

PERAN KONSELOR SEBAYA TERHADAP UPAYA BERHENTI MEROKOK

DI SMP 219 JAKARTA

Neneng Kurwiyah¹

¹Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta

¹Email: nenengkurwiyah@yahoo.co.id

ABSTRAK

Masa remaja ditandai dengan rasa keingintahuan yang tinggi, sehingga remaja cenderung mencoba hal-hal baru untuk mencari jati diri tanpa memperhatikan akibat yang ditimbulkan. Permasalahan kesehatan yang ada pada remaja di antaranya perilaku merokok. Salah satu upaya yang dibuat oleh Kementerian Kesehatan RI untuk mengatasi permasalahan pada remaja yaitu dengan membentuk program PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) sejak tahun 2003. Pelaksanaan PKPR melibatkan partisipasi aktif remaja sebagai konselor sebaya, sebagai salah satu mitra petugas kesehatan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan peran konselor sebaya terhadap perilaku berhenti merokok di SMP 219 Jakarta. Design penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*, teknik pengambilan sample yang digunakan adalah purposive sampling sebanyak 68 orang siswa merokok kelas VIII dari hasil smokelizer positif (+) sebagai responden. Hasil penelitian didapatkan ada hubungan peran konselor sebaya terhadap perilaku berhenti merokok $p\text{-value } 0,002 < \alpha$ Nilai OR = 5,115. Adapun konselor sebaya yang efektif membuat keinginan untuk berhenti merokok sebesar 41,2%. Sedangkan peran konselor sebaya yang tidak efektif membuat remaja tidak memiliki keinginan untuk berhenti merokok sebesar 11,8%. Diharapkan petugas kesehatan dapat meningkatkan kualitas peran konselor sebaya dalam memberikan komunikasi, informasi dan edukasi terutama tentang bahaya rokok dan cara berhenti merokok menggunakan metode-metode yang mudah dimengerti oleh sasaran.

Kata kunci: Konselor sebaya, Remaja, Merokok

ABSTRACT

Adolescence characterized by high sense of curiosity, adolescents tend try new things to find identity without paying attention to the consequences. Adolescents health problems include smoking. One of the effort by Ministry of Health of Indonesia to address problems in adolescents is by establishing a PKPR (Youth Care Health Service) since 2003. The implementation of PKPR involves active participation of youth as peer counselors, as one the partners of health workers. The purpose this study was to determine the relationship of the role peer counselors to quit smoking behavior at Junior High School number 219 Jakarta. The research design used was descriptive analytical with cross sectional approach, sampling technique used was purposive sampling as many as 68 smoking students of grade VIII from the positive smokelizer (+). Results showed that there was a correlation between the role of peer counselor on smoking cessation behavior $p\text{-value } 0.002 < \alpha$ OR value = 5.115. The peer counselor who has been effective has a desire to stop smoking by 41.2%. While the role of ineffective peer counselors does not have the desire to stop smoking by 11.8%. It is expected that health workers can improve the quality of the role of peer counselors in providing communication, information and education, especially about the dangers of smoking and ways to stop smoking using methods that are easily understood by the target.

Keywords: Peer counselor, Teenagers, Smoking

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang sangat penting setelah melewati masa kanak-kanak untuk menuju masa dewasa dalam perkembangan siklus hidup manusia. Periode ini terjadi pematangan organ dan fungsi termasuk hormon sekunder yang berdampak terjadi perubahan baik secara fisik dan psikososial. Pola karakteristik ini menimbulkan rasa keingintahuan yang tinggi pada remaja, sehingga remaja cenderung mencoba hal-hal baru untuk mencari jati diri tanpa memperhatikan akibat yang ditimbulkan (Kemenkes, 2015).

Howard, *et al.*, (2010) Dalam penelitian Arsani dkk 2013 menyebutkan, banyaknya permasalahan dan krisis yang terjadi pada masa remaja menjadikan banyak ahli dalam bidang psikologi perkembangan menyebutnya sebagai masa krisis. Berbagai permasalahan yang terjadi pada remaja dipengaruhi oleh berbagai dimensi kehidupan dalam diri mereka, baik dimensi biologis, kognitif, moral dan psikologis serta pengaruh dari lingkungan sekitar.

1,4% remaja umur 10-14 tahun dan 18,3% remaja umur 15-19 tahun saat ini merokok. Selain itu diketahui bahwa 56% perokok laki-laki dan 59% perokok wanita mulai merokok sebelum mereka berumur 15 tahun. Menurut dr. Irma Rahmawati (2016) menyebutkan DKI Jakarta sendiri merupakan provinsi dengan presentase perokok laki-laki usia >15 tahun cukup tinggi, yaitu > 60% (Riskesdas, 2013).

Sifat dan perilaku berisiko pada remaja tersebut memerlukan ketersediaan pelayanan kesehatan peduli remaja yang dapat memenuhi kebutuhan kesehatan

remaja. Dibutuhkan program yang dapat menanggulangi permasalahan kesehatan yang terjadi pada remaja (Kemenkes, 2015).

Pemerintah Indonesia memberikan perhatian khusus terhadap tingginya angka perokok yang terjadi pada remaja. Salah satu upaya yang dibuat oleh Kementerian Kesehatan RI dengan membentuk program PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) sejak tahun 2003 yang dilaksanakan di Puskesmas dan Rumah Sakit. Pelaksanaan PKPR melibatkan partisipasi aktif remaja sebagai konselor sebaya, sebagai salah satu mitra petugas kesehatan (Kemenkes 2014).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain Cross Sectional untuk melihat hubungan antara peran konselor sebaya terhadap perilaku berhenti merokok di SMP 219 Jakarta. Sampel pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP 219 Jakarta merokok yang terdata smokelizer positif sejumlah 68 orang dengan mempertimbangkan kriteria penelitian yaitu siswa merokok kelas VIII dari hasil smokelizer positif (+), jenis kelamin laki-laki atau perempuan, kooperatif dan mampu berkomunikasi dengan baik, bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian dengan mengisi *informed consent*.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa kuesioner tentang peran konselor sebaya yang terdiri dari 8 pernyataan positif dan 2 pernyataan negative dan instrument tentang perilaku berhenti merokok yang terdiri (pengetahuan, sikap, dan tindakan) dengan 11 pernyataan positif dan 7 item pernyataan negatif. Pernyataan pada

kuesioner kenseler sebaya dan perilaku berhenti merokok menggunakan rumus deskriptif presentase dan untuk menampilkan data kuantitatif.

Sampel yang terlibat dalam uji validitas dan reliabilitas diberikan pernyataan pernyataan mengenai konselor sebaya, pengetahuan tentang rokok, sikap tentang rokok dan tindakan tentang rokok. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan tehnik korelasi Pearson *Product Moment* untuk mengukur validitas dari kuisisioner yang telah disusun.

Setelah dilakukan entry data pada instrument, peneliti menganalisa normalitas data dengan menggunakan histogram dan didapatkan hasil puncak kurve berada di tengah, artinya bahwa data pada instrument adalah berdistribusi normal. Setelah dilakukan uji normalitas data, selanjutnya peneliti melakukan Analisa untuk melihat distribusi frekuensi dari setiap variabel dengan uji chi-square untuk menganalisa variabel univariat dan bivariat.

HASIL

Tabel 1.

Distribusi peran konselor sebaya di SMP 219 Jakarta Januari 2018

(N = 68)		
Peran Konselor Sebaya	Frekuensi	Persentase (%)
Efektif	41	60,3
Tidak Efektif	27	39,7
Jumlah	68	100,0

Peran konselor sebaya di SMP 219 Jakarta berperan efektif sebanyak 60,3% dari responden sedangkan 39,7% responden menilai peran konselor sebaya di SMP 219 Jakarta belum efektif.

Tabel 2.

Distribusi perilaku keinginan berhenti merokok di SMP 219 Jakarta Januari 2018

(n = 68)		
Variabel Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	36	52,9
Tidak	32	47,1
Jumlah	68	100,0

Siswa di SMP 219 Jakarta memiliki keinginan berhenti merokok sebanyak 52,9% dari responden dibandingkan 47,1% responden tidak memiliki keinginan berhenti merokok.

Tabel 3.

Distribusi hubungan peran konselor sebaya terhadap perilaku keinginan berhenti merokok di SMP 219 Jakarta Bulan Januari 2018

Variabel Peran Konselor Sebaya	Perilaku Berhenti Merokok						O R (95% CI)	P-value
	Ya		Tidak		Total			
	%	n	%	n	%			
Efektif	28	41,2	13	19,1	41	60,3	5,115	0,002
Tidak Efektif	8	11,8	19	27,9	27	39,7	1,779	
							14,705	

Peran konselor sebaya yang efektif membuat keinginan untuk berhenti merokok sebesar 41,2%. Sedangkan peran konselor sebaya yang tidak efektif membuat remaja tidak memiliki keinginan untuk berhenti merokok sebesar 11,8%.

Dari hasil analisis bivariat diatas menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara peran konselor sebaya yang efektif terhadap perilaku keinginan berhenti merokok $P = 0,002 < \alpha$ Nilai OR = 5,115, artinya peran konselor sebaya yang efektif berpeluang memiliki kecenderungan perilaku keinginan berhenti merokok pada siswa sebesar 5 kali dibandingkan dengan peran konselor

sebaya yang tidak efektif.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa peran konselor sebaya efektif sebanyak 60,3%. Konselor sebaya merupakan salah satu cara bagi para siswa belajar bagaimana memperhatikan dan membantu teman-temannya yang lain. Hasil penelitian ini mengidentifikasi proporsi peran konselor sebaya dalam memberikan komunikasi, informasi dan edukasi tentang rokok kepada responden telah efektif. Responden merasa nyaman dan cukup puas konsultasi dengan teman sebaya.

Pengetahuan konselor sebaya dalam memberikan informasi dan edukasi tentang rokok dinilai responden cukup baik. Responden menilai jadwal konselor sebaya memudahkan untuk memperoleh komunikasi, informasi dan edukasi tentang rokok. Pelayanan konselor sebaya cukup mudah diperoleh namun tidak dapat dilihat frekuensi jadwal konselor sebaya antara responden dengan konselor.

Hasil ini sejalan dengan penelitian kualitatif Sylviani (2008) yang menyebutkan sebagian besar klien yang pernah memanfaatkan layanan konseling oleh konselor sebaya melakukan kunjungan ulang karena merasa nyaman selama konseling.

Peran konselor yang efektif ini juga sejalan dengan penelitian kualitatif oleh Astiti (2015) dan penelitian kuantitatif oleh Wiratini (2015) menyatakan bahwa peran konselor sebaya efektif jika tidak ada faktor penghambat seperti kurangnya kerjasama dan partisipasi dari pihak sekolah dengan pihak-pihak terkait pelatihan konselor sebaya dalam

membantu mengatasi masalah siswa.

Perilaku keinginan berhenti merokok sebesar 52,9 % dari responden. Hasil penelitian ini memperlihatkan responden yang memiliki keinginan berhenti merokok lebih tinggi dibandingkan responden yang tidak memiliki keinginan berhenti merokok.

Keinginan berhenti merokok dari responden dinilai dengan pengetahuan responden terhadap bahaya rokok yang didapatkan salah satunya dari konselor sebaya. Pengetahuan yang baik dapat mempengaruhi sikap dan psikomotor seseorang dalam mengambil keputusan. Namun, belum dapat terlihat apakah konselor sebaya mempengaruhi keinginan responden dalam berhenti merokok.

Mayoritas responden memiliki keinginan berhenti merokok dalam penelitian ini sesuai dengan peneliti kuantitatif Wiratini (2015). Perokok memiliki keinginan untuk berhenti merokok terlihat dari terjadi peningkatan persentase pengetahuan, sikap dan psikomotor responden terhadap rokok sebelum dan setelah diberikan *Peer Education*.

Namun banyak faktor yang dapat mempengaruhi terwujudnya keinginan tersebut salah satunya pergaulan dengan sebaya. Support sistem keluarga dengan anggota keluarga merokok juga mempengaruhi terwujudnya keinginan seseorang untuk berhenti merokok (Alamsyah, 2009). Peneliti kuantitatif Alamsyah (2009) menyebutkan pengaruh orang tua merokok dengan kebiasaan merokok adalah 1,38 kali dibandingkan orang tuanya yang tidak merokok.

Berdasarkan hasil penelitian

terdapat hubungan yang bermakna antara peran konselor sebaya dengan perilaku berhenti merokok dengan $P = 0,002 < \alpha$. Hasil ini menunjukkan peran konselor sebaya yang efektif akan membuat perilaku siswa memiliki keinginan berhenti merokok baik dari sikap maupun tindakan.

Penelitian ini memperlihatkan pengaruh konselor sebaya yang efektif terhadap perilaku berhenti merokok sebesar 5 kali dibandingkan dengan peran konselor sebaya yang tidak efektif. Hasil ini sejalan dengan peneliti Alamsyah (2009) yang dilakukan di Medan menyatakan pengetahuan remaja tentang bahaya rokok menyebabkan remaja memutuskan untuk tidak merokok.

Keterbatasan dalam penelitian ini, diantaranya: belum dapat melihat hubungan sebab akibat, kemungkinan masih adanya variabel lain yang berhubungan dengan peran konselor sebaya yang belum masuk dalam kerangka konsep. Pada bias informasi adanya penurunan kemampuan mengingat responden atau pemahaman terhadap pertanyaan penelitian oleh responden.

KESIMPULAN

Berdasarkan variable penelitian didapatkan hasil bahwa peran konselor sebaya efektif sebagai upaya perilaku berhenti merokok.

Berdasarkan variable penelitian didapatkan hasil mayoritas responden memiliki keinginan mengubah perilaku (pengetahuan, sikap dan tindakan) untuk berhenti merokok.

Berdasarkan analisis bivariat didapatkan ada hubungan yang bermakna antara peran konselor sebaya dengan perilaku berhenti merokok, dimana konselor sebaya yang efektif

kecenderungan untuk membuat perilaku keinginan berhenti merokok pada siswa sebesar 5 kali dibandingkan dengan peran konselor sebaya yang tidak efektif.

SARAN

Diharapkan petugas kesehatan dapat meningkatkan kualitas peran konselor sebaya dalam memberikan komunikasi, informasi dan edukasi terutama tentang bahaya rokok dan cara berhenti merokok menggunakan metode-metode yang mudah dimengerti oleh sasaran. Kepala Puskesmas dapat mengevaluasi fungsi dan peran perawat dalam memberikan edukasi serta evaluasi keterlibatan peran konselor sebaya.

Akademis dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai informasi terkait praktek peran konselor sebaya sebagai kasus pemicu dalam proses pembelajaran, sehingga mahasiswa dapat mengeksplorasi lebih dalam terkait peran konselor sebaya atau kasus lainnya.

Informasi dari hasil penelitian ini dapat digunakan oleh penelitian selanjutnya untuk melihat atau mengetahui pengaruh variabel tertentu terhadap peran konselor sebaya, dilanjutkan dengan melihat faktor-faktor yang mempengaruhi.

DAFTAR PUSTAKA

Alamsyah R M. (2009). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Merokok dan Hubungannya dengan Status Penyakit Periodontal Remaja di Kota Medan Tahun 2007*. Tesis. Tidak dipublikasikan. Medan: USU

Arsani N L, Agustini N N, dan Purnomo I K. (2013). *Peranan Program PKPR Terhadap Kesehatan Reproduksi*

- Remaja di Kecamatan Buleleng*.
Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora.
Bali: Universitas Pendidikan
Ganesha Singaraja, Indonesia
- Astiti S P. (2015). *Efektifitas Konseling Sebaya (PEER COUNSELING) dalam Menuntaskan Masalah Siswa (Studi di MAN 2 Yogyakarta)*. Tesis. Tidak dipublikasikan. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga
- Carr, R.A. (1981). *Theory and Practice of Peer Counseling*. Ottawa: Canada Employment and Immigration Commission.
- Carter, T. D. (2005). *Peer Counseling: Roles, Functions, Boundaries*. ILRU Program. [Online]. Tersedia: <http://www.peercounseling.com>.
Akses 12 September 2006.
- Chandra, Budiman. (2008). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : EGC.
- Fitriani S. (2011). *Promosi kesehatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Kemenkes, (2015). *Pedoman Manajemen Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja*. Jakarta: Direktorat Bina Kesehatan Anak, Direktorat Jendral Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes, (2015). *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan RI Tahun 2015-2019*, s.l.: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes. (2014). *Pedoman Standar Nasional Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR)*. Jakarta : Direktorat Bina Kesehatan Anak, Direktorat Jendral Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2013). *Riset kesehatan dasar riskesdas 2013*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kemenkes RI. (2010). *Teknik konseling kesehatan remaja bagi tenaga kesehatan*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- Kozier, et al. (2010). *Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik*. Ed 7. Vol. 1. Jakarta : EGC.
- Kusumawati, dkk. (2015). Model Pemberdayaan Konseling Peer Education Dalam Upaya Membentuk Perilaku Berhenti Merokok Pada Mahasiswa. *Skripsi Kesehatan Masyarakat*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nasution I K. (2007). *Perilaku merokok pada remaja*. Medan : Universitas Sumatera Utara.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Notoatmodjo S. (2007). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta : Salemba Medika
- Setiawan, N. (2007). *Penentuan Ukuran Sampel Memakai Rumus Slovin dan Tabel Krejcie-Morgan* :

- Telaah Konsep dan Aplikasinya.*
Fakultas Peternakan Universitas
Padjadjaran
- Sinaga S E N. (2016). *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 of Publishing in Nursing (COPING), ISSN: 2303-1298 Vol. 4, No 2, Agustus 2016 : Akper Yatna Yuana Lebak
- Sulistiyawan A. (2012). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Kota Tangerang Selatan.* Skripsi : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta
- Sylviani M. (2008). *Pelayanan Konseling Oleh Konselor Sebaya di SMAN 3 dan MAN 2 di Kota Bogor.* Skripsi Kesehatan Masyarakat. Depok : Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Wiratini N P, Yanti N L, dan Wijaya A A. (2015). *Pengaruh PEER Education Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja di SMAN "X" Denpasar.* COPING Ners Journal Vol. 3, No. 3, Edisi September-Desember 2015. Bali
- Wong D L, et al. (2009). *Wong buku ajar keperawatan pediatric Ed. 6.* Alih Bahasa : (Agus Sutarna, Neti Juniarti, dan Kuncara). Jakarta : EGC