

**HUBUNGAN MOTIVASI DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KESULITAN BERHENTI  
MEROKOK PADA REMAJA DI DUSUN NGAJARAN DESA KARANGBINANGUN  
KECAMATAN KARANGBINANGUN KABUPATEN LAMONGAN**

**Liza Nadya Islami \* H. Alifin, SKM., M.Kes.\*\* Abdul Majid, SE., MM.\*\*\***

**ABSTRAK**

Perilaku merokok merupakan perilaku yang sangat merugikan dan berbahaya bagi kesehatan. Akan tetapi masih banyak orang yang melakukannya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan motivasi dan dukungan keluarga dengan kesulitan berhenti merokok pada remaja di Desa Ngajaran Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

Desain penelitian ini adalah analitik cross sectional. populasinya adalah Seluruh remaja yang merokok di desa Ngajaran Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan yang berjumlah 32 remaja dengan teknik sampling total sampling. Pengolahan dan analisa data: editing, coding, scoring, tabulating, Kemudian dianalisis dengan *Uji spearman rank* pada program SPSS 22.00.

Berdasarkan uji *spearman rho* dengan menggunakan bantuan SPSS 22.0 didapatkan hasil  $r_{hitung} = 0.715$  dan  $r_{tabel} = 0.296$  dengan  $p = 0,00$  dimana ( $p < 0,05$ ), karena  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dan  $p = 0,00$  sehingga  $H_0$  artinya terdapat hubungan yang kuat antara Motivasi dengan sulitnya berhenti merokok dan  $r = 0.640$  dimana ( $p < 0,05$ ) sehingga  $H_1$  diterima yang artinya terdapat hubungan yang kuat antara motivasi dan dukungan keluarga dengan sulitnya berhenti merokok pada remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

Orang tua atau keluarga memiliki peranan penting dalam mengontrol perilaku anak. Peran yang dilakukan oleh orang tua salah satunya yaitu dengan memberikan dukungan bagi anaknya terutama ketika anak memiliki motivasi untuk berhenti merokok.

**Kata kunci: Motivasi, Dukungan Keluarga, Sulitnya berhenti Merokok.**

## **1. Pendahuluan**

Perilaku merokok merupakan perilaku yang sangat merugikan dan berbahaya bagi kesehatan. Akan tetapi masih banyak orang yang melakukannya. Bahkan orang yang pertama kali mulai merokok yaitu pada usia remaja. Kegiatan negatif merokok yang dapat dilakukan remaja saat bersama dengan teman sebaya yaitu menghisap rokok yang dapat mengganggu kesehatan dan merugikan orang lain (Aula, 2010).

Kelompok remaja usia sekolah merupakan kelompok yang memiliki resiko tinggi terhadap pengaruh buruk dari luar karena belum memiliki kematangan emosional yang stabil. Kebiasaan buruk seperti merokok pada remaja disebabkan oleh stres, dukungan teman, dan dukungan iklan. Sehingga pada tahap inilah remaja rentan memulai mengkonsumsi rokok (Kusdwiratri, 2009).

Alasan remaja melakukan perilaku merokok adalah untuk bersosialisasi dengan teman sebaya. Perilaku merokok merupakan simbolisasi kejantanan, kematangan, kekuatan dan kepemimpinan, serta dapat menjadi daya tarik sendiri terhadap lawan jenis. Pada masa remaja, ada sesuatu hal yang penting yaitu solidaritas antar kelompok terhadap teman. Hal ini dapat diprediksikan bahwa memiliki teman yang

merokok akan menambah teman (Suwangsa, 2010).

*World Health Organization* (WHO) menjelaskan rokok menjadi penyebab utama kanker di dunia. Survei dari WHO tahun 2015 8,2 juta orang meninggal karena penyakit kanker dan sebanyak 1,6 juta orang atau sekitar 20 persen dari 8,2 juta orang mati karna perilaku merokok. Berdasarkan data WHO terdapat 6 juta orang pada tahun ini yang akan meninggal akibat perilaku merokok. Apabila pencegahan perilaku merokok tidak segera dilakukan, kematian yang disebabkan oleh rokok akan semakin meningkat. Pada tahun 2030 WHO memprediksi sekitar 8 juta orang meninggal karena rokok (Ilham, 2015).

GYTS (*Global Youth Tobacco Survey*, 2014) menyatakan bahwa Negara Indonesia merupakan salah satu Negara yang mempunyai angka remaja perokok tertinggi nomor 3 di Dunia. Dimana angka prevalensi perokok remaja laki-laki 16 kali lebih tinggi (65,9%), dibandingkan dengan remaja perempuan (4,2%). Usia pertama kali mencoba merokok sebagian besar laki-laki pada usia 12-13 tahun dan usia 15-18 tahun, sedangkan sebagian besar perempuan mulai merokok pada usia kurang dari 7 tahun dan usia 14-15 tahun. Perokok perempuan sebagian besar mulai menghisap rokok dengan jumlah kurang dari 1 batang/hari, sedangkan sebagian besar laki-laki

menghisap rokok sebanyak 1 batang/hari (Risksedas, 2013). Jika dilihat dari jumlah rokok yang dihisap, Jawa timur menjadi propinsi terbesar kedua di pulau jawa yaitu sebesar 11,5% atau dengan jumlah rata-rata yang dihisap 12,3 batang perhari atau setara dengan satu bungkus perhari (Rahardjo, 2015).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada 10 remaja di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan didapatkan dari 10 remaja terdapat 7 atau 70% remaja yang merasa sulit untuk berhenti merokok dan 3 atau 30% remaja tidak merasa sulit untuk berhenti merokok, awalnya remaja tersebut mempunyai niat untuk berhenti disebabkan oleh larangan orangtua, alasan ekonomi dan alasan kesehatan. akan tetapi setelah satu atau dua minggu remaja tersebut mengaku merasakan ingin kembali merokok akibat pengaruh dari teman sebaya. Sehingga masalah dalam penelitian ini adalah masih banyaknya remaja di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan yang sulit berhenti merokok.

Menurut Ali dan Asrori, (2014) bahwa remaja pada umumnya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, yang akan mendorong remaja ingin mencoba melakukan apa yang sering dilakukan oleh orang dewasa. Akibatnya remaja laki-laki mencoba mulai merokok secara sembunyi-sembunyi tanpa diketahui oleh kedua orang tuanya. Armstrong dalam Nururrahmah, (2014) kebiasaan merokok juga sangat berbahaya bagi kesehatan setiap usia. Penyakit yang sering muncul akibat merokok seperti kankermulut, *esophagus*, *faring*, *laring*, *pancreas*, *kandung kemih*, penyakit pembuluh darah, dan lambung kronis.

Penelitian yang dilakukan oleh Rizanna (2010) di Banda Aceh didapatkan bahwa tantangan terbesar untuk berhenti merokok adalah ketidakberdayaan remaja mengatasi candu rokok, pengaruh teman sebaya, dan lingkungan sekitar. Alasan utama remaja untuk berhenti merokok adalah masalah keuangan, kesehatan, pengaruh orang terdekat dan faktor agama. Penelitian yang dilakukan oleh Kumalasari (2013) faktor yang mempengaruhi intensi berhenti merokok pada remaja adalah tindakan untuk mengurangi atau motivasi, alasan kesehatan, alasan ekonomi, dukungan keluarga, larangan merokok, efikasi diri.

Motivasi merupakan dorongan dalam diri seseorang atau dari orang lain untuk melakukan suatu perbuatan untuk mencapai suatu tujuan. Jadi motivasi untuk berhenti merokok adalah suatu

dorongan dari dalam diri seseorang atau orang lain untuk memutuskan berhenti merokok. Motivasi untuk berhenti merokok selain dorongan dari dalam diri sendiri juga datang dari orang tua, keluarga maupun teman sebaya. Motivasi juga bisa diperoleh dari lingkungan sekitar baik tetangga maupun masyarakat sekitar. Rendahnya persepsi remaja terhadap manfaat berhenti merokok dapat menjadi salah satu faktor penghambat motivasi berhenti merokok. Oleh karena itu, motivasi dalam diri sendiri yang paling berperan dalam hal ini (Hamzah, 2008).

Dukungan keluarga menurut Friedman (2010) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan.

Orang tua atau keluarga memiliki peranan penting dalam mengontrol perilaku anak. Peran yang dilakukan oleh orang tua salah satunya yaitu dengan memberikan dukungan bagi anaknya terutama ketika anak memiliki motivasi untuk berhenti merokok. Orang tua harus memberi banyak perhatian kepada anak bisa dengan cara selalu memantau perkembangan anak, memperhatikan pergaulan remaja saat ini serta memberikan nasehat dan pendidikan akan pentingnya bahaya merokok bagi kesehatan remaja.

Menurut Whinanda (2015) mengemukakan, bahwa dukungan sosial dapat membantu seseorang berpikir bahwa ada seseorang yang dapat membantu dalam menghadapi kejadian yang membuat stress. Orang tua memberikan langkah-langkah dan cara agar remaja bisa lebih termotivasi untuk berhenti merokok, dukungan sosial yang diberikan keluarga untuk berhenti merokok meliputi empat aspek, diantaranya: Aspek dukungan emosional yang berkaitan dengan ekspresi terhadap rasa empati dan perhatian individu. Aspek dukungan yang berupa penghargaan melibatkan suatu ekspresi pernyataan persetujuan dan memberikan penilaian terhadap ide-ide, perasaan, dan performa secara positif. Aspek dukungan instrumental yang melibatkan bantuan secara langsung. Dan Aspek dukungan Informasi yang berupa informasi berupa saran, pengarahan, serta umpan balik cara memecahkan permasalahan. karena pada dasarnya dukungan sosial bisa membantu memberi dorongan dan memberi motivasi untuk berhenti merokok. Selain itu pengetahuan dan pengalaman dari orang tua

juga bisa menumbuhkan pengetahuan dan wawasan pada remaja. Salah satu hal yang dapat mempengaruhi seseorang untuk berhenti merokok adalah motivasi diri sendiri.

Dari uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang Hubungan motivasi dan dukungan keluarga dengan kesulitan berhenti merokok pada remaja di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui Hubungan motivasi dan dukungan keluarga dengan kesulitan berhenti merokok pada remaja di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

## 2. Metode Penelitian

Desain penelitian ini adalah analitik cross sectional. populasinya adalah Seluruh remaja yang merokok di desa Ngajaran Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan yang berjumlah 32 remaja dengan teknik sampling total sampling. Pengolahan dan analisa data: editing, coding, scoring, tabulating, Kemudian dianalisis dengan *Uji spearman rank* pada program SPSS 22.00.

## 3. Hasil Penelitian

### Data Umum

#### 1) Karakteristik Responden

##### 1) Distribusi Responden Berdasarkan Umur Remaja

Tabel 3.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur Remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

No.	Umur Remaja	Frekuensi	Presentase (%)
1.	12-15 Tahun	3	9.4 %
2.	16-18 Tahun	13	40.6 %
3.	19-21 Tahun	16	50 %
	Jumlah	32	100 %

Berdasarkan tabel 3.1 tersebut menunjukkan bahwa setengah responden (50%) berumur 19-21 tahun yaitu sebanyak 16 remaja dan sebagian kecil (9.4%) responden berumur 12-15 tahun yaitu sebanyak 3 remaja.

##### 2) Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Remaja

Tabel 3.2 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

No.	Pendidikan Remaja	Frekuensi	Presentase (%)
1.	SD	0	0 %
2.	SMP	9	28.1 %
3.	SMA	18	56.3 %
4.	PT	5	15.6 %
	Jumlah	32	100 %

Berdasarkan tabel 3.2 tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden (56.3 %) berpendidikan SMA yaitu sebanyak 18 remaja dan tidak satupun responden (0 %) berpendidikan SD yaitu sebanyak 0 remaja.

##### 3) Distribusi Responden Berdasarkan Umur Orangtua

Tabel 3.3 Distribusi Responden Berdasarkan Umur Orangtua Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

No.	Umur Orangtua	Frekuensi	Presentase (%)
1.	≤ 30 Tahun	3	9.4 %
2.	31-45 Tahun	7	21.9 %
3.	> 45 Tahun	22	68.7 %
	Jumlah	32	100 %

Berdasarkan tabel 3.3 tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar orangtua responden (68.7%) berumur > 35 tahun yaitu sebanyak 22 orangua dan sebagian kecil (9.4%) orangua responden berumur ≤ 30 tahun yaitu sebanyak 3 orangtua.

##### 4) Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Orangtua

Tabel 3.4 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Orangtua Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

No.	Pendidikan Remaja	Frekuensi	Presentase (%)
1.	SD	8	25 %
2.	SMP	16	50 %
3.	SMA	5	15.6 %
4.	PT	3	9.4 %
	Jumlah	32	100 %

Berdasarkan tabel 3.4 tersebut menunjukkan bahwa setengah orangtua responden (50%) berpendidikan SMP yaitu sebanyak 16 orangtua dan sebagian kecil orangtua responden (9.4 %) berpendidikan perguruan tinggi yaitu sebanyak 3 orangtua.

5) Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orangtua

Tabel 3.5 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orangtua Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

No.	Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Tani/ IRT	14	43.7%
2.	Swasta	5	15.6%
3.	Wiraswasta	11	34.4%
4.	PNS/ TNI/ POLRI	2	6.3%
	Jumlah	32	100 %

Berdasarkan tabel 3.5 tersebut menunjukkan bahwa hampir sebagian orangtua responden (43.8 %) bekerja sebagai Tani/ IRT yaitu sebanyak 14 orangtua dan sebagian kecil orangtua responden (6.3 %) bekerja sebagai PNS/ TNI/ POLRI yaitu sebanyak 2 Orangtua.

**Data Khusus**

1) Motivasi Remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Tabel 3.6 Distribusi Motivasi Remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

No.	Motivasi	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Tinggi	7	21.9%
2.	Sedang	9	28.1%
3.	Rendah	16	50 %
	Jumlah	32	100 %

Berdasarkan tabel 3.6 menunjukan bahwa setengah responden (50 %) memiliki motivasi berhenti merokok yang rendah yaitu sebanyak 16 remaja dan sebagian kecil responden (21.9 %) memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi yaitu sebanyak 7 remaja.

2) Dukungan Keluarga Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Tabel 3.7 Distribusi Dukungan Keluarga Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

No.	Dukungan Keluarga	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Tinggi	5	15.6%
2.	Sedang	20	62.5%
3.	Rendah	7	21.9%
	Jumlah	32	100 %

Berdasarkan tabel 3.7 tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden (62.5 %) memiliki dukungan keluarga sedang yaitu sebanyak 20 remaja dan sebagian kecil responden (15.6 %) memiliki dukungan keluarga tinggi yaitu sebanyak 5 remaja.

3) Sulitnya Berhenti Merokok Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Tabel 3.8 Distribusi sulitnya berhenti merokok Remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

No.	Berhenti Merokok	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Tidak Sulit	8	25%
2.	Sulit	24	75%
	Jumlah	32	100 %

Berdasarkan tabel 3.8 tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden (75 %) sulit berhenti merokok yaitu sebanyak 24 remaja dan sebagian kecil responden (25 %) tidak sulit berhenti merokok yaitu sebanyak 8 remaja.

4) Analisis Hubungan Motivasi Dengan Sulitnya Berhenti Merokok Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Tabel 3.9 Tabulasi Silang Hubungan Motivasi Dengan Sulitnya Berhenti Merokok Remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

No	Motivasi	Berhenti Merokok				Total	
		Tidak Sulit		Sulit		Σ	%
		Σ	%	Σ	%		
1	Tinggi	6	85.7	1	14.3	7	100
2	Sedang	2	22.2	7	77.8	9	100
3	Rendah	0	0	16	100	16	100
	Total	8	25	24	75	32	100

Berdasarkan tabel 3.9 tersebut dapat disimpulkan bahwa dari 16 responden yang memiliki motivasi rendah seluruhnya responden (100 %) mengalami kesulitan berhenti merokok yaitu sebanyak 16 remaja dan dari 7 responden yang memiliki motivasi sedang sebagian kecil responden (14.3%) tidak mengalami kesulitan berhenti merokok yaitu sebanyak 1 remaja.

Berdasarkan uji *spearman rho* dengan menggunakan bantuan SPSS 22.0 didapatkan hasil  $r_{hitung} = 0.715$  dan  $r_{tabel} = 0.296$  dengan  $p = 0,00$  dimana ( $p < 0,05$ ), karena  $r_{hitung} > r_{tabel}$  sehingga  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima yang artinya terdapat hubungan yang kuat antara motivasi dengan sulitnya berhenti merokok pada remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

5) Analisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Sulitnya Berhenti Merokok Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Tabel 3.11 Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Sulitnya Berhenti Merokok Remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

No	Dukungan Keluarga	Berhenti Merokok				Total	
		Tidak Sulit		Sulit			
		Σ	%	Σ	%	Σ	%
1	Tinggi	5	100	0	0	5	100
2	Sedang	3	15	17	85	20	100
3	Rendah	0	0	7	100	7	100
	Total	8	25	24	75	32	100

Berdasarkan tabel 3.11 tersebut dapat disimpulkan bahwa dari 7 responden yang memiliki dukungan keluarga rendah seluruhnya responden (100%) mengalami kesulitan berhenti merokok yaitu sebanyak 7 remaja dan dari 20 responden yang memiliki dukungan keluarga sedang sebagian kecil responden (15%) tidak mengalami kesulitan berhenti merokok yaitu sebanyak 3 remaja.

Berdasarkan uji *spearman rho* dengan menggunakan bantuan SPSS 22.0 didapatkan hasil  $r_{hitung} = 0.640$  dan  $r_{tabel} = 0.296$  dengan  $p = 0,00$  dimana ( $p < 0,05$ ), karena  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dan  $p = 0,00$  sehingga  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima yang artinya terdapat hubungan yang kuat antara Dukungan Keluarga dengan sulitnya berhenti merokok pada remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

## 4. Pembahasan

### 4.1 Motivasi Remaja

Berdasarkan tabel 3.6 menunjukkan bahwa setengah responden (50 %) memiliki motivasi berhenti merokok yang rendah yaitu sebanyak 16 remaja dan sebagian kecil responden (21.9 %) memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi yaitu sebanyak 7 remaja. Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa remaja di Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan mempunyai motivasi rendah untuk berhenti merokok.

Menurut King (2010), menyatakan bahwa motivasi dikatakan tinggi apabila dalam diri seseorang atau individu memiliki keinginan yang positif, mempunyai harapan yang tinggi dan memiliki keyakinan yang tinggi dalam mencapai tujuannya. Motivasi adalah keinginan yang terdapat pada seseorang individu yang merangsangnya untuk melakukan tindakan-tindakan atau sesuatu yang menjadi dasar atau alasan seseorang berperilaku (Usman, 2009). Sedangkan menurut Slavin (2011), menyatakan motivasi sebagai proses internal yang mengaktifkan, menuntun dan mempertahankan perilaku dari waktu ke waktu. Dalam bahasa sederhana motivasi adalah sesuatu yang menyebabkan seseorang melangkah, membuat seseorang tetap melangkah dan menentukan tujuannya. Suatu perbuatan dapat ditimbulkan oleh motivasi, namun juga dapat disebabkan oleh beberapa motif. Macam-macam motivasi terdiri dari dua macam sudut pandang yakni motivasi yang berasal dari dalam pribadi seseorang yang disebut *motivasi intrinsik* dan motivasi yang berasal dari luar diri seseorang yang disebut *motivasi ekstrinsik*. Setiap orang harus memiliki motivasi agar dapat mencapai suatu hasil yang sesuai dengan apa yang diharapkan.

Motivasi untuk berhenti merokok remaja di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun kabupaen Lamongan disebabkan remaja belum menyadari sepenuhnya bahaya yang akan ditimbulkan dari perilaku merokok, remaja hanya menganggap bahwa perilaku merokok merupakan perilaku yang menyenangkan karena dapat menghilangkan stres dan tekanan yang mereka alami. Remaja juga tidak memiliki motivasi ekstrinsik seperti ancaman dari orangtua maupun dari lingkungan sekitar terhadap perilaku merokoknya. Faktor yang mempengaruhi motivasi seseorang adalah umur. Berdasarkan tabel 3.1 tersebut menunjukkan bahwa setengah responden (50%) berumur 19-21 tahun yaitu sebanyak 16 remaja. usia 19-21 tahun termasuk dalam kategori usia remaja akhir dimana pada usia ini merupakan

masa transisi menuju usia dewasa, pada tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan minat makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek, Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dalam pengalaman-pengalaman yang baru, Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi, Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.

#### **4.2 Dukungan Keluarga**

Berdasarkan tabel 3.7 tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden (62.5 %) memiliki dukungan keluarga sedang yaitu sebanyak 20 remaja dan sebagian kecil responden (15.6 %) memiliki dukungan keluarga tinggi yaitu sebanyak 5 remaja. dari hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar orangtua di desa Ngajaran Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan memberikan dukungan yang sedang.

Dukungan keluarga menurut Friedman (2010) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan.

Dukungan keluarga merupakan support yang tidak hanya berwujud dalam bentuk dukungan moral, melainkan dukungan spiritual dan dukungan material. Sehingga dapat meringankan beban bagi remaja yang sedang mengalami masalah/persoalan. Dalam hal ini remaja yang ingin berhenti merokok, dukungan yang diberikan merupakan suatu dorongan untuk mengobarkan semangat bagi remaja untuk melawan segala tantangan yang dilalui yang dapat menghambat usahanya untuk berhenti merokok.

Sesuai hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden dengan dukungan keluarga yang sedang, hal ini dikarenakan keluarga merupakan kelompok sosial yang mempunyai ikatan emosi yang paling besar dan terdekat dengan remaja. Sudah menjadi tugas dan kewajiban keluarga untuk memberikan dukungan pada anggota keluarganya yang memiliki perilaku yang kurang sehat seperti merokok. Dukungan keluarga dipengaruhi oleh umur, dalam hal ini tentunya adalah umur orangtua. Berdasarkan tabel 3.3 tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar orangtua responden (68.7%) berumur > 35 tahun yaitu sebanyak 22 orangtua. Dengan semakin

bertambahnya usia maka dalam hal pengetahuan tentang rokok dan bahayanya serta pengalamannya juga akan semakin bertambah, sehingga orangtua akan memberikan dukungan kepada anak yang berupa informasi maupun emosional agar anak menghentikan perilaku merokoknya.

#### **4.3 Sulitnya Berhenti Merokok**

Berdasarkan tabel 3.8 tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden (75 %) sulit berhenti merokok yaitu sebanyak 24 remaja dan sebagian kecil responden (25 %) tidak sulit berhenti merokok yaitu sebanyak 8 remaja.

Penghentian merokok (atau biasa disebut berhenti merokok) adalah niat perokok untuk berhenti merokok. Namun, kerap perokok sangat sulit lepas dari kebiasaan yang berbahaya bagi kesehatan ini. (Wikipedia, 2019).

Pada kebanyakan kasus, seseorang berhenti merokok apabila diperintahkan oleh dokter yang merawatnya untuk berhenti, disamping alasan lain seperti pengaruh keluarga, teman, diri sendiri saat melihat diri dalam cermin dengan rokok, menyadari bahaya, dan menyadari jumlah pengeluaran yang digunakan untuk merokok. Perokok juga akan mulai berfikir untuk berhenti merokok setelah mengetahui bahaya, dan didorong rasa takut akan penyakit yang akan dideritanya secara jelas, dan terutama pada kematian. Misalnya, seseorang berhenti merokok karena masih ingin melihat anak cucu mereka tumbuh menjadi dewasa.

Perokok yang sulit menghentikan kebiasaan merokoknya terutama karena mereka tidak benar-benar memahami bahaya yang ditimbulkan rokok dan merasa bahwa rokok dapat memberi efek yang dibutuhkannya dalam kehidupan sehari-hari, seperti menghilangkan stress saat bekerja keras dan meningkatkan konsentrasi. Bahkan terkadang merokok bukan karena perokok menikmati merokok, namun karena merokok yang telah dijadikan bagian dari gaya hidup sehari-hari. Kurangnya edukasi yang efektif mengenai bahaya dan kerentanan seseorang terhadap gangguan kesehatan yang serius, serta desas-desus bahwa berhenti merokok dapat meningkatkan berat badan menyebabkan kurangnya motivasi dan keinginan menunda-nunda keinginan merokok sehingga perokok sulit untuk berhenti dari kebiasaan merokok.

Setelah memutuskan untuk berhenti merokok, akan menjadi tantangan besar apakah seseorang akan berhasil atau tidak. Kemungkinan berhasil ditunjang dengan pengetahuan dan kesadaran akan keparahan konsekuensi dan kerentanan yang dimilikinya, didasari oleh rasa

takut dan penolakan terhadap kondisi merokoknya sekarang. Sedangkan kemungkinan tidak berhasil dihubungkan dengan penurunan motivasi. Tingginya pengaruh efek motivasi individu sendiri menunjukkan bahwa seorang perokok membutuhkan asistensi dan penyemangat untuk menjaga motivasi dan keputusannya tersebut. Konsultasi dengan konsultan berhenti merokok (metode asistensi), mekanisme kontrol, pertemuan rutin untuk meningkatkan motivasi dan kepatuhan menghentikan rokok juga diperlukan tiap minggu. Perlu diingat, metode yang dilakukan pada perokok dalam usahanya berhenti terkadang terbentur dengan gejala kecanduan. Penyebab Kembali Merokok Setelah Berhenti Prinsip yang mendasar pada seorang perokok adalah kecanduan nikotin dan pernah merasakan efek yang diberikan oleh rokok. Kemudian, perokok yang memutuskan untuk berhenti juga terpengaruh oleh media promosi anti-rokok yang kurang menunjukkan metode berhenti merokok, serta menunjukkan bahwa berhenti merokok adalah hal yang sangat mudah dan sederhana. Namun, tidak selamanya terjadi seperti itu. Penjelasan paling jelas dan sering terjadi pada kegagalan ini adalah pengaruh kecanduan nikotin yang dialaminya. Seseorang yang kecanduan nikotin, apabila berhenti merokok akan merasa sakit, sulit berkonsentrasi, tidak dapat beristirahat yang lebih sering terjadi pada wanita. Gangguan lain yang akan dialami oleh penghenti merokok ini adalah kebiasaan dan lingkungan, terutama apabila orang-orang disekitarnya memiliki kebiasaan merokok. Keadaan ini memberikan sinyal kepada tubuh berdasarkan pengalaman sebelumnya bahwa ketidaknyamanan yang dirasakannya saat ini dapat hilang dengan merokok. Keadaan ini menyebabkan perokok kemudian menyesali perbuatannya untuk berhenti merokok dan pada akhirnya akan kembali merokok. Hal ini diakibatkan kurangnya perencanaan, sharing pengalaman dan pengawasan dalam masa terapi.

#### **4.4 Hubungan Motivasi Dengan Sulitnya Berhenti Merokok**

Berdasarkan tabel 3.9 tersebut dapat disimpulkan bahwa dari 16 responden yang memiliki motivasi rendah seluruhnya responden (100 %) mengalami kesulitan berhenti merokok yaitu sebanyak 16 remaja dan dari 7 responden yang memiliki motivasi sedang sebagian kecil responden (14.3%) tidak mengalami kesulitan berhenti merokok yaitu sebanyak 1 remaja.

Berdasarkan uji *spearman rho* dengan menggunakan bantuan SPSS 22.0 didapatkan hasil  $r_{hitung} = 0.715$  dan  $r_{tabel} = 0.296$  dengan  $p =$

0,00 dimana ( $p < 0,05$ ), karena  $r_{hitung} > r_{tabel}$  sehingga  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima yang artinya terdapat hubungan yang kuat antara motivasi dengan sulitnya berhenti merokok pada remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang. Dari studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 27 April 2010 yang mensurvey 30 orang mahasiswa perokok di Fakultas Teknik Universitas Brawijaya, 46,67 % diantaranya mengakui sudah mengalami kecanduan secara psikologis terhadap rokok dan 60 % menyatakan tidak ingin berhenti merokok.

Menurut Kumalasari (2013) salah satu faktor yang mempengaruhi intensi berhenti merokok pada remaja adalah motivasi. Motivasi adalah dorongan dasar yang menggerakkan seseorang bertindak laku. Dorongan ini berada pada diri seseorang yang menggerakkan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya. Oleh karena itu, perbuatan seseorang yang didasarkan atas motivasi tertentu mengandung tema sesuai dengan motivasi yang mendasarinya. Istilah motivasi yang berasal dari kata motif, dapat diartikan sebagai kekuatan yang terdapat dalam individu, yang menyebabkan individu tersebut bertindak atau berbuat. Motif tidak dapat diamati secara langsung. Tapi dapat diinterpretasikan dalam tingkah laku. Jadi motivasi untuk berhenti merokok adalah suatu dorongan dari dalam diri seseorang atau orang lain untuk memutuskan berhenti merokok (Hamzah, 2008).

Salah satu hal yang dapat mempengaruhi seseorang untuk berhenti merokok adalah motivasi. Keinginan seseorang berhenti merokok timbul disebabkan oleh pengetahuan seseorang terhadap bahaya rokok yang disertai dengan keinginan dan motivasi yang kuat untuk melaksanakannya. Motivasi untuk berhenti merokok selain dorongan dari dalam diri sendiri juga datang dari orang tua, keluarga maupun teman sebaya. Motivasi juga bisa diperoleh dari lingkungan sekitar baik tetangga maupun masyarakat sekitar. Rendahnya persepsi remaja terhadap manfaat berhenti merokok dapat menjadi salah satu faktor penghambat motivasi berhenti merokok. Oleh karena itu, motivasi dalam diri sendiri yang paling berperan dalam hal ini.

#### **4.5 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Sulitnya Berhenti Merokok**

Berdasarkan tabel 3.11 tersebut dapat disimpulkan bahwa dari 7 responden yang memiliki dukungan keluarga rendah seluruhnya

responden (100%) mengalami kesulitan berhenti merokok yaitu sebanyak 7 remaja dan dari 20 responden yang memiliki dukungan keluarga sedang sebagian kecil responden (15%) tidak mengalami kesulitan berhenti merokok yaitu sebanyak 3 remaja.

Berdasarkan uji *spearman rho* dengan menggunakan bantuan SPSS 22.0 didapatkan hasil  $r_{hitung} = 0.640$  dan  $r_{tabel} = 0.296$  dengan  $p = 0,00$  dimana ( $p < 0,05$ ), karena  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dan  $p = 0,00$  sehingga  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima yang artinya terdapat hubungan yang kuat antara Dukungan Keluarga dengan sulitnya berhenti merokok pada remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.

Penelitian yang dilakukan oleh Kumalasari (2013) faktor yang mempengaruhi intensi berhenti merokok pada remaja adalah dukungan keluarga. Dukungan keluarga menurut Friedman (2010) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Sedangkan Dukungan keluarga menurut Marliyn (2010) adalah kemampuan memberikan penguatan satu sama lain. Study tentang dukungan keluarga telah mengkonsptualisasi dukungan sosial sebagai koping keluarga. Dukungan sosial keluarga eksternal maupun internal terbukti bermanfaat

Orang tua atau keluarga memiliki peranan penting dalam mengontrol perilaku anak. Peran yang dilakukan oleh orang tua salah satunya yaitu dengan memberikan dukungan bagi anaknya terutama ketika anak memiliki motivasi untuk berhenti merokok. Orang tua harus memberi banyak perhatian kepada anak bisa dengan cara selalu memantau perkembangan anak, memperhatikan pergaulan remaja saat ini serta memberikan nasehat dan pendidikan akan pentingnya bahaya merokok bagi kesehatan remaja. Orang tua memberikan langkah-langkah dan cara agar remaja bisa lebih termotivasi untuk berhenti merokok, dukungan sosial yang diberikan keluarga untuk berhenti merokok meliputi empat aspek, diantaranya: Aspek dukungan emosional yang berkaitan dengan ekspresi terhadap rasa empati dan perhatian individu. Aspek dukungan yang berupa penghargaan melibatkan suatu ekspresi pernyataan persetujuan dan memberikan penilaian terhadap ide-ide, perasaan, dan performa secara positif.

Aspek dukungan instrumental yang melibatkan bantuan secara langsung. Dan Aspek dukungan Informasi yang berupa informasi berupa saran, pengarahan, serta umpan balik cara memecahkan permasalahan. karena pada dasarnya dukungan sosial bisa membantu memberi dorongan dan memberi motivasi untuk berhenti merokok. Selain itu pengetahuan dan pengalaman dari orang tua juga bisa menumbuhkan pengetahuan dan wawasan pada remaja.

## 5. Penutup

### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah:

- 1). Sebagian remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan memiliki motivasi berhenti merokok yang rendah
- 2). Sebagian besar remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan memiliki dukungan yang sedang untuk berhenti merokok
- 3). Sebagian besar remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan sulit berhenti merokok.
- 4). Terdapat hubungan yang kuat antara motivasi dengan sulitnya berhenti merokok pada remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan
- 5). Terdapat hubungan yang kuat antara dukungan keluarga dengan sulitnya berhenti merokok pada remaja Di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

### 5.2 Saran

Dengan melihat hasil simpulan diatas, maka ada beberapa saran dari penulis yakni sebagai berikut :

#### 5.2.1 Bagi Akademik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi tambahan yang berguna bagi perawat untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada kepada remaja dalam promosi kesehatan yang dapat meningkatkan perubahan perilaku merokok pada remaja di Dusun Ngajaran Desa karangbinangun Kecamatan Karangbinangu Kabupaten Lamongan.

#### 5.2.2 Bagi Praktisi

- 1). Bagi Remaja

Untuk menghentikan kebiasaan merokok diharapkan remaja lebih memotivasi diri sendiri



serta menghindari teman sebaya yang aktif merokok.

### 3) Bagi Keluarga

Diharapkan keluarga khususnya orangtua untuk selalu memberikan dukungan dalam bentuk informasional, emosional, penghargaan maupun instrumental kepada remaja agar remaja dapat dengan mudah menghentikan kebiasaan merokoknya

### 5) Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas area penelitian dengan menggunakan sampel yang lebih besar, menggunakan kelompok pembandingan, mengganti atau menambah variabel atau instrumen lain untuk mendapatkan data yang lebih akurat.

Uno B Hamzah. (2016). *Teori Motivasi Dan Pengukuran Analisis Di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi aksara.

Wikipedia. (2019). *Pengertian Berhenti Merokok*. Diakses 10 Februari 2019

Whininda, Rizky Rahmasari. (2015). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja laki-laki Kelas VIII SMPN 2 papar Kediri*. Skripsi Universitas persatuan Guru Republik Indonesia. Kediri.

WHO. (2011). *WHO report on global adult tobacco survey*. Diperoleh tanggal 24 September 2018 dari <http://www.who.int>.

## DAFTAR PUSTAKA

Firzawati. (2014) Analisis Hubungan Umur Pertama kali merokok dengan Konsumsi Rokok. Diakses 10 Februari 2019.

Friedman, Marilyn (2010). *Keperawatan Keluarga Teori dan Praktik Edisi 2*. Jakarta : EGC

Hamalik. (2008). *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru.

Ilham (2015). *WHO: Rokok Menjadi Pembunuh Utama*. Republika.co.od. <http://m.republika.co.id/berita/internasional/global/15/02/05/nj9ojt-whorokok-menjadi-pembunuh-utama>. Diunduh pada tanggal 30 November 2018

Kumalasari. (2013). *Faktor-faktor yang mempengaruhi intensi berhenti merokok pada santri putra di Kabupaten Kudus*. [Thesis]. Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Padjadjaran. Bandung.

Kumbayono. (2011). Analisis faktor penghambat motivasi berhenti merokok berdasarkan Health belief model pada mahasiswa fakultas teknik universitas Brawijaya Malang. *Jurnal Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Brawijaya Malang*

Kusdwiarti, (2009). *Psikologi Perkembangan*. Widia Padjadjaran.

Rizanna. (2010). *Puasa sebagai media mengurangi rokok* dari <http://rizanna.com/index.php/11-tobacco-control/17-remaja-yang-merdeka>. Diperoleh tanggal 14 November 2018