



Sanitas: Journal of Health, Medical, and Psychological Studies

Vol 1 No 2 December 2025, Hal 321-331
ISSN: 3123-4070 (Print) ISSN: 3123-3163 (Electronic)
Open Access: <https://scriptaintelektual.com/sanitas/index>

Peran Dukungan Teman Sebaya dengan Motivasi Berhenti Merokok pada Remaja di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar

Annisa Lutfiana^{1*}, Iwan Ardian², Nutrisia Nu'im Haiya³

¹⁻³ Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

email: annisalutfiana79@gmail.com¹

Article Info :

Received:
12-12-2025
Revised:
24-12-2025
Accepted:
31-12-2025

Abstract

This study aimed to analyze the role of peer support in smoking cessation motivation among adolescents at MTs Al Hamidiyyah WringinJajar. A quantitative empirical study with a cross-sectional design was conducted in August 2025. The population consisted of all ninth-grade students who smoked, totaling 55 respondents, and total sampling was applied. Peer support was measured using a 20-item questionnaire, while motivation to quit smoking was assessed using the Richmond Test. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis, with Somers' d test applied at a significance level of $\alpha = 0.05$. The findings showed that most respondents had moderate peer support and moderate motivation to quit smoking. Statistical analysis revealed a significant positive relationship between peer support and smoking cessation motivation, indicating that higher levels of peer support were associated with stronger motivation to quit smoking. These results highlight the importance of social influences in shaping adolescents' health-related motivation. Strengthening positive peer support within the school environment may serve as an effective strategy to enhance smoking cessation motivation among adolescents and support healthier behavioral change.

Keywords: Peer Support, Smoking Cessation, Motivation, Adolescents, School Health.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran dukungan teman sebaya dalam motivasi berhenti merokok di kalangan remaja di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar. Studi empiris kuantitatif dengan desain cross-sectional dilakukan pada Agustus 2025. Populasi penelitian terdiri dari semua siswa kelas IX yang merokok, dengan total 55 responden, dan metode sampling total digunakan. Dukungan teman sebaya diukur menggunakan kuesioner berisikan 20 item, sedangkan motivasi untuk berhenti merokok dievaluasi menggunakan Richmond Test. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat, dengan uji Somers' d diterapkan pada tingkat signifikansi $\alpha = 0.05$. Temuan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan teman sebaya yang moderat dan motivasi untuk berhenti merokok yang moderat. Analisis statistik mengungkapkan hubungan positif yang signifikan antara dukungan teman sebaya dan motivasi untuk berhenti merokok, menunjukkan bahwa tingkat dukungan teman sebaya yang lebih tinggi terkait dengan motivasi yang lebih kuat untuk berhenti merokok. Hasil ini menyoroti pentingnya pengaruh sosial dalam membentuk motivasi kesehatan remaja. Memperkuat dukungan teman sebaya yang positif di lingkungan sekolah dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan motivasi berhenti merokok di kalangan remaja dan mendukung perubahan perilaku yang lebih sehat.

Kata kunci: Dukungan Teman Sebaya, Berhenti Merokok, Motivasi, Remaja, Kesehatan Sekolah.



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Fenomena perilaku merokok pada remaja telah lama diposisikan sebagai isu kesehatan masyarakat global yang kompleks karena keterkaitannya dengan transisi perkembangan psikososial, pembentukan identitas, serta meningkatnya kerentanan terhadap pengaruh lingkungan sosial, terutama dalam konteks negara berkembang yang mengalami pergeseran pola konsumsi tembakau pada kelompok usia muda. Laporan dan kajian mutakhir menunjukkan bahwa usia inisiasi merokok semakin dini, sementara strategi pengendalian tembakau konvensional cenderung kurang efektif ketika berhadapan dengan dinamika relasi sosial remaja yang sarat dengan kebutuhan afiliasi dan penerimaan kelompok. Perspektif psikologi perkembangan menegaskan bahwa masa remaja merupakan fase krusial ketika orientasi terhadap teman sebaya sering kali melampaui otoritas keluarga dan institusi formal, menjadikan dukungan sosial horizontal sebagai determinan penting dalam pembentukan sikap dan

motivasi perilaku kesehatan, termasuk keputusan untuk berhenti merokok (Hurlock, 2016). Dalam konteks ini, literatur kesehatan remaja mulai menggeser fokus dari pendekatan individualistik menuju kerangka relasional yang menempatkan teman sebaya sebagai agen potensial perubahan perilaku.

Sejumlah penelitian empiris telah mengonfirmasi bahwa motivasi berhenti merokok pada remaja dipengaruhi oleh kombinasi faktor kognitif, afektif, dan sosial, meskipun bobot kontribusi masing-masing faktor masih diperdebatkan. Studi berbasis model Health Belief Model menekankan peran persepsi kerentanan, manfaat, dan hambatan sebagai prediktor utama niat berhenti merokok, namun mengakui bahwa variabel sosial sering kali berfungsi sebagai moderator yang menentukan efektivitas proses kognitif tersebut (Muizzah & Effendi, 2025). Penelitian lain yang menguji perluasan Reasoned Action Approach menunjukkan bahwa norma subyektif memiliki daya prediksi signifikan terhadap intensi berhenti merokok, terutama ketika norma tersebut diinternalisasi melalui interaksi teman sebaya yang berulang dan bermakna (Muntafi, 2024). Temuan ini diperkuat oleh bukti bahwa dukungan teman sebaya tidak hanya berperan dalam normalisasi perilaku merokok, tetapi juga dapat menjadi sumber tekanan positif yang mendorong perubahan perilaku ketika norma kelompok bergeser ke arah kesehatan (Hakim, 2023).

Di sisi lain, literatur juga mengungkap paradoks konseptual terkait peran teman sebaya, karena relasi sebaya dapat berfungsi ganda sebagai faktor risiko maupun faktor protektif. Studi mengenai konformitas menunjukkan bahwa keterikatan sosial yang kuat justru meningkatkan probabilitas merokok ketika kelompok sebaya memandang perilaku tersebut sebagai simbol kedewasaan atau solidaritas (Kharisma et al., 2024), sementara penelitian deskriptif di berbagai wilayah Indonesia masih melaporkan prevalensi merokok remaja yang tinggi dengan dominasi pengaruh lingkungan pertemanan sebagai pemicu awal dan pemelihara kebiasaan merokok (Erlani et al., 2025; Kanan et al., 2025). Ketegangan antara fungsi promotif dan preventif dari dukungan teman sebaya ini menunjukkan adanya celah konseptual dalam literatur, khususnya terkait kondisi-kondisi sosial dan psikologis yang memungkinkan dukungan sebaya bertransformasi dari mekanisme konformitas negatif menjadi sumber motivasi berhenti merokok yang efektif.

Upaya intervensi yang ada hingga saat ini sebagian besar berfokus pada pendekatan terapeutik individual atau kelompok yang dipandu oleh tenaga profesional, seperti terapi kognitif-perilaku dan pendekatan transtheoretical model, yang terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi dan menurunkan frekuensi merokok pada remaja (Azmi & Hartini, 2025; Damayanti et al., 2025; Kusumaningrum et al., 2024). Namun, sebagian besar intervensi tersebut masih memposisikan teman sebaya sebagai partisipan pasif atau sekadar konteks sosial, bukan sebagai aktor utama yang memiliki kapasitas intervensi mandiri. Studi eksploratif mengenai program berhenti merokok berbasis komunitas remaja mengindikasikan bahwa keterlibatan sebaya berpotensi memperluas jangkauan dan keberlanjutan program, meskipun mekanisme psikososial yang mendasarinya belum dielaborasi secara sistematis (Jatmika et al., 2023). Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk menggeser fokus riset dari efektivitas intervensi menuju pemahaman relasional mengenai bagaimana dukungan sebaya bekerja dalam membentuk motivasi internal remaja untuk berhenti merokok.

Urgensi ilmiah dan praktis dari kajian ini semakin menguat ketika dikaitkan dengan temuan bahwa determinan motivasi berhenti merokok pada remaja tidak dapat direduksi hanya pada faktor efikasi diri atau paparan pesan kesehatan formal. Penelitian mengenai persepsi iklan peringatan kesehatan dan self-efficacy menunjukkan hasil yang inkonsisten, terutama ketika remaja berada dalam lingkungan sosial yang permisif terhadap rokok (Putra et al., 2025). Fakta ini mengindikasikan bahwa intervensi berbasis pesan individual berisiko kehilangan daya pengaruh jika tidak diselaraskan dengan dinamika dukungan sosial yang nyata dalam kehidupan sehari-hari remaja. Ketika kebijakan pengendalian tembakau semakin menuntut pendekatan yang sensitif terhadap konteks sosial dan budaya lokal, pemahaman yang lebih tajam mengenai peran dukungan teman sebaya menjadi prasyarat untuk merancang strategi promosi kesehatan yang relevan, berkelanjutan, dan berorientasi pada perubahan perilaku jangka panjang.

Berangkat dari lanskap keilmuan tersebut, penelitian ini menempatkan diri sebagai upaya untuk mengisi kekosongan konseptual dan empiris dengan menelaah secara spesifik hubungan antara dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok pada remaja di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar, sebuah konteks pendidikan berbasis komunitas yang merepresentasikan dinamika sosial remaja di tingkat menengah pertama. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris sejauh mana dukungan teman sebaya berperan sebagai determinan motivasional dalam proses berhenti

merokok, sekaligus menawarkan kontribusi teoretis berupa penguatan kerangka relasional dalam kajian perilaku kesehatan remaja dan kontribusi metodologis melalui pemetaan konteks lokal yang selama ini kurang terwakili dalam literatur internasional. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya memperkaya diskursus akademik mengenai peran faktor sosial dalam motivasi berhenti merokok, tetapi juga menyediakan dasar evidensial bagi pengembangan intervensi berbasis sebaya yang lebih kontekstual dan efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian empiris kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional, di mana pengukuran variabel independen dan dependen dilakukan secara simultan pada satu titik waktu. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2025 di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas IX yang memiliki kebiasaan merokok, dengan jumlah total 55 responden. Mengingat ukuran populasi yang relatif kecil dan homogen, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Kriteria inklusi meliputi siswa kelas IX yang aktif bersekolah, memiliki riwayat merokok, dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi mencakup siswa yang tidak hadir pada saat pengumpulan data atau mengisi kuesioner secara tidak lengkap. Prosedur pengumpulan data dilakukan secara langsung di lingkungan sekolah dengan pendampingan peneliti, setelah memperoleh izin dari pihak sekolah dan persetujuan partisipasi dari responden.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah dukungan teman sebaya, sedangkan variabel dependen adalah motivasi berhenti merokok. Data dikumpulkan menggunakan dua instrumen terstruktur, yaitu kuesioner dukungan teman sebaya yang terdiri dari 20 pernyataan dan instrumen Richmond Test yang terdiri dari 4 pertanyaan untuk mengukur tingkat motivasi berhenti merokok. Seluruh instrumen digunakan sesuai dengan pedoman pengukuran masing-masing variabel dan telah dipahami oleh responden sebelum pengisian. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi masing-masing variabel, serta secara bivariat untuk menguji hubungan antara dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok. Uji statistik yang digunakan pada analisis bivariat adalah Somers' d, dengan tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$, mengingat sifat data yang berskala ordinal. Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, termasuk kerahasiaan data responden, anonimitas identitas, dan persetujuan partisipasi secara sukarela.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden dan Pola Awal Perilaku Merokok Remaja

Karakteristik demografis responden menunjukkan bahwa mayoritas remaja perokok berada pada fase remaja awal, suatu periode perkembangan yang secara psikososial ditandai oleh pencarian identitas dan meningkatnya sensitivitas terhadap pengaruh sosial di luar keluarga inti. Distribusi usia responden memperlihatkan dominasi usia 14 tahun dibandingkan usia 15 tahun, yang mengindikasikan bahwa perilaku merokok telah mengemuka bahkan sebelum remaja memasuki fase pertengahan perkembangan. Pola ini selaras dengan teori perkembangan yang menyatakan bahwa awal masa remaja merupakan fase kritis pembentukan kebiasaan yang berpotensi menetap hingga dewasa apabila tidak diintervensi secara tepat (Hurlock, 2016). Konteks usia ini penting karena kerentanan terhadap tekanan normatif teman sebaya cenderung lebih tinggi pada remaja yang masih berada pada tahap eksplorasi peran sosial. Data kuantitatif pada tabel berikut memberikan gambaran empiris mengenai distribusi usia responden sebagai fondasi analisis selanjutnya.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Usia Responden	Frekuensi	Persentase (%)
14 Tahun	29	52,7
15 Tahun	26	47,3
Jumlah	55	100,0

Sumber: Data peneliti.

Dominasi responden usia 14 tahun mengindikasikan bahwa perilaku merokok telah terinternalisasi sejak fase awal remaja, suatu temuan yang konsisten dengan studi deskriptif mengenai perilaku merokok remaja di berbagai wilayah perkotaan dan semi-perkotaan di Indonesia (Kanan et al., 2025). Usia ini secara psikologis ditandai oleh kebutuhan afiliasi yang kuat, sehingga keputusan perilaku sering kali dibingkai dalam kerangka penerimaan kelompok sebaya. Ketika merokok dipersepsikan sebagai simbol kedewasaan atau solidaritas sosial, remaja cenderung mengadopsinya tanpa pertimbangan kesehatan jangka panjang. Fenomena tersebut juga diperkuat oleh temuan bahwa norma subyektif dari lingkungan pertemanan berkontribusi signifikan terhadap pembentukan sikap terhadap rokok (Hakim, 2023). Dengan komposisi usia yang relatif homogen, sampel penelitian ini memberikan konteks yang relevan untuk menguji peran dukungan teman sebaya secara lebih terfokus.

Usia awal mulai merokok memberikan indikasi lebih mendalam mengenai lintasan perilaku merokok pada responden, karena semakin dini seseorang mulai merokok, semakin besar potensi terbentuknya ketergantungan dan resistensi terhadap upaya berhenti. Rata-rata usia mulai merokok yang berada di bawah 12 tahun menunjukkan bahwa sebagian responden telah terpapar rokok sejak masa pra-remaja. Kondisi ini mencerminkan lemahnya kontrol lingkungan serta kuatnya pengaruh sosial non-keluarga pada usia yang seharusnya masih berada dalam fase perlindungan tinggi. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa paparan awal terhadap rokok sering kali berkaitan dengan lingkungan pertemanan yang permisif dan kurangnya figur model perilaku sehat (Riyadi & Wahyu, 2023). Ringkasan statistik usia mulai merokok disajikan pada tabel berikut sebagai dasar analisis durasi kebiasaan merokok.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Usia Mulai Merokok Responden

Mean	Standar Deviasi	Minimum–Maksimum
11,69	0,879	10–13

Sumber: Data peneliti.

Nilai rata-rata usia mulai merokok yang rendah ini memperkuat argumen bahwa intervensi berhenti merokok tidak dapat hanya difokuskan pada aspek kognitif rasional, karena kebiasaan telah terbentuk sebelum kapasitas reflektif berkembang optimal. Literatur berbasis Health Belief Model menegaskan bahwa persepsi risiko pada usia dini cenderung rendah, sehingga pesan kesehatan formal sering tidak efektif tanpa dukungan sosial yang konsisten (Muizzah & Effendi, 2025). Dalam konteks ini, teman sebaya berpotensi memainkan peran ambivalen sebagai sumber normalisasi perilaku merokok atau sebagai agen perubahan. Usia mulai merokok yang sangat muda juga berkorelasi dengan lamanya durasi merokok, yang berdampak pada tingkat kesulitan berhenti di kemudian hari (Wartini et al., 2024). Temuan ini menegaskan pentingnya membaca motivasi berhenti merokok dalam kerangka perkembangan dan pengalaman merokok kumulatif.

Durasi merokok responden memberikan gambaran mengenai seberapa lama perilaku tersebut telah terintegrasi dalam kehidupan sehari-hari remaja. Mayoritas responden telah merokok selama dua hingga tiga tahun, suatu rentang waktu yang cukup untuk membentuk pola kebiasaan dan asosiasi sosial yang kuat dengan aktivitas merokok. Ketika merokok telah menjadi bagian dari rutinitas sosial, upaya berhenti sering kali dihadapkan pada hambatan berupa kehilangan afiliasi kelompok. Studi mengenai determinan kesulitan berhenti merokok menunjukkan bahwa semakin lama durasi merokok, semakin kompleks faktor psikososial yang terlibat (Welly et al., 2025). Distribusi lama merokok responden dirinci pada tabel berikut untuk memperjelas pola tersebut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Merokok

Lama Merokok	Frekuensi	Persentase (%)
1 Tahun	8	14,5
2 Tahun	13	23,7
3 Tahun	19	34,5
4 Tahun	12	21,8
5 Tahun	3	5,5
Jumlah	55	100,0

Sumber: Data peneliti.

Dominasi durasi merokok tiga tahun mengindikasikan bahwa sebagian besar responden telah memulai merokok sejak usia sekolah dasar akhir, suatu fase yang secara normatif masih sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial terdekat. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa perilaku merokok remaja sering kali dipelajari melalui proses observasional dan interaksi berulang dalam kelompok sebaya (Ramadhini et al., 2025). Ketika perilaku tersebut telah bertahan selama beberapa tahun, motivasi untuk berhenti tidak hanya bergantung pada kesadaran kesehatan, tetapi juga pada kesiapan sosial untuk melepaskan identitas kelompok. Pendekatan transtheoretical model menempatkan individu dengan durasi kebiasaan panjang pada tahap kontemplasi atau persiapan yang memerlukan dukungan sosial intensif (Kusumaningrum et al., 2024). Dengan demikian, lama merokok menjadi variabel kontekstual penting dalam menafsirkan hubungan antara dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti.

Jika ditinjau secara integratif, karakteristik usia, usia mulai merokok, dan lama merokok menunjukkan bahwa responden berada pada kondisi risiko yang relatif tinggi namun masih berada dalam fase perkembangan yang plastis. Plastisitas ini membuka peluang bagi intervensi berbasis sosial yang menargetkan dinamika kelompok sebaya sebagai sumber penguatan positif. Penelitian terdahulu mengenai pola perilaku merokok remaja menekankan bahwa perubahan norma kelompok dapat menghasilkan dampak yang lebih berkelanjutan dibandingkan intervensi individual semata (Sarhini, 2024). Dalam konteks sekolah menengah pertama, hubungan pertemanan bersifat intens dan berulang, sehingga dukungan atau tekanan sosial memiliki daya pengaruh yang besar. Temuan karakteristik responden ini menyediakan landasan empiris untuk memahami mengapa analisis hubungan dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok menjadi relevan secara ilmiah.

Karakteristik responden juga mencerminkan pola sosial yang memungkinkan terjadinya difusi perilaku, baik perilaku merokok maupun perilaku berhenti. Ketika sebagian besar remaja berada pada usia dan pengalaman merokok yang relatif seragam, intervensi yang memanfaatkan pengaruh sebaya berpotensi menghasilkan efek domino dalam kelompok. Studi mengenai peran teman sebaya dalam perilaku berisiko remaja menunjukkan bahwa kohesi kelompok dapat mempercepat adopsi norma baru apabila terdapat figur sebaya yang berfungsi sebagai role model positif (Putri & Wijaya, 2024). Dalam konteks ini, pemahaman mendalam mengenai karakteristik awal responden menjadi prasyarat untuk menafsirkan hasil hubungan statistik yang ditemukan pada analisis lanjutan. Data karakteristik ini juga membantu menghindari generalisasi berlebihan di luar konteks perkembangan yang diteliti.

Dari perspektif metodologis, homogenitas karakteristik responden meningkatkan validitas internal analisis hubungan antarvariabel karena mengurangi variasi yang tidak relevan. Namun, homogenitas tersebut juga menuntut kehati-hatian dalam menafsirkan implikasi eksternal, karena konteks usia dan pengalaman merokok yang spesifik mungkin tidak sepenuhnya merepresentasikan populasi remaja yang lebih luas. Literatur metodologi kesehatan masyarakat menekankan pentingnya membaca hasil penelitian cross-sectional dalam kerangka konteks lokal dan temporal yang jelas (Jatmika et al., 2023). Dengan memahami profil responden secara rinci, pembaca dapat menilai secara kritis kekuatan dan keterbatasan temuan. Karakteristik ini menjadi jembatan analitis menuju pembahasan dukungan teman sebaya sebagai faktor sosial utama.

Secara teoritis, fase remaja awal yang mendominasi sampel penelitian ini merupakan periode ketika regulasi diri masih berkembang dan ketergantungan pada umpan balik sosial sangat tinggi. Hal ini menjelaskan mengapa perilaku merokok dapat bertahan selama beberapa tahun meskipun terdapat pengetahuan tentang dampak negatif rokok. Studi-studi psikologi perkembangan menegaskan bahwa keputusan perilaku pada fase ini lebih banyak dipandu oleh evaluasi sosial dibandingkan pertimbangan kesehatan jangka panjang (Hurlock, 2016). Dengan latar belakang tersebut, dukungan teman sebaya tidak hanya berfungsi sebagai faktor eksternal, tetapi juga sebagai bagian dari sistem regulasi motivasi internal. Karakteristik responden yang terpapar merokok sejak dini memperkuat relevansi analisis hubungan dukungan sebaya dan motivasi berhenti.

Keseluruhan temuan karakteristik responden menunjukkan bahwa penelitian ini beroperasi dalam konteks risiko yang nyata namun juga peluang perubahan yang signifikan. Usia muda, durasi merokok yang relatif panjang, dan pengalaman sosial yang intens menciptakan kondisi di mana intervensi berbasis teman sebaya dapat menjadi strategi yang rasional dan kontekstual. Penelitian terdahulu mengenai perilaku berisiko remaja menegaskan bahwa intervensi yang selaras dengan

dinamika perkembangan memiliki probabilitas keberhasilan yang lebih tinggi (Sa'adah et al., 2025). Temuan ini menggarisbawahi pentingnya mengaitkan hasil statistik dengan kerangka perkembangan dan sosial.

Dukungan Teman Sebaya dan Motivasi Berhenti Merokok pada Remaja

Distribusi dukungan teman sebaya pada responden memperlihatkan bahwa sebagian besar remaja berada pada kategori dukungan yang cukup, suatu kondisi yang mencerminkan adanya interaksi sosial yang tidak sepenuhnya menekan namun juga belum optimal dalam mendorong perubahan perilaku kesehatan. Pola ini mengindikasikan bahwa relasi pertemanan di kalangan responden bersifat ambivalen, karena masih mengandung elemen toleransi terhadap perilaku merokok sekaligus potensi dukungan emosional. Dalam kajian psikologi sosial remaja, kondisi dukungan moderat sering dipahami sebagai ruang transisional yang memungkinkan terjadinya pergeseran norma kelompok apabila terdapat stimulus internal atau eksternal yang memadai. Penelitian mengenai interaksi sosial remaja menunjukkan bahwa kualitas dukungan lebih menentukan arah perilaku dibandingkan kuantitas interaksi itu sendiri (Sa'adah et al., 2025). Gambaran empiris tingkat dukungan teman sebaya disajikan pada tabel berikut untuk memperjelas distribusi tersebut.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Dukungan Teman Sebaya Responden

Dukungan Teman Sebaya	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	9	16,4
Cukup	34	61,8
Tinggi	12	21,8
Jumlah	55	100,0

Sumber: Data peneliti.

Dominasi kategori dukungan cukup menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam jaringan sosial yang berpotensi memfasilitasi perubahan perilaku, namun belum sepenuhnya terarah pada norma kesehatan. Studi tentang konformitas menegaskan bahwa kelompok dengan norma ambigu cenderung lebih mudah mengalami pergeseran nilai dibandingkan kelompok dengan norma yang sangat permisif atau sangat restriktif (Kharisma et al., 2024). Dalam konteks ini, dukungan teman sebaya yang berada pada tingkat sedang dapat menjadi titik masuk strategis untuk intervensi berbasis kelompok. Relasi sebaya yang masih terbuka terhadap pengaruh memungkinkan munculnya figur-figur kunci yang memodelkan perilaku berhenti merokok. Temuan ini menempatkan dukungan teman sebaya sebagai variabel yang dinamis dan kontekstual, bukan entitas statis.

Sebaliknya, proporsi responden dengan dukungan teman sebaya yang rendah menunjukkan adanya kelompok kecil remaja yang relatif terisolasi atau berada dalam lingkungan pertemanan yang kurang suportif. Kondisi ini berpotensi meningkatkan ketergantungan pada rokok sebagai mekanisme koping atau simbol afiliasi alternatif. Penelitian sebelumnya mengaitkan rendahnya dukungan sosial dengan peningkatan perilaku berisiko dan rendahnya keberhasilan upaya berhenti merokok (Welly et al., 2025). Remaja dalam kategori ini cenderung mengalami kesulitan menemukan penguatan positif dari lingkungan sekitarnya. Situasi tersebut mempertegas pentingnya pendekatan yang sensitif terhadap heterogenitas dukungan sosial dalam kelompok remaja.

Kelompok responden dengan dukungan teman sebaya tinggi, meskipun secara proporsional lebih kecil, menunjukkan adanya potensi sosial yang signifikan dalam mendorong motivasi berhenti merokok. Dukungan tinggi sering kali ditandai oleh adanya komunikasi terbuka, empati, dan dorongan eksplisit untuk mengadopsi perilaku sehat. Studi empiris mengenai peran teman sebaya dalam perilaku kesehatan remaja menemukan bahwa dukungan emosional dan instrumental dari teman dapat meningkatkan efikasi diri dalam menghadapi godaan merokok (Putri & Wijaya, 2024). Kehadiran kelompok ini mengindikasikan bahwa norma sehat bukanlah sesuatu yang asing dalam konteks sosial responden. Potensi ini menjadi relevan ketika dikaitkan dengan distribusi motivasi berhenti merokok.

Motivasi berhenti merokok pada responden sebagian besar berada pada kategori sedang, suatu temuan yang mengindikasikan adanya kesadaran awal dan niat untuk berubah, meskipun belum disertai komitmen yang kuat. Kondisi motivasi moderat sering kali diasosiasikan dengan tahap kontemplasi dalam kerangka transtheoretical model, di mana individu mulai mempertimbangkan perubahan namun

masih menghadapi ambivalensi. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pada tahap ini, pengaruh sosial memiliki peran yang sangat menentukan arah keputusan perilaku (Kusumaningrum et al., 2024). Distribusi tingkat motivasi berhenti merokok ditampilkan pada tabel berikut sebagai dasar interpretasi lebih lanjut. Data ini memberikan konteks penting untuk memahami bagaimana dukungan teman sebaya berinteraksi dengan kesiapan psikologis responden.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Motivasi Berhenti Merokok Responden

Motivasi Berhenti Merokok	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	12	21,8
Sedang	37	67,3
Tinggi	6	10,9
Jumlah	55	100,0

Sumber: Data peneliti.

Dominasi motivasi sedang menunjukkan bahwa mayoritas responden belum mencapai tahap aksi, tetapi memiliki potensi untuk digerakkan melalui stimulus yang tepat. Literatur tentang motivasi berhenti merokok menekankan bahwa individu dengan motivasi moderat sangat responsif terhadap dukungan sosial dibandingkan intervensi berbasis informasi semata (Sarhini, 2024). Dalam konteks remaja, dukungan teman sebaya dapat berfungsi sebagai katalis yang mengubah niat menjadi tindakan. Proporsi motivasi tinggi yang relatif kecil mengindikasikan bahwa dorongan internal yang kuat masih jarang muncul tanpa penguatan eksternal yang konsisten. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya membaca motivasi sebagai konstruk yang dapat ditingkatkan melalui relasi sosial.

Kelompok responden dengan motivasi rendah mencerminkan adanya resistensi psikologis atau rendahnya persepsi urgensi untuk berhenti merokok. Studi berbasis Health Belief Model menunjukkan bahwa rendahnya motivasi sering kali berkaitan dengan persepsi manfaat berhenti yang lemah dan dominasi hambatan sosial (Muizzah & Effendi, 2025). Dalam kelompok ini, tekanan normatif dari teman sebaya yang masih merokok dapat memperkuat sikap defensif terhadap perubahan. Kondisi tersebut menuntut pendekatan yang lebih intensif dan berjangka panjang. Keberadaan kelompok bermotivasi rendah menambah kompleksitas interpretasi hubungan dukungan sosial dan motivasi.

Motivasi tinggi yang ditemukan pada sebagian kecil responden menunjukkan bahwa perubahan perilaku tetap memungkinkan meskipun dalam konteks sosial yang belum sepenuhnya mendukung. Individu dengan motivasi tinggi cenderung memiliki efikasi diri yang lebih kuat dan tujuan kesehatan yang lebih terinternalisasi. Penelitian mengenai efikasi diri dan motivasi berhenti merokok menunjukkan bahwa kombinasi dorongan internal dan dukungan sosial menghasilkan probabilitas keberhasilan yang lebih besar (Putra et al., 2025). Kelompok ini berpotensi menjadi agen perubahan dalam lingkungan sekitarnya. Keberadaannya relevan dalam kerangka difusi inovasi perilaku sehat.

Jika dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok dibaca secara berdampingan, terlihat adanya kesesuaian pola antara kategori dukungan moderat dan motivasi sedang. Kesesuaian ini mengindikasikan bahwa lingkungan sosial responden belum sepenuhnya menekan, namun juga belum optimal dalam mendorong perubahan. Studi mengenai norma subyektif menunjukkan bahwa konsistensi pesan dalam kelompok sebaya sangat menentukan penguatan motivasi berhenti (Hakim, 2023). Ketika dukungan berada pada tingkat cukup, motivasi cenderung tertahan pada fase pertimbangan. Temuan ini menegaskan sifat interdependen antara variabel sosial dan motivasional.

Secara konseptual, dukungan teman sebaya dapat dipahami sebagai konteks yang membentuk makna subjektif perilaku berhenti merokok. Ketika berhenti merokok dipersepsikan sebagai tindakan yang dapat diterima atau bahkan dihargai oleh kelompok, motivasi internal memperoleh legitimasi sosial. Penelitian tentang interaksi sosial remaja menunjukkan bahwa makna sosial sering kali lebih berpengaruh dibandingkan pesan kesehatan formal (Ramadhini et al., 2025). Dalam konteks ini, distribusi dukungan dan motivasi yang ditemukan mencerminkan arena negosiasi nilai yang sedang berlangsung. Analisis ini memperkuat argumen bahwa intervensi perlu diarahkan pada penguatan norma kelompok.

Temuan mengenai dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok memberikan dasar empiris untuk memahami kesiapan perubahan pada responden. Mayoritas remaja berada pada kondisi antara, baik dari sisi dukungan sosial maupun motivasi internal, yang menandakan adanya peluang

intervensi yang signifikan. Penelitian sebelumnya mengenai program berhenti merokok berbasis komunitas remaja menunjukkan bahwa fase ini merupakan titik optimal untuk intervensi preventif dan promotif (Jatmika et al., 2023). Dengan membaca distribusi ini secara kritis, penelitian ini menempatkan dukungan teman sebaya sebagai variabel kunci yang dapat dimodifikasi. Analisis ini menjadi pengantar logis menuju pembahasan hubungan statistik antara kedua variabel tersebut.

Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Motivasi Berhenti Merokok pada Remaja

Analisis hubungan antara dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok menunjukkan pola asosiasi yang bermakna secara statistik, yang menegaskan bahwa faktor sosial memiliki peran penting dalam membentuk kesiapan remaja untuk meninggalkan perilaku merokok. Temuan ini relevan dalam konteks penelitian perilaku kesehatan remaja yang menempatkan relasi sebaya sebagai determinan utama di luar faktor individual dan keluarga. Ketika dukungan sosial dipahami sebagai sumber validasi emosional dan normatif, maka hubungannya dengan motivasi berhenti merokok menjadi dapat dijelaskan secara teoritis. Studi-studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa norma dan ekspektasi kelompok dapat memperkuat atau melemahkan intensi perilaku kesehatan (Hakim, 2023). Hasil uji statistik dalam penelitian ini memberikan dasar empiris untuk memperkuat argumen tersebut.

Distribusi silang antara tingkat dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok memperlihatkan kecenderungan yang konsisten, di mana responden dengan dukungan lebih tinggi cenderung memiliki motivasi berhenti yang lebih kuat. Pola ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak hanya berfungsi sebagai latar belakang pasif, tetapi juga sebagai mekanisme aktif dalam proses perubahan perilaku. Dalam kelompok dengan dukungan rendah, mayoritas responden berada pada tingkat motivasi rendah, yang mengindikasikan adanya hambatan sosial terhadap niat berhenti. Sebaliknya, dukungan yang cukup dan tinggi lebih sering berasosiasi dengan motivasi sedang hingga tinggi. Rincian hubungan tersebut disajikan secara kuantitatif pada tabel berikut untuk memperjelas kecenderungan yang diamati.

Tabel 6. Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Motivasi Berhenti Merokok pada Remaja di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar

Dukungan Teman Sebaya	Motivasi Rendah	Motivasi Sedang	Motivasi Tinggi	Total
Kurang	7	2	0	9
Cukup	5	28	1	34
Tinggi	0	7	5	12
Jumlah	12	37	6	55

Sumber: Data peneliti.

Hasil uji Somers' d menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,618 dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$, yang menandakan adanya hubungan positif dengan kekuatan sedang hingga kuat antara dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok. Nilai ini mengindikasikan bahwa peningkatan tingkat dukungan teman sebaya diikuti oleh peningkatan motivasi berhenti merokok secara sistematis. Dalam konteks penelitian sosial kesehatan, koefisien ini mencerminkan hubungan yang substantif, bukan sekadar kebetulan statistik. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menekankan pengaruh signifikan lingkungan pertemanan terhadap perilaku berisiko remaja (Riyadi & Wahyu, 2023). Hubungan yang teridentifikasi memperkuat posisi dukungan teman sebaya sebagai determinan penting dalam model perilaku berhenti merokok.

Secara teoritis, hubungan ini dapat dijelaskan melalui kerangka norma subyektif dan pembelajaran sosial, di mana individu menyesuaikan perilaku dan motivasinya berdasarkan ekspektasi kelompok yang dianggap signifikan. Ketika teman sebaya memberikan dukungan eksplisit atau implisit terhadap perilaku berhenti merokok, remaja memperoleh legitimasi sosial untuk mengubah kebiasaan. Penelitian mengenai intensi berhenti merokok menunjukkan bahwa norma subyektif sering kali memiliki pengaruh yang lebih kuat dibandingkan sikap personal semata (Muntafi, 2024). Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya berfungsi sebagai manifestasi konkret dari norma subyektif tersebut. Dengan demikian, motivasi berhenti merokok tidak dapat dipisahkan dari konteks relasional di mana remaja berada.

Kelompok responden dengan dukungan teman sebaya tinggi menunjukkan proporsi motivasi tinggi yang paling besar dibandingkan kelompok lainnya. Kondisi ini mengindikasikan bahwa dukungan yang kuat tidak hanya mendorong niat berhenti, tetapi juga memperkuat keyakinan diri untuk merealisasikan niat tersebut. Studi tentang efikasi diri dan motivasi berhenti merokok menegaskan bahwa dukungan sosial yang konsisten meningkatkan kemampuan individu untuk mengatasi godaan dan tekanan lingkungan (Putra et al., 2025). Dalam kelompok ini, teman sebaya berpotensi berperan sebagai sumber penguatan positif dan pengingat tujuan kesehatan. Temuan ini memperlihatkan bagaimana dukungan sosial dapat bertransformasi menjadi sumber daya psikologis yang konkret.

Sebaliknya, responden dengan dukungan teman sebaya rendah hampir seluruhnya berada pada kategori motivasi rendah hingga sedang, tanpa satu pun yang mencapai motivasi tinggi. Pola ini menunjukkan bahwa ketiadaan dukungan atau bahkan keberadaan tekanan negatif dari teman sebaya dapat menghambat pembentukan niat berhenti. Penelitian mengenai determinan kesulitan berhenti merokok menunjukkan bahwa lingkungan sosial yang permisif terhadap rokok meningkatkan resistensi terhadap perubahan (Wartini et al., 2024). Dalam konteks ini, merokok berfungsi sebagai alat mempertahankan keanggotaan kelompok. Temuan ini menegaskan bahwa intervensi yang mengabaikan dimensi sosial berisiko mengalami kegagalan.

Kelompok dengan dukungan teman sebaya cukup menunjukkan distribusi motivasi yang terkonsentrasi pada kategori sedang, yang mencerminkan kondisi ambivalen antara keinginan berubah dan keterikatan sosial terhadap perilaku merokok. Ambivalensi ini sering kali menjadi ciri khas remaja yang berada pada tahap kontemplasi perubahan. Pendekatan transtheoretical model menempatkan individu pada tahap ini sebagai target utama intervensi berbasis dukungan sosial dan peningkatan kesadaran (Kusumaningrum et al., 2024). Temuan penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa dukungan moderat belum cukup untuk mendorong lonjakan motivasi ke tingkat tinggi. Kondisi tersebut menuntut strategi yang mampu mengintensifkan kualitas dukungan sebaya.

Hubungan yang ditemukan juga memiliki implikasi penting terhadap efektivitas intervensi psikologis yang telah banyak diteliti, seperti terapi kognitif-perilaku. Studi mengenai CBT menunjukkan bahwa peningkatan motivasi berhenti merokok sering kali lebih efektif ketika intervensi didukung oleh lingkungan sosial yang kondusif (Azmi & Hartini, 2025; Toga & Lafiya, 2025). Tanpa dukungan teman sebaya, perubahan kognitif yang dihasilkan melalui terapi berisiko tidak berkelanjutan. Temuan penelitian ini memperkuat argumen bahwa intervensi individual perlu disinergikan dengan penguatan dukungan sosial. Dukungan teman sebaya dapat berfungsi sebagai perpanjangan efek intervensi psikologis formal.

Dalam perspektif promotif dan preventif, hasil penelitian ini mendukung pengembangan program berhenti merokok berbasis kelompok sebaya di lingkungan sekolah. Penelitian tentang pendekatan holistik dan komunitas menunjukkan bahwa keterlibatan aktif remaja sebagai agen perubahan meningkatkan efektivitas program kesehatan (Damayanti et al., 2025; Jatmika et al., 2023). Temuan hubungan yang signifikan ini memberikan dasar empiris bagi perancangan intervensi yang menempatkan teman sebaya sebagai fasilitator motivasi. Pendekatan semacam ini juga sejalan dengan temuan mengenai peran teman sebaya dalam berbagai perilaku kesehatan dan sosial remaja (Rika et al., 2026). Dengan memanfaatkan struktur sosial yang sudah ada, intervensi berpotensi menjadi lebih berkelanjutan.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan berbagai studi yang menegaskan bahwa perilaku merokok dan upaya berhenti pada remaja tidak dapat dilepaskan dari pola interaksi sosial sehari-hari. Penelitian mengenai faktor penyebab perilaku merokok menunjukkan bahwa relasi sebaya sering kali menjadi pemicu sekaligus pemelihara kebiasaan merokok (Erlani et al., 2025; Rosiana & Putri, 2025). Temuan hubungan positif dalam penelitian ini memperlihatkan sisi lain dari relasi sebaya sebagai sumber solusi, bukan hanya masalah. Dukungan sosial dapat dialihkan dari mekanisme konformitas negatif menjadi alat promosi kesehatan. Transformasi fungsi ini menjadi kunci dalam upaya pengendalian rokok pada remaja.

Hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok menegaskan pentingnya pendekatan relasional dalam memahami dan menangani perilaku merokok remaja. Temuan ini melengkapi literatur yang ada dengan bukti empiris dari konteks sekolah menengah pertama berbasis komunitas. Ketika dukungan sosial diposisikan sebagai determinan utama, intervensi kesehatan perlu dirancang untuk memodifikasi norma dan praktik kelompok, bukan hanya individu. Penelitian ini memperkuat pandangan bahwa motivasi berhenti merokok merupakan hasil interaksi

kompleks antara faktor psikologis dan sosial. Hubungan yang teridentifikasi menjadi dasar ilmiah bagi pengembangan strategi promosi kesehatan remaja yang lebih kontekstual dan berorientasi sosial.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk motivasi berhenti merokok pada remaja di MTs Al Hamidiyyah WringinJajar. Mayoritas responden berada pada tingkat dukungan teman sebaya cukup dan motivasi berhenti merokok sedang, yang mencerminkan adanya potensi perubahan perilaku apabila lingkungan sosial mendukung secara lebih optimal. Analisis bivariat membuktikan adanya hubungan positif yang bermakna antara dukungan teman sebaya dan motivasi berhenti merokok, di mana semakin tinggi dukungan yang diterima, semakin tinggi pula motivasi remaja untuk berhenti merokok. Temuan ini menegaskan bahwa perilaku dan motivasi kesehatan remaja tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, tetapi juga oleh dinamika sosial dalam kelompok pertemanan. Dengan demikian, upaya peningkatan motivasi berhenti merokok pada remaja perlu mempertimbangkan pendekatan berbasis teman sebaya sebagai strategi promotif dan preventif yang relevan di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Azmi, B., & Hartini, N. (2025). Efektivitas Terapi Kelompok Kognitif-Perilaku untuk Mengurangi Perilaku Merokok pada Remaja Laki-laki. *JlIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(10), 11532-11539. <https://doi.org/10.54371/jlrip.v8i10.9498>
- Damayanti, F. E., Yoelianita, B. E., Rudiyanto, R., Sholihin, S., Toga, E., Toga, E., ... & Indriani, N. (2025). Pendekatan Holistik untuk Meningkatkan Motivasi Berhenti Merokok melalui Terapi CBT pada Siswa SMK PGRI Banyuwangi. *Journal of Health Innovation and Community Services*, 4(2), 59-65. <https://doi.org/10.54832/jhics.v4i2.608>
- Erlani, E., Lutfiyyah, L., & Rasman, R. (2025). Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Merokok Pada Remaja di Desa Soga Kabupaten Soppeng. *Sulolipu: Media Komunikasi Sivitas Akademika dan Masyarakat*, 25(2), 285-300. <https://doi.org/10.32382/sulo.v25i2.1774>
- Hakim, A. L. (2023). Norma Subyektif Dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Intensi Berhenti Merokok Pada Remaja Kota Depok. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 18(2), 316-322. <https://doi.org/10.32382/medkes.v18i2.177>
- Hurlock. (2016). *Elizabeth_Hurlock_Psikologi_Perkembangan*.
- Jatmika, S. E. D., Maulana, M., & Apriliyanti, N. (2023). Eksplorasi upaya berhenti merokok pada remaja potensi pengembangan program berhenti merokok melalui posyandu remaja di kampung pengok, kota yogyakarta. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 11(2), 161-174. <https://doi.org/10.31596/jkm.v11i2.1232>
- Kanan, S. D. M. S., Gismin, S. S., & Hayati, S. (2025). Deskripsi Perilaku Merokok Pada Remaja di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 5(2), 497-505. <https://doi.org/10.56326/jpk.v5i2.7081>
- Kharisma, R. S. Z. A., Sary, L., & Aryawati, W. (2024). Konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok mahasiswa. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(2), 6. <https://doi.org/10.47034/ppk.v5i2.7379>
- Kusumaningrum, T. A. I., Umaroh, A. K., Purworini, D., Soekiswati, S., Pristianto, A., Setiyaningrum, Z., ... & Pinandhita, P. S. (2024). Pendampingan Remaja untuk Berhenti Merokok dengan Pendekatan Transtheoretical Model (Stages of Change) di Posyandu Remaja Desa Mliwis Boyolali. *Warta LPM*, 269-281. <https://doi.org/10.23917/warta.v27i2.4445>
- Muizzah, D. N., & Effendi, L. (2025). Determinan Perilaku Merokok pada Remaja Menurut Teori Health Belief Model: Studi Literatur Tahun 2014-2025. *Jurnal Ventilator*, 3(4), 241-252. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v3i4.2152>
- Muntafi, M. S. (2024). Intensi Berhenti Merokok di Kalangan Remaja: Pengujian Perluasan Model Reasoned Action Approach. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 15(2), 68-77. <https://doi.org/10.29080/jpp.v15i2.1289>
- Putra, A. Y., Handayani, T. S., & Sulastri, S. (2025). Self Efficacy Dan Persepsi Iklan Pada Bungkus Rokok Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Remaja Perokok Di Sma Negeri 4 Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Pakar Kesehatan*, 1(2), 77-88. <https://doi.org/10.37676/jpk.v1i2.952>

- Putri, T. A., & Wijaya, D. R. A. Peran Teman Sebaya dalam Menurunkan Perilaku Merokok Pada Remaja Perempuan di Kota Yogyakarta. *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 6(1), 5. <https://doi.org/10.47034/ppk.v6i1.1082>
- Ramadhini, S. P., Etrawati, F., Rahmawaty, A., & Afifah, N. (2025). Pola interaksi sosial dan perilaku merokok di kalangan siswa sekolah menengah pertama. *Psyche 165 Journal*, 32-40. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v18i1.465>
- Rika, R., Azissah, D., & Marlianto, N. (2026). Hubungan Pengetahuan Remaja Dan Peran Teman Sebaya Terhadap Perilaku Pencegahan Kehamilan Pada Usia Remaja Di Sman 02 Seluma Tahun 2025. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 5(1), 391-398. <https://doi.org/10.37676/mude.v5i1.9592>
- Riyadi, S., & Wahyu, D. (2023). Teman Sebaya Mempengaruhi Perilaku Merokok Remaja Pondok Pesantren SMP X di Bantul Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 14(2), 208-215. <https://doi.org/10.36569/jmm.v14i02.353>
- Rosiana, D., & Putri, D. R. (2025). Analisis faktor penyebab perilaku merokok pada siswa remaja kelas XI di SMP X Surakarta. *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 3(1), 150-160. <https://doi.org/10.62383/risoma.v3i1.546>
- Sa'adah, D. Z., Wulandari, T., & Margareta, S. (2025). Peran Lingkungan Teman Sebaya Dalam Kenakalan Remaja Pada Kelas IX SMPN 06 Kota Bengkulu. *Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan (JKIP)*, 6(1), 188-194. <https://doi.org/10.55583/jkip.v6i1.1309>
- Sarbini, S. (2024). Bahaya Rokok Untuk Meningkatkan Kesadaran Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Masa Remaja. *Public Health Journal*, 1(2). <https://doi.org/10.62710/1ywmvb61>
- Toga, E., & Lafiya, R. (2025). Peran Cognitive Behavioral Therapy (CBT) terhadap motivasi berhenti merokok pada siswa SMK: The role of Cognitive Behavioral Therapy (CBT) on smoking cessation motivation among vocational school students. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 11(2). <https://doi.org/10.33023/jikep.v11i2.2507>
- Wartini, S., Santi, T. D., & Arifin, V. N. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kesulitan Berhenti Merokok pada Mahasiswa di Lingkungan Kampus Universitas Muhammadiyah Aceh. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 4(3), 1815-1826. <https://doi.org/10.54082/jupin.593>
- Welly, W., Edwin, V. A., & Putri, A. R. (2025). Determinan Kesulitan Berhenti Merokok Berdasarkan Pengaruh Keluarga, Teman Sebaya, Dan Lingkungan Terhadap Paparan Rokok Pada Anak Smp Serta Sma Di Indonesia. *Nan Tongga Health And Nursing*, 20(2), 109-118. <https://doi.org/10.59963/nthn.v20i2.559>
- Yanti, Y. A. E. S., Safitri, A., Sari, A., Anggraini, D., Suryani, K., & Pranata, L. (2022). Persepsi Remaja Yang Berhenti Merokok Dengan Studi Deskriptif. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 5(1), 26-30. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v5i1.90>