

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pembahasan

1. Karakteristik responden

a. Usia

Mengacu pada hasil tabel 4.1, diketahui bahwa penelitian ini diikuti oleh 124 responden, 62 responden kelompok kasus (merokok) dan 62 responden kelompok pembanding atau kontrol (tidak merokok). Pada kelompok kasus, responden berusia 17 tahun merupakan kelompok terbanyak yakni sebanyak 37 responden (29,8%), sedangkan responden usia 16 tahun sebanyak 25 responden (20,2%). Sementara itu, pada kelompok kontrol, responden usia 17 tahun juga menjadi kelompok terbanyak dengan jumlah 38 responden (30,6%), sedangkan responden usia 16 tahun sebanyak 24 responden (19,4%). Secara keseluruhan, responden terbanyak berumur 17 tahun, sebanyak 75 orang (60,5%), sementara yang berumur 16 tahun ada 49 orang (39,5%).

Usia remaja merupakan perkembangan emosi dan sosial yang relatif tinggi.. Pada usia ini remaja mulai memperluas jaringan pertemanannya serta lebih sering menghabiskan waktu bersama teman sebaya dibandingkan keluarga. Proses tersebut membuat remaja menjadi lebih rentan terpengaruh oleh lingkungan di sekitarnya, termasuk dalam hal perilaku merokok.

Pada usia 16-17 tahun remaja mulai memiliki rasa ingin tahu yang tinggi disertai keinginan untuk mencoba berbagai hal baru. Dalam proses pencarian identitas diri, remaja sering mengikuti perilaku kelompok agar dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Kondisi tersebut menyebabkan remaja lebih rentan melakukan perilaku merokok apabila berada pada lingkungan yang mendukung kebiasaan tersebut (Petrus & Alfita, 2022).

Kebiasaan merokok di kalangan remaja ternyata berkaitan erat dengan faktor usia. Pada rentang usia tersebut, individu mengalami bermacam transformasi, mulai dari perubahan fisik, kondisi emosi, sampai kehidupan sosialnya. yang membuat individu lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar. Remaja cenderung memiliki rasa penasaran yang tinggi dan ingin mendapatkan pengakuan dari kelompok pertemanan. Selain itu, sebagian remaja menganggap merokok sebagai simbol kedewasaan, keberanian, maupun bentuk penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial. Semakin muda usia seseorang ketika mulai merokok, maka risiko mengalami ketergantungan terhadap nikotin juga semakin besar sehingga lebih sulit untuk berhenti merokok.

Temuan dalam penelitian ini turut sejalan dengan Allpocino & Missa, (2024) bahwa remaja usia 16–18 tahun umumnya memiliki kecenderungan menyukai kebebasan dan kurang menyukai aturan yang bersifat membatasi, sehingga lebih mudah dipengaruhi oleh lingkungan sosial di sekitarnya.

Hasil ini selaras dengan penelitian Petrus & Alfita, (2022) yang menyatakan bahwa remaja tingkat SMA berada pada tahap pencarian identitas diri. Kondisi tersebut menyebabkan remaja lebih rentan terpengaruh oleh perilaku merokok, terutama akibat pengaruh lingkungan pertemanan dan sosial.

Sejalan dengan Yunita, (2020) yang menjelaskan bahwa masa remaja adalah tahap pencarian jati diri, sehingga pada fase ini remaja lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial maupun teman sebayanya.

b. Jenis Kelamin

Mengacu pada hasil penelitian diketahui bahwa dari total 124 responden, sebanyak 62 responden termasuk dalam kelompok merokok dan 62 responden termasuk dalam kelompok tidak merokok. Pada kelompok responden dengan perilaku merokok, mayoritas responden dalam kelompok merokok adalah laki-laki, yakni sebanyak 58 responden (46,8%), sementara responden perempuan hanya berjumlah 4 responden (3,2%). Adapun pada kelompok tidak merokok, terdapat 35 responden laki-laki (28,2%) dan 27 responden perempuan (21,8%). Secara keseluruhan, karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin memperlihatkan banyak responden laki-laki sebanyak 93 responden (75,0%), dan 31 banyaknya responden perempuan (25,0%).

Lingkungan sosial pada remaja laki-laki lebih banyak memberikan toleransi terhadap perilaku merokok dibandingkan pada remaja

perempuan. Dalam hubungan pertemanan, merokok kerap dipersepsikan sebagai tanda keberanian, kedewasaan, serta cara untuk memperoleh pengakuan dan penerimaan dari kelompok sebaya laki-laki. Remaja laki-laki juga memiliki rasa ingin tahu akan suatu hal, lebih tinggi terhadap perilaku yang berisiko sehingga lebih mudah terdorong untuk mencoba merokok. Proses terbentuknya kebiasaan tersebut dipengaruhi oleh interaksi dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah yang mendukung atau memperlihatkan perilaku merokok sebagai sesuatu yang umum dilakukan.

Perilaku merokok ditemukan banyak pada responden laki-laki daripada perempuan. Kondisi ini menggambarkan bahwa laki-laki memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk terlibat dalam perilaku merokok selama masa remaja. Peneliti berpandangan hal tersebut dipengaruhi oleh faktor sosial dan lingkungan, terutama interaksi dengan teman sebaya yang memiliki kebiasaan merokok. Pada remaja laki-laki, perilaku merokok sering dianggap sebagai bentuk keberanian, simbol kedewasaan, dan cara untuk memperoleh penerimaan dalam kelompok pertemanan.

Sejalan dengan penelitian Petrus & Lail, (2022) bahwa remaja laki-laki memiliki peluang lebih tinggi untuk berperilaku merokok.. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh adanya tekanan maupun dorongan dari teman sebaya, serta keinginan remaja untuk memperoleh penerimaan sosial dan meningkatkan rasa percaya diri dalam lingkungan pergaulan.

Didukung juga oleh hasil riset Lela & Mapitara, (2024) yang mengungkapkan kebiasaan merokok lebih banyak dijumpai pada kalangan remaja laki-laki. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa laki-laki memiliki peluang yang lebih besar untuk menjadi perokok terutama pergaulan dengan teman sebaya yang memiliki kebiasaan tersebut.

Penelitian Sinthya Devika et al., (2025) menemukan hal serupa, yakni jumlah perokok pria lebih banyak dibandingkan perempuan.. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh adanya dorongan dari kelompok pertemanan serta pandangan sosial yang menganggap perilaku merokok sebagai bagian dari identitas dan simbol maskulinitas pada remaja laki-laki.

2. Analisis Univariat

a. Distribusi tingkat kepercayaan diri

Mengacu pada hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat Berdasarkan hasil kajian, tercatat 66 orang (53,2%) memiliki rasa percaya diri yang tinggi, sedangkan 58 orang lainnya (46,8%) tergolong memiliki rasa percaya diri yang rendah. Data tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar responden sesungguhnya telah memiliki tingkat kepercayaan diri yang tergolong cukup baik. meskipun masih terdapat hampir setengah dari jumlah responden yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri rendah.

Ada berbagai faktor yang memengaruhi tingkat kepercayaan diri remaja, seperti pengalaman sosial dan dukungan keluarga, lingkungan sekolah, dan hubungan dengan teman sebaya. Dukungan positif yang diperoleh dari lingkungan sekitar dapat membantu remaja membentuk keyakinan terhadap kemampuan dirinya, sehingga mampu berinteraksi dan mengambil keputusan dengan lebih baik. Remaja yang kurang memperoleh dukungan sosial cenderung memiliki keraguan terhadap kemampuan dirinya. Kondisi tersebut dapat menyebabkan remaja lebih mudah terpengaruh oleh tekanan sosial dari lingkungan sekitar, termasuk dalam mengikuti perilaku yang dianggap dapat meningkatkan penerimaan sosial di kelompok pertemanan.

Tingginya tingkat kepercayaan diri pada sebagian besar responden dapat dipengaruhi oleh proses perkembangan remaja yang mulai mampu mengenali potensi, kemampuan, serta kelebihan pribadi. Pada masa ini, remaja juga mulai belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, membangun hubungan pertemanan, dan mengembangkan kemampuan dalam berinteraksi dengan orang lain. Kondisi tersebut dapat membantu remaja merasa lebih yakin terhadap dirinya sendiri. Namun demikian, masih ditemukannya responden dengan tingkat kepercayaan diri rendah kemungkinan yang memiliki rasa percaya diri rendah bisa saja dipicu oleh sejumlah hal, misalnya minimnya dukungan dari lingkungan sekitar, pengalaman hidup yang tidak menyenangkan, pola pengasuhan

keluarga, ataupun tekanan sosial dari teman yang memengaruhi cara remaja menilai dirinya sendiri

Sejalan dengan teori Hakim gagasan yakni memandang rasa percaya diri sebagai keyakinan atas kesanggupannya sendiri. Dengan keyakinan itu, seseorang merasa bisa melewati berbagai keadaan dan meraih apa yang dicita-citakan.. Individu yang memiliki kepercayaan diri baik umumnya lebih mampu menilai dirinya secara positif serta lebih berani dalam mengambil keputusan. Teori Lauster menjelaskan bahwa seseorang yang rasa percaya dirinya tinggi cenderung memiliki sikap optimis, berpikir positif, mandiri, serta yakin terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai tantangan. Sedangkan, seseorang dengan rasa percaya diri rendah cenderung bimbang akan kemampuannya sendiri serta lebih mudah goyah oleh pengaruh sekitar sekitar (Petrus & Lail, 2022).

Sejalan dengan Yunita, (2020) yang mengungkapkan bahwa individu yang memiliki rasa percaya diri tinggi biasanya lebih yakin akan kemampuan yang dimilikinya, mampu memutuskan sendiri dengan yakin , serta tidak mudah untuk goyah jika oleh tekanan dari lingkungan sosial. Kepercayaan diri yang baik juga mendorong individu untuk bersikap lebih positif dalam menghadapi berbagai situasi dan tantangan di sekitarnya.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Allpocino & Missa, (2024) yang menyatakan remaja dengan tingkat kepercayaan diri

tertentu cenderung menunjukkan perilaku yang dipengaruhi oleh kebutuhan untuk memperoleh penerimaan sosial dan pengakuan dari lingkungan pergaulannya.

b. Distribusi perilaku merokok

Berdasarkan hasil analisis univariat, responden dengan perilaku merokok sebanyak 62 orang (50,0%), sedangkan responden yang tidak merokok juga berjumlah 62 orang (50,0%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa proporsi responden yang merokok dan tidak merokok berada pada jumlah yang sama. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kebiasaan merokok masih banyak dijumpai di kalangan remaja, sehingga perlu mendapat perhatian khusus mengingat dampaknya yang dapat memengaruhi kesehatan maupun perkembangan psikososial remaja itu sendiri.

Perilaku merokok pada remaja dapat terbentuk sebagai proses penyesuaian diri dengan lingkungan sosial yang ada di sekitar.. Dalam kelompok pertemanan, merokok sering dipandang sebagai cara untuk memperoleh penerimaan sosial serta membentuk citra diri agar lebih mudah diterima oleh teman sebaya. lingkungan yang terbiasa memperlihatkan perilaku merokok dapat memengaruhi cara pandang remaja terhadap kebiasaan tersebut. Paparan yang terus-menerus membuat remaja menganggap merokok sebagai perilaku yang umum dan wajar dilakukan dalam kehidupan sehari-hari dan akhirnya membuat remaja ikut mencoba perilaku merokok.

Kebiasaan merokok remaja disebabkan beberapa faktor, yaitu faktor dalam diri (internal) maupun (eksternal). Faktor dari dalam mencakup rasa dan kebutuhan memperoleh pengakuan sosial ditandai dengan pencarian identitas diri serta adanya kebutuhan untuk memperoleh pengakuan dan penerimaan dari lingkungan sosial. Dalam kondisi tersebut, sebagian remaja menganggap bahwa merokok dapat membantu mereka tampil lebih matang, lebih tenang, dan lebih percaya diri. Persepsi tersebut menyebabkan remaja menjadikan perilaku merokok sebagai salah satu cara untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan pergaulannya.

Remaja yang memiliki tingkat percaya diri yang kurang cenderung lebih mudah dipengaruhi oleh lingkungan sosial karena memiliki kehendak yang lebih tinggi untuk diakui dalam lingkaran pergaulan. Remaja yang kurang yakin terhadap kemampuan dirinya sering kali mengikuti perilaku kelompok agar tidak merasa berbeda atau dikucilkan. Sebaliknya, remaja dengan tingkat kepercayaan diri lebih baik umumnya mampu menilai dirinya secara positif, lebih mandiri dalam mengambil keputusan, serta tidak gampang goyah atau terjerumus oleh perilaku negatif di lingkungan sekitarnya, termasuk perilaku merokok. Oleh karena itu, tingkat kepercayaan diri dapat menjadi salah satu faktor psikologis yang berkaitan dengan munculnya perilaku merokok pada remaja.

Temuan penelitian ini sesuai dengan penelitian Allpocino & Missa, (2024) yang menjelaskan bahwa Kebutuhan akan penerimaan sosial yang tinggi pada individu yang kurang percaya diri kerap menjadi salah satu pemicu timbulnya kebiasaan merokok dari sisi psikologis sehingga lebih mudah mengikuti perilaku yang dilakukan oleh kelompok pergaulannya. Di sisi lain, orang yang memiliki tingkat percaya diri kuat cenderung tidak gampang terpengaruh tindakan orang lain karena mereka punya kendali diri serta keyakinan yang baik atas potensinya.

Sejalan dengan penelitian Petrus & Alfita, (2022) yang menyatakan bahwa remaja cenderung merokok karena ingin terlihat lebih percaya diri dan memperoleh penerimaan dalam lingkungan pergaulan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan akan pengakuan sosial dan kecenderungan remaja untuk mulai merokok erat kaitannya dengan sejauh mana tingkat kepercayaan diri yang mereka miliki.

Sejalan dengan penelitian Nasution dalam Petrus & Alfita, (2022) yang menyatakan bahwa rasa ingin mencoba serta Kebiasaan merokok di kalangan remaja utamanya dipicu oleh tekanan maupun dorongan dari lingkungan kawan seangkatan Remaja cenderung mengikuti kebiasaan yang berlaku dalam kelompoknya agar diterima di lingkungan sosial tempat mereka berada.

3. Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan perilaku merokok

Korelasi antara tingkat kepercayaan diri dan kebiasaan merokok remaja terbukti bermakna secara statistik, sebagaimana ditunjukkan oleh uji

Chi-Square yang menghasilkan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Atas dasar temuan ini, tingkat percaya diri subjek dapat dihubungkan dengan potensi munculnya perilaku merokok pada penelitian tersebut.

Pengolahan tabel silang mengidentifikasi bahwa responden berkepercayaan diri rendah terkonsentrasi pada kategori remaja perokok dengan jumlah 49 orang (79,0%). Di sisi lain, kelompok tidak merokok didominasi subjek berkepercayaan diri tinggi sebesar 85,5% (53 orang). Data ini membuktikan bahwa proporsi kejadian merokok jauh lebih rendah pada remaja berkepercayaan diri tinggi dibandingkan mereka yang memiliki kepercayaan diri rendah.

Kepercayaan diri berperan dalam membentuk cara remaja mengambil keputusan dan menghadapi pengaruh lingkungan sosial. Remaja yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih yakin terhadap kemampuan dan nilai dirinya sehingga tidak terlalu bergantung pada pengakuan dari orang lain. Keyakinan tersebut membuat remaja lebih mampu mengontrol perilaku serta mempertahankan pendiriannya ketika menghadapi tekanan dari teman sebaya, termasuk ajakan untuk merokok. Karena telah memiliki rasa percaya terhadap dirinya sendiri, remaja tidak merasa perlu melakukan perilaku tertentu hanya untuk memperoleh penerimaan sosial.

Sebaliknya, krisis kepercayaan diri pada remaja memicu keraguan pribadi yang pada akhirnya mendorong mereka untuk terus mencari validasi dari lingkungan sosialnya. Kondisi tersebut menyebabkan remaja lebih

mudah menyesuaikan diri dengan perilaku kelompok agar dapat diterima dalam pergaulan. Ketika kelompok pertemanan memiliki kebiasaan merokok, remaja akan lebih mudah mengikuti perilaku tersebut karena merokok dianggap dapat membantu meningkatkan citra diri, membuat dirinya terlihat lebih dewasa, serta memperkuat penerimaan sosial dalam kelompok.

Proses pencarian jati diri membuat masa remaja menjadi fase di mana tekanan serta pergaulan kawan seangkatan memberikan dampak yang sangat signifikan. Apabila remaja belum memiliki keyakinan diri yang baik, maka tekanan sosial dari lingkungan pertemanan akan lebih mudah memengaruhi perilakunya. Proses tersebut menyebabkan remaja lebih rentan mengikuti kebiasaan merokok sebagai bentuk penyesuaian diri agar tidak merasa berbeda atau dikucilkan dari kelompok sosialnya.

Kepercayaan diri berfungsi sebagai fondasi psikologis yang memengaruhi pembentukan karakter remaja. Individu dengan persepsi diri yang positif umumnya memiliki otonomi pengambilan keputusan yang kuat, resistensi terhadap tekanan konformitas sebaya, serta kemampuan penyesuaian diri yang optimal dalam interaksi sosial. Aspek psikologis berupa percaya diri ini tak hanya membentuk perilaku positif dan keberanian berpendapat, tetapi juga memfasilitasi proses adaptasi sosial yang sehat.

Remaja dengan kepercayaan diri tinggi umumnya tidak terlalu bergantung pada pengakuan dari kelompok teman sebaya untuk merasa

diterima. Kondisi tersebut menyebabkan remaja lebih mampu menolak perilaku negatif, termasuk perilaku merokok. Pengendalian diri yang kuat pada remaja berkepercayaan diri tinggi membuat mereka tidak gampang terbawa arus kebiasaan merokok sekadar demi mengejar pengakuan atau citra keren di mata pergaulannya., atau memperoleh penerimaan sosial dari lingkungan pertemanan.

Temuan penelitian ini sesuai dengan teori Elizabeth B. Hurlock dalam penelitian Yuanita, (2020) Yang menjelaskan bahwa seseorang dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung memiliki kemampuan untuk mengendalikan dirinya sendiri. dengan baik dan tidak mudah dipengaruhi oleh penilaian negatif orang lain. Selain itu, Gael Lindenfield menjelaskan bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri baik umumnya lebih mampu menghadapi berbagai situasi tanpa rasa cemas yang berlebihan sehingga tidak mudah melakukan perilaku negatif sebagai bentuk pelampiasan diri.

Turut sejalan dengan penelitian Petrus & Lail, (2022) temuan mengonfirmasi korelasi negatif yang bermakna antara rasa percaya diri dan kebiasaan merokok di kelompok remaja. Artinya, ada pola berbanding terbalik: potensi remaja untuk merokok justru meningkat saat kepercayaan dirinya minim, dan akan semakin surut seiring menguatnya keyakinan diri mereka

Hasil penelitian yang dilakukan Allpocino & Missa, (2024) serupa mengonfirmasi keterhubungan antara rasa percaya diri dan kebiasaan

merokok di usia remaja. Kerentanan terhadap tekanan pergaulan dan pengaruh sosial lebih tinggi pada remaja yang kurang percaya diri, sehingga dorongan mereka untuk merokok menjadi lebih dominan. Kondisi tersebut terjadi karena sebagian remaja menjadikan rokok sebagai sarana untuk memperoleh penerimaan sosial, meningkatkan citra diri, serta menyesuaikan diri dalam lingkungan pergaulan. Sebaliknya, remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri lebih baik umumnya mampu mengontrol diri dan tidak mudah terpengaruh oleh ajakan maupun kebiasaan merokok di lingkungan sekitarnya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yunita, (2020) mengenai adanya korelasi negatif yang bermakna antara rasa percaya diri dan kebiasaan merokok. Dalam kajiannya, Yunita menjelaskan bahwa remaja yang memiliki rasa percaya diri yang kuat mampu membentengi dirinya dari pengaruh buruk pergaulan termasuk merokok karena memiliki kontrol diri yang baik. Di sisi lain, risiko remaja untuk terseret dalam kebiasaan merokok justru semakin tinggi seiring dengan makin minimnya rasa percaya diri yang mereka miliki.

Namun, hasil penelitian juga menunjukkan adanya 13 responden (10,5%) dengan tingkat kepercayaan diri tinggi tetapi tetap berperilaku merokok serta 9 responden (7,3%) dengan tingkat kepercayaan diri rendah namun tidak merokok. Data tersebut mempertegas bahwa timbulnya kebiasaan merokok pada usia remaja tidak hanya bersumber dari dinamika kepercayaan diri semata tetapi juga oleh faktor lain seperti pengaruh teman

sebaya, lingkungan pergaulan, kebiasaan merokok dalam keluarga, serta pengetahuan individu mengenai bahaya merokok. Menurut Fatia dalam Allpocino dan Missa (2024), remaja dapat merokok karena ingin terlihat lebih dewasa, diterima dalam kelompok pergaulan, atau mengikuti kebiasaan teman sebaya. Remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi tetap dapat berperilaku merokok apabila berada dalam lingkungan yang mendukung perilaku tersebut. Sebaliknya, keberadaan pengawasan keluarga, interaksi pertemanan yang positif, serta pengetahuan dampak buruk rokok mampu mencegah remaja kurang percaya diri untuk mulai merokok. sehingga riset ini mengindikasikan bahwa meski tingkat percaya diri berhubungan dengan tindakan merokok pada remaja, terdapat determinan lain yang ikut memberikan kontribusi

Temuan tersebut didukung dengan penelitian Iqbal (2020) yang mendokumentasikan tidak adanya korelasi signifikan antara derajat kepercayaan diri dan kebiasaan merokok di kelompok remaja ($p = 0,246$). Perbedaan hasil tersebut diduga disebabkan berbagai faktor, seperti pengaruh teman sebaya, lingkungan pergaulan, dukungan keluarga, serta persepsi remaja terhadap perilaku merokok. Selain itu, perbedaan desain penelitian, teknik pengambilan sampel, dan karakteristik responden juga dapat memengaruhi hasil penelitian.

Hasil yang sejalan juga dicatat oleh Fahira et al., (2026) di mana korelasi antara kebiasaan merokok dan rasa percaya diri terbukti tidak signifikan di kalangan siswa sekolah menengah atas ($p = 0,061$).

Inkonsistensi temuan ini diduga kuat dipicu oleh hadirnya variabel luar yang memicu tindakan merokok, seperti dorongan konformitas kelompok serta presi dari kawan seangkatan, persepsi bahwa merokok membuat seseorang terlihat lebih dewasa atau menarik, serta pengaruh lingkungan sosial. Selain itu, perbedaan desain penelitian, teknik sampling, instrumen yang digunakan, dan karakteristik responden juga dapat menyebabkan perbedaan hasil penelitian.

B. Keterbatasan Peneliti

Terkait keterkaitan tingkat percaya diri dan tindakan merokok pada remaja SMK Pembangunan Nasional Purwodadi ini diselesaikan sesuai rancangan penelitian, peneliti tetap mengidentifikasi keterbatasan, yakni :

1. Metode *case-control* yang digunakan membatasi temuan riset ini pada pembuktian ada-tidaknya hubungan antarvariabel, sehingga hubungan kausal antara rasa percaya diri dan kebiasaan merokok remaja tidak dapat disimpulkan.