

**PENGARUH KONFORMITAS TERHADAP PERILAKU MEROKOK PESERTA  
DIDIK KELAS X DAN XI DI SMA NEGERI 1  
RANAH BATAHAN**

Anggina Putri Nst<sup>1</sup>, Yasrial Chandra<sup>2</sup>, Joni Adison<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora,  
Universitas PGRI Sumatera Barat

<sup>1</sup>angginaputri957@gmail.com,<sup>2</sup>chandrayasrial@gmail.com,

<sup>3</sup> joni.edison@gmail.com

**ABSTRACT**

*This research is motivated by the phenomenon of students who start smoking due to peer influence, the tendency to follow group habits, and minimal awareness of the dangers of smoking. The purpose of this study is to describe: (1) the level of student conformity, (2) student smoking behavior, and (3) the influence of conformity on smoking behavior in grades X and XI students at SMA Negeri 1 Ranah Batahan. The study used a quantitative approach with a simple linear regression analysis method. The sample consisted of 115 respondents from a total population of 161 students selected through proportional random sampling techniques. The results showed that conformity and smoking behavior were in the fairly high category. It is known that conformity influences smoking behavior by 28%. This study suggests that guidance and counseling teachers and school principals provide intensive education and guidance to reduce the negative influence of conformity on smoking behavior.*

*Keywords: conformity, smoking behavior, students*

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena peserta didik yang mulai merokok akibat pengaruh teman sebaya, kecenderungan untuk mengikuti kebiasaan kelompok, serta minimnya kesadaran akan bahaya merokok. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan: (1) tingkat konformitas peserta didik, (2) perilaku merokok peserta didik, dan (3) pengaruh konformitas terhadap perilaku merokok pada peserta didik kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Ranah Batahan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi linier sederhana. Sampel berjumlah 115 responden dari total populasi 161 peserta didik yang dipilih melalui teknik proportional random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konformitas dan perilaku merokok berada pada kategori cukup tinggi. Diketahui bahwa konformitas berpengaruh terhadap perilaku merokok sebesar 28%. Penelitian ini menyarankan agar guru BK dan kepala sekolah memberikan edukasi serta pendampingan yang intensif untuk menekan pengaruh konformitas negatif terhadap perilaku merokok.

Kata Kunci: konformitas, perilaku merokok, peserta didik

### **A. Pendahuluan**

Perilaku merokok adalah kebiasaan menghisap rokok yang dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental seseorang. Menurut saya perilaku merokok dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti stres, lingkungan sosial, dan kebiasaan. Perilaku merokok dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan, seperti meningkatkan risiko penyakit jantung, kanker, dan gangguan pernapasan. Selain itu, perilaku merokok juga dapat mempengaruhi penampilan dan kualitas hidup seseorang.

Perilaku merokok sangat sulit untuk dihentikan, karena nikotin dalam rokok dapat menyebabkan ketergantungan fisik dan psikologis. Namun, dengan kesadaran dan kemauan yang kuat, seseorang dapat mengatasi perilaku merokok dan meningkatkan kesehatan mereka. Dengan demikian, perlu meningkatkan kesadaran diri tentang bahaya perilaku merokok dan membuat keputusan yang lebih sehat. Seseorang perlu mempertimbangkan dampaknya pada kesehatannya dan membuat pilihan yang lebih baik untuk dirinya sendiri.

Konformitas adalah kecenderungan untuk menyesuaikan diri dengan norma-norma atau perilaku kelompok, bahkan jika itu berarti mengorbankan pendapat atau keinginan pribadi. Menurut saya konformitas dapat mempengaruhi keputusan dan perilaku seseorang, terutama ketika seseorang tersebut berada di lingkungan sosial yang kuat. Ia akan merasa ingin diterima dan dihargai oleh orang lain, sehingga cenderung untuk mengikuti perilaku atau pendapat kelompok, bahkan jika ia tidak sepenuhnya setuju. Namun, konformitas juga dapat membuat seseorang kehilangan identitas dan otonomi pribadi. Saya berpikir bahwa konformitas dapat memiliki dampak positif dan negatif. Di satu sisi, konformitas dapat membantu seseorang untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial dan membangun hubungan dengan orang lain. Namun, di sisi lain, konformitas juga dapat membuat seseorang kehilangan kebebasan untuk membuat keputusan sendiri dan mengembangkan pendapat pribadi.

Menurut Andriani (2010:2) rokok adalah silinder dari kertas

berukuran panjang 70 hingga 120 mm (bervariasi) dengan diameter sekitar 10 mm. Di dalamnya berisi daun-daun tembakau yang telah dicacah. Untuk menikmatinya salah satu ujung rokok dibakar dan dibiarkan membara agar asapnya dapat dihirup lewat mulut pada ujung lain.

Munir (2019: 133) mengungkapkan bahwa data WHO pada tahun 2011, menyebutkan bahwa perokok tidak saja dilakukan oleh pria, namun juga oleh wanita. Data global menyatakan bahwa 63% pria adalah perokok dan sisanya sebagai sebanyak 4,5% adalah perokok wanita. Sedangkan statistik perokok dari kalangan remaja Indonesia, yaitu 24,1% remaja pria adalah merokok dan 4,0% remaja wanita adalah perokok.

Parawansa (2022:3) konformitas adalah kecenderungan individu untuk mengikuti pendapat, nilai, kebiasaan, kegemaran atau keinginan teman sebaya. Dalam hal ini kelompok teman sebaya adalah sekelompok anak yang mempunyai kesamaan dalam minat, nilai-nilai, sifat kepribadian dan kesamaan, inilah yang menjadi faktor utama pada anak dalam menentukan daya tarik

hubungan interpersonal dengan teman seusianya.

Berdasarkan observasi awal bulan 22 Juli sampai 21 Desember 2024 di SMA Negeri 1 Ranah Batahan melalui pengamatan bahwa peserta didik yang merokok cenderung bergaul dengan teman-teman yang juga merokok, dan seringkali terlibat dalam kegiatan sosial yang berkaitan dengan merokok. Mereka seringkali merokok di tempat-tempat tersembunyi seperti toilet atau di luar sekolah. Selain itu, dari observasi yang saya lakukan menunjukkan bahwa peserta didik yang merokok memiliki hubungan yang erat dengan teman-teman yang juga merokok. Mereka seringkali berbagi rokok dan mengajak teman-teman untuk merokok bersama. Hal ini menunjukkan bahwa tekanan dari teman-teman dan lingkungan sekitar menjadi faktor yang mempengaruhi perilaku merokok.

Hal ini sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru Bimbingan dan Konseling yang dimana banyak sekali permasalahan yang dialami oleh peserta didik karena tekanan sosial dari teman-teman dan lingkungan sekitar. Hal itu disampaikan berdasarkan fakta yang ia lihat dari contohnya seperti peserta

didik yang kedapatan merokok bersama-sama di belakang gudang sekolah dan peserta didik yang menjual rokok maupun mengajak peserta didik lainnya untuk merokok, dapat di perkirakan 65% persen nama peserta didik yang masuk di buku kasus BK di SMA Negeri 1 Ranah Batahan itu karna kasus merokok.

Dari pembahasan tersebut, bisa dilihat bahwa konformitas ini membawa pengaruh yang cukup besar terhadap perilaku merokok peserta didik. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut masalah tersebut dengan judul “Pengaruh Konformitas Terhadap Perilaku Merokok Peserta Didik Kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Ranah Batahan”.

**B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif korelasional dan teknik analisis regresi linier sederhana. Populasi penelitian adalah seluruh peserta didik kelas X dan XI yang berjumlah 161 orang. Sampel ditentukan sebanyak 115 orang melalui teknik proportional random sampling dan perhitungan rumus Slovin.

Instrumen yang digunakan adalah angket skala Likert yang mengukur dua variabel: konformitas (variabel X) dan perilaku merokok (variabel Y). Validitas dan reliabilitas instrumen diuji menggunakan korelasi item-total dan Cronbach's Alpha.

Analisis data dilakukan melalui uji persentase dan regresi linier sederhana untuk melihat seberapa besar pengaruh konformitas terhadap perilaku merokok.

**C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Rekapitulasi deskripsi hasil penelitian pengaruh konformitas terhadap perilaku merokok peserta didik kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Ranah Batahan diuraikan dalam Tabel berikut :

Variabel/ Indikator	Jumlah Persentase (%)				
	ST	T	CT	R	SR
Konformitas	0,9%	20%	71,3%	6,9%	0,9%
Kekompakan Kelompok	0,9%	19,1%	69,5%	9,6%	0,9%
Kesepakan Kelompok	0,9%	26%	60%	12,2%	0,9%
Ketaatan Kelompok	4,3%	27,8%	55,7%	11,3%	0,9%

Variabel/ Indikator	ST	T	CT	R	SR
Perilaku Merokok	0%	32,2%	64,3%	3,5%	0%
Fungsi Merokok	5,2%	53%	35,7%	6,1%	0%
Intensitas Merokok	0%	5,2%	68%	20,8%	6%
Tempat Merokok	0%	7%	50,4%	41,7%	0,9%
Waktu Merokok	6%	50,4%	41,8%	1,8%	0%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa konformitas berada pada kategori cukup tinggi dan perilaku merokok peserta didik juga berada pada kategori cukup tinggi dan terdapat pengaruh antara konformitas dengan perilaku merokok yang cukup kuat.

**1. Perilaku Merokok Peserta Didik Kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Ranah Batahan.**

Dapat dilihat dari hasil penelitian perilaku merokok peserta didik berada pada kategori cukup tinggi dengan 74 responden dan presentase 64,3% berada pada kategori cukup tinggi.

Sejalan dengan penelitian diatas, Penelitian Sari

(2020) juga menunjukkan hasil yang serupa, yaitu perilaku merokok pada remaja berada pada kategori cukup tinggi, sehingga memperkuat temuan bahwa perilaku merokok pada remaja masih menjadi masalah yang perlu diperhatikan.

Jadi perilaku merokok peserta didik kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Ranah Batahan berada pada kategori cukup tinggi dengan persentase 64,3%. Artinya sebagian besar pesera didik memiliki tingkat perilaku merokok yang cukup tinggi.

**2. Konformitas Peserta Didik Kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Ranah Batahan.**

Dapat dilihat konformitas peserta didik terdapat sebanyak 82 responden dengan persentase 71,3% berada pada kategori cukup tinggi.

Penelitian Rina Fitriana (2019) juga menunjukkan hasil yang serupa, yaitu konformitas memiliki pengaruh yang cukup tinggi terhadap perilaku merokok remaja, dengan persentase yang signifikan, sehingga memperkuat temuan bahwa tekanan sosial dan keinginan untuk menyesuaikan diri dengan kelompok sebaya dapat

mempengaruhi perilaku merokok remaja.

Jadi konformitas peserta didik kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Ranah Batahan berada pada kategori cukup tinggi dengan persentase 71,3%. Artinya sebagian besar peserta didik memiliki tingkat konformitas yang cukup tinggi.

### **E. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Ranah Batahan, dapat disimpulkan bahwa konformitas memiliki pengaruh terhadap perilaku merokok peserta didik kelas X dan XI. Konformitas peserta didik berada pada kategori cukup tinggi, yang menunjukkan bahwa tekanan atau dorongan dari kelompok teman sebaya memiliki peran besar dalam memengaruhi keputusan individu untuk merokok. Perilaku merokok peserta didik juga tergolong cukup tinggi, ditunjukkan dengan frekuensi dan intensitas merokok yang signifikan. Hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan bahwa konformitas memberikan kontribusi sebesar 28% terhadap perilaku merokok peserta didik, sementara sisanya dipengaruhi oleh

faktor lain yang tidak diteliti dalam studi ini. Temuan ini mengindikasikan bahwa upaya pencegahan perilaku merokok pada remaja perlu mempertimbangkan dinamika sosial dalam kelompok teman sebaya dan memberikan edukasi yang dapat memperkuat kontrol diri serta kesadaran terhadap risiko merokok.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dewi, R. (2019). Pengaruh Faktor Lingkungan terhadap Tempat Merokok pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 12-20.
- Durkheim, É. (1895). *Aturan-aturan metode sosiologi*.
- Fitriana, R. (2019). Pengaruh Konformitas terhadap Perilaku Merokok pada Remaja. Skripsi, Universitas Gadjah Mada.
- Imam, Ghozali. (2017). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit UNDIP.
- Isan, Imamul. (2020). *Pengantar Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Zahir Publishing. Kadisoka RT. 05 RW. 02, Purwomartani, Kalasan, Sleman, 55571.
- Kurniawan, Henry, dkk. (2024). *Buku Ajar Statistika Dasar*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia, hal 98.
- Laili, Nur. (2022). *Teori Dasar Memahami Perilaku*. Jakarta: Guepedia.
- Lubis, P. M. (2022) *Faktor-Faktor*

- Penyebab Kecendrungan Remaja Merokok di SMA Istiqal Delitua.*
- Mardison, Safri. 2016. "Konformitas Teman Sebaya Sebagai Pembentuk Perilaku Individu." *Jurnal Al-Taujih*2(1):78–90.
- Molina, Molina. 2016. "Hubungan Antara Konformitas Terhadap Perilaku Merokok." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 4(1): 143–50.
- Mardison, Safri. 2016. "Konformitas Teman Sebaya Sebagai Pembentuk Perilaku Individu." *Jurnal Al-Taujih* 2(1): 78–90. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/article/view/941>
- Munir, M. (2019). *Gambaran Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-laki.* *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 112. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v12i2.10553>.
- Nugroho, A. (2019). Analisis Konformitas terhadap Perilaku Merokok pada Kelompok Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 45-56.
- Ogden, J. (2000). *Health Psychology: A Textbook.* Buckingham: Open University Press.  
<http://digilib.unila.ac.id/id/eprint/66536>
- Yogi Fernando, Popi Andriani, & Hidayani Syam. (2024). Pentingnya Motivasi Belajar dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *ALFIHRIS : Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 2(3), 61–68. <https://doi.org/10.59246/alfihris.v2i3.843>
- Zakiya, H. A. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua terhadap Motivasi Belajar Pada Siswa Sekolah Dasar. *Pendidikan*, 1(April), 124.
- Wibowo, A. (2020). Analisis Fungsi Merokok pada Remaja. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.