

# Hubungan Tingkat Stres, Pengaruh Keluarga, dan Teman Sebaya dengan Status Merokok pada Mahasiswa Laki-Laki UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2019

*Relationship of the Stress Level, Family Influence, and Peer Group with Smoking Status in Male Students of UIN Syarif Hidayatullah Students in Jakarta, 2019*

Eva Dwiyanti Lestari, Siti Ahlan Sarmadani, Safira Hani Pratiwi, Novera Nur Fikri, Ahmad Solihin Hafi, dan Hoirun Nisa\*

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Jl. Kertamukti No. 5 Ciputat, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia

\*Korespondensi Penulis : Email: hoirun.nisa@uinjkt.ac.id

*Submitted:* 24-07-2019, *Revised:* 04-12-2019, *Accepted:* 27-12-2019

DOI: <https://doi.org/10.22435/mpk.v29i4.2025>

## Abstrak

Merokok merupakan perilaku tidak sehat yang menyebabkan tingginya angka kesakitan dan kematian. Di Indonesia prevalensi perokok masih tinggi dan jumlah perokok di kalangan mahasiswa cenderung mengalami peningkatan. Status merokok mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah Jakarta dan faktor yang berhubungan dengan status merokok belum diketahui dengan jelas. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat stres, pengaruh keluarga, dan teman sebaya dengan status merokok pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2019. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* untuk mengetahui status merokok mahasiswa laki-laki UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Teknik *purposive sampling* dilakukan untuk memilih 424 responden. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *chi square* dan *binary logistic regression*. Hasil menunjukkan prevalensi perokok pada mahasiswa laki-laki di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta sebesar 42,2%. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa keluarga dan teman sebaya berhubungan bermakna dengan status merokok mahasiswa ( $p\text{-value} < 0,05$ ), sedangkan level stres tidak berhubungan. *Odds ratio* (OR) untuk pengaruh keluarga sebesar 1,9 (95% *Confidence Interval* (CI): 1,24-2,93) dan OR (95% CI) untuk pengaruh teman sebaya sebesar 13,6 (6.20-29.81). Kesimpulannya adalah prevalensi perokok masih cukup tinggi pada mahasiswa laki-laki di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Faktor pengaruh keluarga dan teman sebaya berhubungan dengan status merokok mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Kata kunci : mahasiswa; status merokok; keluarga; teman sebaya; tingkat stres

## Abstract

*Smoking is an unhealthy behavior that causes high morbidity and mortality. In Indonesia the prevalence of smokers is still high, and the number of smokers among university students tends to increase. Smoking status among male students of Syarif Hidayatullah State Islamic University (UIN) Jakarta and factors related to smoking status behavior are not yet clearly known. This study was conducted to determine the relationship of stress levels, the influence of family and peers with smoking status on male students of UIN Syarif Hidayatullah Jakarta in 2019. This study used a cross sectional study design to determine the smoking status of male students of UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. A purposive sampling technique was used to select 424 male university students. Data analysis was performed using the chi square test and binary logistic regression. The prevalence of smokers among male students of UIN Jakarta was 42.2%. The results of multivariate analysis showed that influence of family and peers were significantly related to smoking status of students ( $p\text{-value} < 0.05$ ), while stress levels were not related. Odds ratio (OR) associated for family influence is 1.9 (95% Confidence Interval (CI): 1.24-2.93) and OR (95% CI) for with peer influence is 13.6 (6.20-29.81). We concluded that is the prevalence of smokers is still quite*

high among male students at UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Family influence and peers is related to smoking status of male students of UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Keywords : student; smoking status; family; peers; stress level

## PENDAHULUAN

Perilaku merokok merupakan salah satu perilaku tidak sehat di masyarakat yang masih menjadi masalah kesehatan ditingkat nasional bahkan internasional. Di dalam rokok terkandung lebih dari 4.000 jenis bahan kimia berbahaya bagi kesehatan, seperti nikotin serta zat lainnya. Rokok menyebabkan penyakit paru-paru seperti radang, bronkitis, pneumonia, serta rusaknya sel-sel dalam organ paru-paru sehingga menyebabkan kanker. Rokok juga dapat menyebabkan penyakit impotensi dan organ reproduksi, penyakit lambung, serta risiko stroke karena salah satu efek samping rokok adalah melemahkan pembuluh darah sehingga kerja pembuluh darah terhambat yang dapat menyebabkan serangan radang di otak.<sup>1</sup>

Data World Health Organization (WHO)<sup>2</sup> menunjukkan bahwa prevalensi perilaku merokok pada masyarakat tingkat internasional adalah sebesar 19,9% dengan prevalensi perokok pada jenis kelamin laki-laki mencapai 33,7%. Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa prevalensi perokok di Asia Tenggara sebesar 16,9% dengan prevalensi perokok pada jenis kelamin laki-laki sebesar 31,6% sedangkan berdasarkan data WHO<sup>3</sup> menunjukkan bahwa Indonesia menduduki peringkat kedua prevalensi perokok terbesar se-Asia Tenggara dengan prevalensi sebesar 39,5%.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018<sup>4</sup> menunjukkan prevalensi perokok di Indonesia pada tahun 2018 adalah sebesar 33,8% dengan prevalensi perokok pada laki-laki (62,9%) jauh lebih tinggi daripada perempuan (4,8%). Angka prevalensi perokok tersebut masih terbilang tinggi meskipun terdapat penurunan setelah terjadi peningkatan dari tahun 2007 sebesar 34,2% menjadi 36,3% pada tahun 2013. Selain itu, perilaku merokok pada usia remaja terus mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 7,2% menjadi 9,1 pada tahun 2018.

Penelitian Mulyana<sup>5</sup> dkk di Universitas Hasanudin pada tahun 2013 menunjukkan prevalensi merokok pada mahasiswa adalah sebesar 24,1%. Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Al-Ghaneem *et al*<sup>6</sup> menunjukkan prevalensi merokok pada mahasiswa di Universitas Majmaah, KSA Saudi Arabia sebesar

30,4%. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi merokok pada mahasiswa cukup tinggi.

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada usia remaja-dewasa diantaranya adalah faktor lingkungan sosial yang meliputi keluarga, teman dan stres. Dalam sebuah penelitian Joseph K. Ukwayi *et al*<sup>7</sup> menunjukkan bahwa pada 46% penggunaan tembakau dikalangan mahasiswa di Universitas Calabar dipengaruhi oleh pergaulan dengan teman sebaya. Penelitian lain pada remaja *Mexican-American*, Shete *et al*<sup>8</sup> menunjukkan bahwa perilaku merokok pada remaja berhubungan kuat dengan beberapa faktor diantaranya memiliki teman yang merokok dan memiliki tingkat stres (*anxiety*) yang lebih tinggi. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Badr *et al*<sup>9</sup> menunjukkan bahwa Remaja yang orang tuanya merokok memiliki resiko 2,43 kali lebih mungkin untuk merokok.

Penelitian Gusti<sup>10</sup> menjelaskan bahwa lingkungan teman sepermainan berpengaruh dalam jumlah konsumsi rokok per hari hal ini dikarenakan pengaruh ajakan dari teman yang merokok. Selain itu, penelitian Sinaga<sup>11</sup> pada mahasiswa Akademi X di Rangkasbitung menunjukkan bahwa pengaruh teman yang merokok memiliki hubungan bermakna dengan perilaku berisiko merokok dan penelitian Edy Nurkamal dkk<sup>12</sup> menunjukkan bahwa pengaruh teman juga memiliki hubungan bermakna dengan perilaku merokok.

Berdasarkan uraian di atas terkait bahaya merokok bagi kesehatan serta tingginya prevalensi perokok serta faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada mahasiswa, maka dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat stres, pengaruh keluarga, dan teman sebaya dengan status merokok pada mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2019. Ditambah lagi belum ada penelitian terkait perilaku merokok mahasiswa di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik menggunakan desain studi *cross sectional*. Populasi pada penelitian

ini yaitu mahasiswa laki-laki UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Penelitian dilakukan di kampus UIN Syarif Hidayatullah Jakarta yang terdiri dari beberapa fakultas antara lain Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK), Fakultas Adab dan Humaniora (FAH), Fakultas Ushuludin dan Filsafat (FUF), Fakultas Syariah dan Hukum (FSH), Fakultas Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi (FIDKOM), Fakultas Dirasat Islamiyah (FDI), Fakultas Psikologi (FPSI), Fakultas Ekonomi dan Bisnis (FEB), Fakultas Sains dan Teknologi (FST), Fakultas Kedokteran (FK), Fakultas Ilmu Kesehatan (FIKES), dan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP).

Teknik penentuan besar sampel menggunakan rumus estimasi proporsi diperoleh besar sampel sebanyak 424 mahasiswa laki-laki UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu mahasiswa laki-laki UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, berstatus mahasiswa aktif dan bersedia menjadi responden.

Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh responden. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner terkait status merokok, pengaruh keluarga, dan pengaruh teman sebaya dengan menggunakan kuesioner yang dibuat sendiri oleh peneliti yang sudah diuji validitas dan reabilitasnya sedangkan untuk tingkat stres diukur menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) dari Psychology Foundation of Australia tahun 2018.<sup>13</sup> Penelitian ini dilakukan berdasarkan etika penelitian yaitu adanya *informed consent* yang ditandatangani oleh responden sebelum dilakukannya pengisian kuesioner dan adanya etik penelitian dari Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dengan nomor Un.01/F10/KP.01.1/KE.SP/05.06.031/2019.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengaruh keluarga, pengaruh teman sebaya, dan tingkat stres sedangkan variabel dependennya adalah status merokok. Variabel status merokok dikategorikan menjadi perokok dan bukan perokok. Seseorang dikategorikan sebagai perokok jika masih merokok menggunakan jenis rokok filter atau elektrik dalam satu bulan terakhir.

Variabel independen diukur menggunakan metode skoring. Variabel pengaruh keluarga ditentukan berdasarkan pertanyaan

terkait status merokok keluarga (orang tua dan saudara) serta pemberian informasi bahaya merokok dari keluarga. Variabel pengaruh teman ditentukan berdasarkan status merokok teman, perilaku teman dalam mengajak merokok serta persepsi pentingnya merokok dalam pergaulan. Selanjutnya, variabel tingkat stres diukur menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS).<sup>13</sup>

Variabel pengaruh keluarga dan pengaruh teman memiliki lima pertanyaan dikategorikan menjadi berpengaruh dan tidak berpengaruh. Pengaruh keluarga dikatakan berpengaruh apabila hasil skor 3-5. Sedangkan pengaruh teman dikatakan berpengaruh apabila hasil skor 4-5. Variabel tingkat stres dikategorikan menjadi stres ringan, sedang, dan berat. Dikatakan stres ringan jika hasil skor <18, stres sedang apabila hasil skor 19-30, dan stres berat apabila hasil skor >31. Untuk memudahkan analisis, kategori stres sedang dan berat dibuat menjadi satu kategori yaitu stres sedang.

Data diolah menggunakan aplikasi IBM SPSS *Statistic Version 22*. Pengumpulan data dilakukan pada bulan April hingga Juni 2019. Pada penelitian ini analisis univariat digunakan untuk meneliti variabel status merokok, tempat tinggal, uang saku perbulan, Indeks Massa Tubuh (IMT), jenis rokok, jumlah batang rokok, uang saku untuk membeli rokok, dan usia pertama merokok menggunakan analisis *descriptive statistic*. Sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk meneliti hubungan antara variabel pengaruh teman, pengaruh keluarga dan tingkat stres dengan status merokok. Analisis bivariat menggunakan *chi square* dan uji *regression logistic*. Selain itu untuk melihat variabel yang paling berpengaruh terhadap perilaku merokok dilakukan analisis multivariat untuk meneliti variabel pengaruh teman dan pengaruh keluarga dengan menggunakan *binary logistic*.

## HASIL

Prevalensi perokok di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta sebesar 42,2%. Mayoritas responden tinggal bersama orang tuanya (57,5%). Rata-rata uang saku per bulan kurang lebih sebesar 1 juta rupiah. Mayoritas responden memiliki status gizi normal (47,4%) (Tabel 1).

Jenis rokok yang banyak dikonsumsi adalah filter (97,2%) dengan rata-rata konsumsi sebanyak 220 batang per bulan atau rata-

**Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik**

| Variabel                                      | n   | (%)                  |
|---|-----|----------------------|
| <b>Status merokok</b>                         |     |                      |
| Perokok                                       | 179 | 42,2                 |
| Bukan Perokok                                 | 245 | 57,8                 |
| <b>Tempat tinggal</b>                         |     |                      |
| Rumah orang tua                               | 242 | 57,5                 |
| Rumah kerabat/saudara                         | 12  | 2,9                  |
| Kos/Asrama                                    | 167 | 39,7                 |
| Uang saku perbulan (Rp)                       | 393 | 1.000.000**          |
| <b>Indeks Massa Tubuh</b>                     |     |                      |
| Kurus   | 69  | 17,4                 |
| Normal  | 188 | 47,4                 |
| Gemuk   | 61  | 15,4                 |
| Obesitas                                      | 79  | 19,9                 |
| <b>Jenis rokok</b>                            |     |                      |
| Filter  | 173 | 97,2                 |
| Elektrik                                      | 5   | 2,8                  |
| Jumlah batang rokok dihisap perbulan (batang) | 171 | 220 ± 179,15*        |
| Uang saku untuk beli rokok pebulan (Rp)       | 169 | 517.170 ± 25.224,53* |
| Usia pertama merokok (tahun)                  | 171 | 15 ± 2,74*           |

\*Mean ± SD

\*\*Median

**Tabel 2. Hubungan Pengaruh Teman Sebaya, Keluarga, dan Tingkat Stres dengan Status Merokok**

| Variabel                      | Status merokok (%) |      |       | p-value |
|-------------------------------|--------------------|------|-------|---------|
|                               | n                  | Ya   | Tidak |         |
| <b>Pengaruh Teman</b>         |                    |      |       |         |
| Berpengaruh                   | 315                | 54,3 | 45,7  | 0,001   |
| Tidak berpengaruh             | 109                | 7,3  | 92,7  |         |
| <b>Pengaruh Keluarga</b>      |                    |      |       |         |
| Berpengaruh                   | 172                | 51,2 | 48,8  | 0,001   |
| Tidak Berpengaruh             | 252                | 36,1 | 63,9  |         |
| <b>Pengaruh Tingkat Stres</b> |                    |      |       |         |
| Sedang                        | 60                 | 38,3 | 61,7  | 0,511   |
| Ringan                        | 364                | 42,9 | 57,1  |         |

**Tabel 3. Hubungan Pengaruh Keluarga dan Teman Sebaya dengan Status Merokok**

| Variabel                               | Analisis Multivariat*<br>OR (95% CI) | p-value |
|--|--------------------------------------|---------|
| <b>Pengaruh Keluarga</b>               |                                      |         |
| Berpengaruh                            | 1,9 (1,24-2,93)                      | 0,003   |
| Tidak Berpengaruh ( <i>Reference</i> ) | -                                    |         |
| <b>Pengaruh Teman</b>                  |                                      |         |
| Berpengaruh                            | 13,6 (6,20-29,81)                    | 0,001   |
| Tidak Berpengaruh ( <i>Reference</i> ) | -                                    |         |

\*Setelah dikontrol dengan uang saku per bulan, tempat tinggal dan status gizi (IMT).

rata 7 batang per hari dan perokok rata-rata menghabiskan kurang lebih uang sejumlah Rp 517.000 per bulan atau Rp 17.000 per hari untuk merokok. Rata-rata responden mulai merokok pada usia 15 tahun (Tabel 1).

Teman sebaya dan keluarga memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok pada mahasiswa ( $p\text{-value} < 0,05$ ). Sedangkan tingkat stres tidak berhubungan signifikan terhadap perilaku merokok pada mahasiswa ( $p\text{-value} > 0,05$ ) (Tabel 2).

Hasil analisis multivariat disesuaikan dengan karakteristik responden yaitu uang saku per bulan, tempat tinggal dan status gizi (IMT). Karakteristik jenis rokok, jumlah batang rokok yang dihisap per bulan, uang saku untuk beli rokok per bulan dan usia pertama merokok tidak dimasukkan ke dalam analisis multivariat karena tidak berhubungan dengan status merokok.

Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa teman sebaya merupakan faktor yang paling mempengaruhi perilaku merokok pada mahasiswa ( $pvalue=0,000$ ), dimana mahasiswa yang memiliki teman sebaya yang merokok memiliki risiko 13,6 kali untuk merokok (Tabel 3).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 prevalensi perokok di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta yaitu sebesar 42,2%. Prevalensi perokok di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta cukup tinggi jika dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muliwana dkk<sup>5</sup> di Universitas Hasanudin pada mahasiswa laki-laki dan perempuan menunjukkan prevalensi merokok pada mahasiswa laki-laki adalah sebesar 24,1%.

Mayoritas responden perokok tinggal di rumah orang tua yaitu sebesar 57,5% dengan rata-rata uang saku perbulan Rp. 1.000.000 dan mayoritas perokok memiliki IMT normal sebesar 47,4%. Jenis rokok yang banyak dikonsumsi adalah filter yaitu sebanyak 97,2% dan rata-rata perokok menghabiskan uang sebesar Rp. 517.000 per bulan atau rata-rata Rp. 17.000 per hari untuk membeli rokok. Rata-rata responden menghisap rokok sebanyak 220 batang per bulan atau rata-rata 7 batang perhari yang termasuk sebagai perokok tingkat sedang. Hal ini sesuai dengan penelitian Iqbal<sup>14</sup> yang menunjukkan bahwa di antara responden yang masih merokok, sebanyak 24 (80%) responden menghisap rokok sebanyak 1-5 batang setiap hari termasuk perokok ringan, sebanyak 5 (17%) menghisap 6-14 batang setiap hari termasuk perokok sedang, dan 1 (3%) responden menghisap 11- 15 batang setiap hari termasuk perokok berat. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sundari<sup>15</sup> bahwa orang yang mengkonsumsi rokok sebanyak 11-20 batang per hari dikategorikan sebagai perokok sedang. Adapun hal-hal yang mempengaruhi jumlah konsumsi rokok per hari yaitu intensitas bertemu dengan teman sebaya yang perokok, semakin lama seseorang bertemu

dengan teman-teman perokok maka akar semakin banyak rokok yang dihisap. Hal ini sesuai dengan penelitian Gusti<sup>10</sup> yang menjelaskan bahwa lingkungan teman sepermainan berpengaruh dalam jumlah konsumsi rokok per hari hal ini dikarenakan pengaruh ajakan dari teman yang merokok.

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata responden mulai merokok pada usia 15 tahun (Tabel 1). Hal ini sesuai dengan data Kementerian Kesehatan Indonesia (2015)<sup>1</sup> bahwa 80% perokok mulai merokok ketika usianya masih di bawah 19 tahun. Faktor-faktor sosial dan psikologis memiliki peran membuat seorang perokok tetap merokok, termasuk memiliki teman atau saudara yang merokok dan sikap orang tua mereka terhadap perilaku merokok.<sup>16</sup>

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa teman sebaya memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku merokok pada mahasiswa ( $pvalue = 0,000$ ). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sinaga<sup>11</sup> pada mahasiswa Akademi X di Rangkasbitung, diketahui bahwa pengaruh teman yang merokok sangat besar terhadap responden yaitu sebanyak 45 (93,8%) dan memiliki hubungan bermakna dengan perilaku berisiko merokok ( $p = 0,000$ ). Selain itu keluarga juga memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku merokok pada mahasiswa ( $p = 0,001$ ). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sinaga dimana orang tua yang merokok cukup berpengaruh terhadap perilaku responden untuk merokok yaitu sebanyak 32 (65,3%).

Dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Olubukola O. Ojo dkk<sup>17</sup> pada mahasiswa di universitas terbesar di Nigeria menemukan bahwa gaya orang tua dalam mengasuh memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku merokok mahasiswa ( $X^2 = 36,03$  ;  $p-value = 0,05$ ). Pengaruh keluarga yang dimaksud dalam penelitian ini tidak hanya terfokus pada pengaruh orang tua saja. Melainkan, pengaruh anggota keluarga selain orang tua baik itu dari anggota keluarga kandung maupun bukan kandung juga turut dipertimbangkan. Selain itu, variabel independen dari pengaruh keluarga tidak hanya memandang dari perilaku merokok dari anggota keluarga saja, namun, pengaruh lain seperti tidak ada larangan merokok, tidak ada hukuman dan pengaruh negatif lainnya dari anggota keluarga juga menjadi pertimbangan.

Berdasarkan hasil penelitian ini, pengaruh keluarga memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku merokok mahasiswa ( $p < 0,05$ ) dengan nilai OR 1,9. Sehingga, pengaruh keluarga yang negatif dapat memberikan peluang 1,9 kali lebih besar pada mahasiswa untuk berperilaku merokok. Menurut teori sistem ekologi perkembangan manusia yang dikembangkan oleh Bronfenbrenner,<sup>18</sup> anggota keluarga termasuk dalam sistem lingkungan *microsystem* dan *mesosystem*. *Microsystem* merupakan sistem yang paling dekat dengan individu termasuk rumah. Hubungan dalam *microsystem* bersifat *bi-directional* sehingga tindakan individu terhadap orang lain akan mempengaruhi bagaimana tindakan orang lain kepada individu tersebut. Misalnya dalam penelitian ini, saat mahasiswa memiliki ayah merokok dan tidak terdapat larangan merokok dari keluarga untuknya, maka dapat berpotensi merubah cara pandang mahasiswa bahwa perilaku merokok merupakan hal yang biasa dilakukan dan tidak berbahaya. Sedangkan menurut Bandura,<sup>19</sup> perilaku dipelajari melalui mengamati tindakan orang lain dan konsekuensi dari tindakan tersebut sehingga apabila dalam keluarga terdapat anggota yang merokok dan tidak ada konsekuensi yang dia dapat dari anggota keluarga lain, maka, hal tersebut dapat mengubah pola pikir seseorang bahwa merokok adalah hal yang lumrah dan baik. Perilaku seseorang mulai merokok juga dapat dipengaruhi oleh tingkat stres. Ketika seseorang merokok, satu dosis nikotin mencapai otak dalam waktu sekitar sepuluh detik. Pada awalnya, nikotin meningkatkan suasana hati dan konsentrasi, mengurangi kemarahan dan stres, mengendurkan otot dan mengurangi nafsu makan.<sup>16</sup>

Hanya saja, dalam penelitian ini tingkat stres tidak berhubungan signifikan terhadap perilaku merokok pada mahasiswa ( $P > 0,05$ ). Hal ini tidak sesuai dengan beberapa penelitian yang ada. Pada penelitian Pamukhti<sup>20</sup> di mana terdapat hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nilai *p-value* sebesar 0,001, artinya terdapat hubungan tingkat stres dengan perilaku merokok mahasiswa.

Tekanan dalam masalah akademik merupakan salah satu penyebab utama stres dikalangan mahasiswa, keinginan mendapat

nilai tinggi, kecemasan yang ditimbulkan dari usaha mahasiswa untuk tidak gagal. Mahasiswa yang tidak memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademis akan memiliki tingkat stres tinggi sedangkan mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademis umumnya stresnya rendah. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Pamukhti,<sup>20</sup> para mahasiswa mengatakan penyebab stres yang sering dialami adalah masalah interpersonal seperti masalah dengan teman-teman kampus, teman-teman bergaul, keluarga; masalah intrapersonal, dan akademik. Banyak cara yang mereka lakukan dalam menangani stres yang mereka alami seperti curhat kepada teman atau orangtua, menangis, mendengarkan musik, *online* di dunia maya atau internet, menenangkan pikiran dan beragam cara yang dilakukan salah satunya seperti merokok.<sup>21</sup>

Berdasarkan Tabel 3, hasil analisis multivariat menunjukkan teman sebaya merupakan faktor yang paling mempengaruhi perilaku merokok pada mahasiswa ( $p\text{-value} = 0,001$ ), di mana mahasiswa yang memiliki teman sebaya yang merokok memiliki risiko 13,6 kali lebih untuk ikut merokok. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Edy Nurkamal dkk<sup>12</sup> yang menunjukkan bahwa pengaruh teman dan keluarga memiliki hubungan bermakna dengan perilaku merokok ( $p=0,00$ ). Pengaruh teman sebaya yang merokok 21 kali berpeluang mempengaruhi perilaku merokok. Selain itu, pengaruh keluarga meningkatkan risiko 50,7 kali untuk merokok. Penelitian lain yang dilakukan oleh Muliyanah dkk<sup>5</sup> menunjukkan bahwa responden memiliki tindakan merokok lebih banyak yang memiliki dukungan teman sebaya negatif (62,8%) dibandingkan dengan yang positif (10,5%).

Hal ini dikarenakan pada tahap mahasiswa tingkat awal atau dapat dikatakan remaja tingkat akhir masih mencari jati diri dimana mahasiswa tingkat awal sering mengikuti organisasi di luar maupun di dalam kampus dan juga mereka menemukan teman baru yang berasal dari daerah serta budaya yang berbeda sehingga terkadang dibutuhkan penyesuaian diri dengan lingkaran pergaulan baru mereka. Hal tersebut sesuai dengan teori Hurlock<sup>21</sup> yang menyatakan bahwa remaja merasa dirinya harus lebih banyak menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok sebaya daripada norma orang

dewasa atau penguasa lembaga bila memang ia ingin diidentifikasi dengan kelompok sebaya dan tidak ingin lagi dianggap anak-anak.

### KESIMPULAN

Prevalensi perokok di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta yaitu sebesar 42,2%. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor yang paling mempengaruhi status merokok pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta adalah pengaruh keluarga dan teman sebaya.

### SARAN

Berdasarkan hasil dan kesimpulan, penulis memberikan saran bagi mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta hendaknya lebih selektif dalam memilih teman pergaulan. Sedangkan saran bagi peneliti selanjutnya adalah untuk melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan secara langsung serta memperhatikan setiap data yang kurang untuk menghindari banyaknya *missing data*.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada UIN Syarif Hidayatullah Jakarta yang telah bersedia menjadi tempat penelitian kami dan seluruh responden dalam penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Infodatin : Perilaku Merokok Masyarakat Indonesia. 2015.
2. WHO. Prevalence of Tobacco Use [Internet]. 2018 [cited 2019 Jul 20]. Available from: [www.who.int](http://www.who.int)
3. WHO. Prevalence of Tobacco Use [Internet]. 2016 [cited 2019 Jul 20]. Available from: [www.who.int](http://www.who.int)
4. Kementerian Kesehatan. Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta; 2018.
5. Mulyana D, Thaha ILM. Faktor Yang Berhubungan Dengan Tindakan Merokok Pada Mahasiswa Universitas Hasanuddin Makassar. J MKMI. 2013;109–19.
6. Al-ghaneem SG, Al-nefishah OS. The Prevalence of Smoking among Male Students of Majmaah. J Taibah Univ Med Sci [Internet]. 2016;11(2):175–8. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jtumed.2016.01.006>
7. Ukwayi JK, Eja OF, Unwanede CC. Peer Pressure and Tobacco Smoking among Undergraduate Students of the University of Calabar , Cross River State. 2012;2(3):92–101.
8. Shete SS, Wilkinson A V, Antonio S. Identifying Demographic and Psychosocial Factors Related to the Escalation of Smoking Behavior among Mexican American Adolescents. HHS Public Access. 2018;146–51.
9. Badr HE, Francis K. Psychosocial Perspective and Suicidal Behavior Correlated with Adolescent Male Smoking and Illicit Drug Use. Asian J Psychiatr [Internet]. 2018; Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2018.08.004>
10. Gusti, Sarake M, Ikhsan M. Faktor Yang Mempengaruhi Jumlah Rokok Yang Dihisap Perhari Pada Remaja Pria Di Sma Negeri 1 Bungku Selatan Kecamatan Bungku Selatan Kabupaten Morowali Di Sulawesi Tengah Tahun 2013. 2013;1–15.
11. Sinaga SEN. Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Rokok, Teman Sebaya, Orang Tua yang Merokok, dan Iklan Rokok Terhadap Perilaku Merokok pada Mahasiswa Akademi Kesehatan X di Rangkasbitung. Community Publ Nurs. 2016;4:1–5.
12. Nurkamal E, Darmawan S. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebiasaan Dan Perilaku Merokok Siswa Kelas Xii Sma Negeri 2 Pare-Pare. 2014;4:169–75.
13. Psychology Foundation of Australia. Depression Anxiety Stress Scale (DASS) [Internet]. 2018 [cited 2019 Apr 2]. Available from: [www2.psy.unsw.edu.au/dass/](http://www2.psy.unsw.edu.au/dass/)
14. Iqbal MF. Perilaku merokok remaja di lingkungan RW . 22 Kelurahan Sukatani Kecamatan Cimanggis Depok Tahun 2008. 2008;1–2.
15. Sundari R, Widjaya DS, Nugraha A. Lama Merokok dan Jumlah Konsumsi Rokok terhadap Trombosit pada Laki-laki Perokok Aktif. J Kesehat Masy Nas. 2015;9:257–63.
16. Mental Health Foundation. Smoking & Mental Health. 2007.
17. Ojo OO, Lawani AO, Adedigba MA, Nwhator SO. Influences On Smoking Behaviour Of Adolescents And Young Adults In A Nigerian University. 2008;7(2).

18. Ahsan A, Kusuma D. Analisis Pengaruh Keluarga yang Merokok terhadap Perilaku Merokok terhadap Perilaku Merokok Remaja. FEB UI. 2015;
19. Bandura A. Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall; 1977.
20. Pamukhti BBD. Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Laki-Laki Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2016;
21. Hurlock BE. Psikologi Perkembangan. Jakarta: Erlangga; 2002.