought, high curiosity, not giving up easily and physical strength and ego. In addition, many teenagers also fall into bad things such as smoking because of a high desire to try. A person is declared to have entered adolescence if he experiences maturity (self-actualization). The process of self-actualization is a very important part of psychosocial development for adolescents which is characterized by the emergence of behaviors that are generally carried out by adults. Teenagers tend to follow what is happening around them. This must be a recalculation for the community to be a good example not only for children but also for teenagers, because it is not uncommon for teenagers to also imitate negative adult behaviors such as smoking. This study aims to analyze the relationship between self-actualization and smoking behavior in adolescent boys at SMK Berdikari Jember. **Methods:** The design of this study was analytic observation with a cross sectional approach. The researcher used 78 male students at SMK Berdikari Jember as the population. The sample obtained in this study was 60 students. Researchers used simple random sampling in this study. Data collection techniques using

a questionnaire. Data analysis using chi-square test is that H_a is accepted if $p\text{-value} < \alpha$ and H_a is rejected if $p\text{-value} > \alpha$. Results: It is known that the self-actualization variable is 0.000, the value is < 0.05 and the value = 0.05 which means H_a is accepted if the $p\text{-value} < \alpha$, so there is a relationship between self-actualization and smoking behavior in adolescent boys at SMK Berdikari Jember. Conclusion: Based on the results of this study, it was also found that lack of actualization is a triggering factor for smoking behavior in adolescents, so it is necessary to increase guidance and vigilance for teachers and parents so that students are always monitored to prevent harm to themselves and to others.

Keywords: Self-actualization; Smoking behavior; Teenager boy

Bibliography: 67 (1999-2020)



Abstrak

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Skripsi, Februari 2022

Adika Setya Nugraha

Hubungan Aktualisasi Diri Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-laki Di SMK Berdikari Jember, 2022

ABSTRAK

Pendahuluan: Masa remaja merupakan tahapan yang pasti dilewati manusia dalam masa perkembangannya. Pada masa ini, remaja akan mengalami perubahan pada sisi biogis, psikologis, dan sosial sebagai dampak dari adanya transisi masa dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja sangat rentan akan sesuatu yang negatif karena pengendalian emosi yang belum matang, gejolak pemikiran, keingintahuan tinggi, tidak mudah menyerah serta kuatnya fisik dan ego. Selain itu, remaja juga banyak yang terjerumus kedalam hal-hal buruk seperti merokok karena keinginan mencoba yang tinggi. Seseorang dinyatakan telah masuk kedalam masa remaja jika mengalami perkembangan kedewasaan (aktualisasi diri). Proses aktualisasi diri merupakan bagian dari perkembangan psikososial yang sangat penting bagi remaja yang ditandai dengan kemunculan perilaku yang umumnya dilakukan oleh orang dewasa. Remaja cenderung untuk mengikuti apa yang terjadi disekitarnya. Hal tersebut harus menjadi perhitungan ulang bagi masyarakat untuk menjadi contoh yang baik bukan hanya bagi anak-anak namun juga bagi remaja, karena tidak jarang remaja juga akan meniru perilaku negatif orang dewasa seperti merokok. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan aktualisasi diri dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di SMK Berdikari Jember. Metode: Desain dari penelitian ini adalah observasi analitik dengan pendekatan *Cross sectional*. Peneliti menggunakan 78 pelajar laki-laki yang ada di SMK Berdikari Jember sebagai populasi. Sampel yang diperoleh dalam penelitian ini adalah 60 pelajar. Peneliti menggunakan *simple random sampling* dalam penelitian ini. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *chi-square* adalah H_a diterima jika $p\text{-value} < \alpha$ dan H_a ditolak jika $p\text{-value} > \alpha$. Hasil: Diketahui bahwa Variabel aktualisasi diri sebesar 0,000, nilai tersebut $< 0,05$ dan nilai $\alpha = 0,05$ yang artinya H_a diterima jika $p\text{ value} < \alpha$, jadi ada hubungan antara aktualisasi diri dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di SMK Berdikari Jember. Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian ini juga diperoleh bahwa

aktualisasi yang kurang menjadi faktor pemicu timbulnya perilaku merokok pada remaja, sehingga perlunya peningkatan pembinaan dan kewaspadaan terhadap guru dan orang tua agar anak didik selalu dipantau guna mencegah kerugian bagi dirinya maupun pada orang lain.

Kata kunci: Aktualisasi diri; Perilaku merokok; Remaja laki-laki

Daftar Pustaka: 67 (1999-2020)



PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahapan yang pasti dilewati manusia dalam masa perkembangannya. Pada masa ini, remaja akan mengalami perubahan pada sisi biologis, psikologis, dan sosial sebagai dampak dari adanya transisi masa dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja sangat rentan akan sesuatu yang negatif karena pengendalian emosi yang belum matang, gejolak pemikiran, keingintahuan tinggi, tidak mudah menyerah serta kuatnya fisik dan ego. Remaja cenderung bersikeras untuk memperkenalkan dirinya kepada lingkungan dan mendapat pengakuan. Selain itu, remaja juga banyak yang terjerumus kedalam hal-hal buruk seperti merokok karena keinginan mencoba yang tinggi (1).

Proses aktualisasi diri merupakan bagian dari perkembangan psikososial yang sangat penting bagi remaja yang ditandai dengan kemunculan perilaku yang umumnya dilakukan oleh orang dewasa. Remaja cenderung untuk mengikuti apa yang terjadi disekitarnya. Pencapaian aktualisasi diri menjadi salah satu metode untuk mendekati diri dengan lingkungan sekitar. Hal tersebut harus menjadi perhitungan ulang bagi masyarakat untuk menjadi contoh yang baik bukan hanya bagi anak-anak namun juga bagi remaja, karena tidak jarang remaja juga akan meniru perilaku negatif orang dewasa seperti merokok (2)

Di Provinsi Jawa Timur sendiri ada 27,78% pada tahun 2020 di Kabupaten Jember diperoleh 31,1% remaja perokok per Oktober 2019 sesuai laporan Badan Statistik Provinsi Jawa Timur (3). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Desember 2021 di dapatkan kasus siswa yang merokok di SMK Berdikari Jember sebanyak 76,92% dari total 78 responden siswa laki-laki.

Merokok diusia muda bukanlah hal yang asing bagi remaja Indonesia, utamanya pada masa sekolah menengah atas (SMA). Hal ini diakibatkan karena transisi masa perkembangan dari anak-anak menuju dewasa, utamanya pada aspek psikologis sehingga muncul kebingungan atas benar dan salah, luapan emosi yang tidak stabil, dan beban pikiran yang tidak terpecahkan sehingga menghasilkan perilaku yang menyimpang dari norma dan aturan masyarakat (4). Keberhasilan dalam program penanggulangan perokok juga ditentukan atas upaya pendidikan kesehatan dan peran orang tua dalam memantau kegiatan sehari-hari anak-anaknya. Kesuksesan pendidikan kesehatan juga ditentukan atas kesesuaian media dan ketersampaian pesan. Untuk mempermudah pemahaman atas pesan yang akan disampaikan dalam pendidikan kesehatan maka media perlu dikembangkan bukan hanya sekedar tulisan namun juga dapat berupa gambar (5)

Dari uraian yang telah disampaikan peneliti diatas, maka peneliti bermaksud untuk meneliti dan mengetahui Hubungan Aktualisasi Diri dengan Perilaku Merokok pada Remaja Laki-Laki di SMK Berdikari Jember.

METODE

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan aktualisasi diri dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di SMK Berdikari Jember. Desain dari penelitian ini adalah observasi analitik dengan pendekatan

Cross sectional. Peneliti menggunakan 78 pelajar laki-laki yang ada di SMK Berdikari Jember sebagai populasi. Sampel yang diperoleh dalam penelitian ini adalah 60 pelajar. Peneliti menggunakan *simple random sampling* dalam penelitian ini. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *chi-square* adalah H_0 diterima jika $p\text{-value} < \alpha$ dan H_0 ditolak jika $p\text{-value} > \alpha$. Penelitian ini telah melalui uji layak etik dengan nomor lolos uji etik 0053/KEPK/FIKES/1/2022 yang dikeluarkan oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember pada tanggal 7 Januari 2022.

HASIL

A. Data Umum

1. Distribusi Berdasarkan Usia Responden

Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur yang aktif merokok di SMK Berdikari Jember Bulan Januari 2022

Umur (tahun)	Jumlah	Persentase
10-13 tahun	0	0%
14-16 tahun	1	2%
17-19 tahun	49	98%
Total	50	100%

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa responden usia 17-19 tahun adalah rentan umur responden yang paling banyak yaitu 49 responden (98%).

2. Distribusi Berdasarkan Pertama Kali Merokok

Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Pertama Kali Merokok di SMK Berdikari Jember Bulan Januari 2022

Pertama Kali Merokok	Jumlah	Persentase
SD	9	18,0%
SMP	33	66,0%
SMA	8	16%
Total	50	100%

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa responden pertama kali merokok terbanyak pada saat SMP yaitu 33 responden (66,0%).

3. Distribusi Responden Berdasarkan Waktu Aktivitas Merokok

Tabel 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Waktu Aktivitas Merokok di SMK Berdikari Jember Bulan Januari 2022

Waktu Biasa Merokok	Jumlah	Persentase
Saat berkumpul dengan teman	15	30,0%
Setelah makan	4	8%
Saat bangun tidur	0	0%
Saat di kamar mandi	0	0%
Selalu merokok di segala aktivitas	31	62,0%
Total	50	100%

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa waktu aktivitas merokok responden terbanyak yaitu selalu merokok di segala aktivitas dengan jumlah 31 responden (62,0%).

B. Data Khusus

1. Distribusi aktualisasi diri remaja laki-laki di SMK Berdikari Jember

Tabel 5.4 Distribusi Aktualisasi Diri Remaja Laki-Laki di SMK Berdikari Jember Bulan Januari 2022

Aktualisasi Diri	Jumlah	Persentase
Kurang	40	80,0%
Cukup	6	12%
Baik	4	8,0%
Total	50	100%

Berdasarkan data pada tabel di atas diketahui bahwa remaja dengan aktualisasi diri terbanyak adalah remaja yang memiliki aktualisasi diri kurang sebanyak 40 orang (80,0%).

2. Distribusi perilaku merokok remaja laki-laki di SMK Berdikari Jember

Tabel 5.5 Distribusi Perilaku Merokok Remaja Laki-Laki di SMK Berdikari Jember Bulan Januari 2022

Perilaku Merokok	Jumlah	Persentase
Perokok Ringan	16	32,0%
Perokok Sedang	34	68%
Perokok Berat	0	0%
Total	50	100%

Berdasarkan data pada tabel di atas diketahui bahwa remaja dengan perilaku merokok terbanyak adalah perilaku merokok sedang sebanyak 34 responden (68%).

3. Hubungan aktualisasi diri dengan perilaku merokok remaja laki-laki di SMK Berdikari Jember

Tabel 5.6 Hubungan Aktualisasi Diri Dengan Perilaku Merokok Remaja Laki-Laki di SMK Berdikari Jember Bulan Januari 2022

Aktualisasi Diri	Perilaku Merokok			Jumlah	Hasil
	Ringan	Sedang	Berat		
Kurang	6	34	0	40	P value: 0,000
Cukup	6	0	0	6	r: -0,481
Baik	4	0	0	4	
Total	16	34	0	50	

Tabel di atas adalah hasil penelitian pada 50 remaja laki-laki perokok di SMK Berdikari Jember yang telah dinalisis dengan uji statistik chi-square sehingga di dapatkan nilai P value dan α . Serta uji spearman rho dengan nilai korelasi (r) sebesar -0,481 artinya kekuatan hubungan dapat di kategorikan hubungan cukup. Arah korelasi negatif (-) yang artinya semakin tinggi

pencapaian aktualisasi diri maka semakin rendah perilaku merokok. Variabel aktualisasi diri sebesar 0,000, nilai tersebut $< 0,05$ dan nilai $\alpha = 0,05$ yang artinya H_a diterima jika $p \text{ value} < \alpha$, jadi ada hubungan antara aktualisasi diri dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di SMK Berdikari Jember.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Aktualisasi Diri

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti tentang aktualisasi diri remaja laki-laki. Hasil penelitian menunjukkan aktualisasi pada remaja laki-laki di SMK Berdikari Kurang sekitar 40 responden (80,0%) dari jumlah 50 responden.

Peneliti beranggapan bahwa aktualisasi diri kurang pada penelitian ini dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhi terutama kurangnya pemahaman tentang diri sendiri, teman sebaya, lingkungan, peran orang tua, peran guru/sekolah, dan media sosial. Guru/sekolah memiliki peran penting dalam pembentukan aktualisasi diri sehingga remaja memiliki kematangan baik secara psikologis, afektif maupun kognitif. Selain sekolah, orang tua dan teman sebaya juga turut mempengaruhi perkembangan aktualisasi diri remaja. Hal ini dikarenakan interaksi yang dilakukan remaja dengan lingkungannya sangat luas. Pada masa remaja, mereka akan menghadapi berbagai masalah hidup yang dapat dari dalam atau luar dirinya.

Hal tersebut sejalan dengan teori Asmadi (6), yakni ada dua faktor pengaruh aktualisasi diri antara lain, faktor internal (bersumber dari dalam diri) seperti, rendahnya pemahaman potensi diri, keraguan dan ketakutan untuk menunjukkan potensi yang dimiliki. Faktor eksternal (bersumber dari luar diri) seperti, budaya masyarakat, lingkungan fisik dan psikologis yang mendukung atau tidak mendukung perkembangan aktualisasi diri serta pola asuh keluarga.

Aktualisasi diri terus berubah mengikuti perkembangan kehidupan individu, hingga mencapai usia (adolesensi) dimana terjadi pergeseran dominasi aktualisasi diri psikologis yang sebelumnya lebih dominan fisiologis. (7). Dalam proses aktualisasi diri diperlukan kesabaran, kerja keras dan komitmen yang tinggi.

2. Perilaku Merokok

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti tentang perilaku merokok pada remaja laki-laki. Sebagian besar responden menjadi perokok sedang yaitu dengan jumlah 34 responden (68%).

Peneliti berpendapat bahwa perilaku merokok sangat dipengaruhi oleh faktor teman sebaya dan lingkungan, sehingga remaja yang merokok bisa menunjukkan kejantanan (bangga diri) dan menunjukkan kedewasaan pada orang lain terutama teman sebayanya, yang dibuktikan dengan hasil penelitian pada distribusi berdasarkan pertama kali merokok yang didapatkan sebanyak 66,0% pada bangku SMP, 18,0% pada bangku SD, dan 16,0% pada bangku SMA dan waktu aktivitas merokok terbanyak adalah selalu merokok di segala aktivitas dengan jumlah 31 responden (62,0%).

Hal ini sejalan dengan teori dari Conrad dan Miller (1986, dalam Amelia 2009) yang menyatakan ada 2 penyebab utama yang memotivasi individu

untuk merokok, yaitu: Dorongan psikologis, dimana dengan merokok dirinya merasa lebih tenang, indikator kejantanan, dan identitas kedewasaan. Dorongan fisiologis karena nikotin dalam rokok yang menyebabkan adiksi. Individu mulai merokok karena kecenderungan meniru lingkungan sekitar seperti dari teman, tetangga, bahkan orang tua. Adapula, perokok yang memulai merokok karena ingin mendapat pengakuan atas kedewasaannya (umumnya pada remaja).

Menurut Aryani, 2010 (dalam Huda, 2018) kejadian merokok dikalangan remaja sekolah diakibatkan oleh luasnya pergaulan serta banyaknya waktu yang dihabiskan dengan teman-teman yang merokok.

3. Hubungan Aktualisasi Diri dengan Perilaku Merokok pada Remaja Laki-Laki.

Berdasarkan hasil penelitian pada 50 remaja laki-laki yang merokok di SMK Berdikari Jember yang kemudian dilakukan uji statistik chi-square sehingga di dapatkan p value dan α . Variabel aktualisasi diri p value sebesar 0,000, nilai tersebut $<0,05$ dan nilai $\alpha = 0,05$ yang artinya H_0 diterima atau ada hubungan signifikan antara aktualisasi diri dengan perilaku merokok remaja laki-laki di SMK Berdikari Jember.

Menurut peneliti, hasil yang signifikan berarti bahwa aktualisasi diri yang baik sangat berperan dalam perilaku merokok pada remaja laki-laki. Berdasarkan hasil penelitian ini juga diperoleh bahwa aktualisasi yang kurang menjadi faktor pemicu timbulnya perilaku merokok pada remaja, sehingga perlunya peningkatan pembinaan dan kewaspadaan terhadap guru dan orang tua agar anak didik selalu dipantau guna mencegah kerugian bagi dirinya maupun pada orang lain.

Penelitian ini sebanding dengan hasil penelitian Wilda Nur Imamah (2019) yang mengkaji peran sekolah dengan perilaku merokok pada siswa laki-laki di SMA Negeri Pakusari Jember yang menunjukkan bahwa peran sekolah terutama guru dan orang tua sangat penting dalam mengatasi perilaku merokok remaja agar tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan yang negative baik di lingkungan sekolah ataupun lingkungan rumah.

KESIMPULAN

1. Aktualisasi diri pada remaja laki-laki di SMK Berdikari Jember sebanyak 40 responden dengan persentase 80,0% tergolong ke dalam kategori aktualisasi diri kurang, 6 responden dengan persentase 12% tergolong ke dalam kategori aktualisasi diri cukup, dan 4 responden dengan persentase 8,0% tergolong ke dalam kategori aktualisasi diri baik.
2. Kategori perilaku merokok pada remaja putra di SMK Berdikari Jember terbanyak adalah kategori sedang dengan 34 responden dan persentase 68%, kategori ringan sebanyak 16 responden dan persentase 32,0%, dan kategori berat sebanyak 0 responden dan persentase 0%.
3. Terdapat hubungan antara aktualisasi diri dengan perilaku merokok remaja putra di SMK Berdikari Jember dengan hasil uji chi-square ($p= 0,000 \leq \alpha=0,05$) yang artinya H_0 diterima. Bila aktualisasi diri baik maka perilaku merokok semakin berkurang, tetapi apabila aktualisasi diri kurang maka perilaku merokok semakin bertambah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Atmasari, Y., & Fauziah, N. A. (2020). Majalah Kesehatan Indonesia merokok pada remaja di SMKN Pagelaran Utara Pringsewu. 1(1), 15–20.
2. Santrock, J.W. 2010. Remaja (Edisi Kesebelas). Jakarta: Erlangga
3. <https://jatim.bps.go.id/statictable/2019/10/09/1679/persentase-penduduk-usia-15-tahun-ke-atas-yang-merokok-dalam-sebulan-terakhir-di-provinsi-jawa-timur-menurut-kabupaten-kota-dan-kelompok-umur-2018-.html> (diakses tanggal 12 april 2021)
4. Fransiska, M., & Firdaus, P. A. (2019). Faktor yang berhubungan dengan Perilaku Merokok pada Remaja Putra SMA X Kecamatan Payakumbuh. Jurnal Kesehatan, 10(1), 11. <https://doi.org/10.35730/jk.v10i1.367>
5. Abduh Ridha, A. D. H. (2016). EFEKTIFITAS BOOKLET BERBAHASA DAERAH PADA PERILAKU MEROKOK REMAJA: Studi Pilot pada Sekolah Menengah Pertama di Pontianak. JHE (Journal of Health Education), 1(2).
6. Asmadi. (2008). Konsep dan aplikasi dasar kebutuhan klien. Jakarta: Salemba Medika.
7. Arianto. 2009. Psikologi umum. Jakarta: PT Prenhalindo

