HUBUNGAN *STRESS LEVEL* DAN MEKANISME KOPING DENGAN *SMOKING BEHAVIOUR* PADA REMAJA PERTENGAHAN DI SMA X KOTA BANDUNG

Yuhana Nataliya¹, Dior Manta Tambunan^{2,*}

¹Murni Teguh Naripan Bandung

²Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh Medan

*Koresponding: dior.endlessbay@gmail.com

Abstract

Smoking behavior is a person's activity as a response to a stressful stimulus that influences his or her actions to carry out smoking activities. The aim of this research was to determine the relationship between stress levels and coping mechanisms with smoking behavior in middle adolescents in X Senior High School at Bandung City. The objective of this study is to identify the relationship of stress level and Coping mechanism with smoking behaviour on middle adolescent. The research method is Quantitative with cross sectional design. The population in this research was all 300 children in their middle adolescents who attended. The sampling technique was random sampling. The number of samples in this study was 171 respondents using the Slovin formula. Data analysis used the Spearman Rho test and Manova test. The results of this research using the Spearman test show that there is a relationship between stress level and coping mechanisms and smoking behavior with p -value < 0.05 . The Manova test explains that there is a relationship between stress level and smoking behavior with p -value < 0.05 . On the other hand, there is no relationship between coping mechanisms and smoking behavior with p -value > 0.05 . It is recommended to conduct further research by adding social pressure variables.

Keywords: Coping Mechanism, Middle Adolescents, Smoking Behavior, Stress Level

Abstrak

Perilaku merokok merupakan aktivitas seseorang sebagai bentuk respon terhadap suatu rangsang stres yang mempengaruhi tindakannya untuk melakukan aktivitas merokok. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *stress level* dan mekanisme koping dengan *smoking behavior* pada remaja pertengahan di SMA X Kota Bandung. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan *stress level* dan mekanisme koping dengan *smoking behaviour* pada remaja pertengahan. Metode penelitian menggunakan Kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak-anak remaja usia remaja pertengahan yang bersekolah di SMA X yang berjumlah 300 orang. Teknik pengambilan sampling adalah *Random sampling*, Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 171 responden dengan menggunakan rumus slovin. Analisa data menggunakan uji *Spearman Rho* dan Uji Manova. Hasil penelitian ini dengan uji Spearman menunjukkan adanya hubungan *stress level* dan mekanisme koping dengan *smoking behavior* dengan nilai p -value < 0.05 . Uji manova menjelaskan bahwa ada hubungan antara *stress level* dengan *smoking behavior* dengan p -value $< 0,05$. Sebaliknya tidak ada hubungan antara mekanisme koping dengan *smoking behavior* dengan p -value $> 0,05$. Direkomendasikan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan menambahkan variabel tekanan sosial.

Kata Kunci: Mekanisme Koping, Remaja Pertengahan, Smoking Behavior, Stress Level

PENDAHULUAN

Perkembangan remaja merupakan fase seseorang mengalami perubahan dari fase kanak – kanak menuju kedewasaan. Masa remaja sering dianggap sebagai fase perpanjangan dari masa kanak – kanak sebelum menginjak dewasa (Pranatha et al., 2023). Dalam fase remaja, individu mengalami transisi dan gejolak emosi akibat perubahan antara kanak – kanak dengan masa dewasa (Agustina et al., 2023). Fase ini juga berada di kategori yang ‘abu – abu’, dimana seorang individu tidak dianggap sebagai kanak – kanak namun belum cukup dewasa untuk mengambil keputusan sendiri. Menurut psikolog G.Stanley Hall, masa remaja berada dalam masa badai dan tekanan mental, atau dalam fase transformasi dimana kondisi badan, otak, dan emosi seorang individu menghasilkan ketidakbahagiaan dan keraguan diri, serta konflik terhadap lingkungannya (Sugiyono, 2024).

World Health Organization (WHO) menyebutkan terdapat 3 klasifikasi fase pertumbuhan remaja. Masa remaja fase awal dialami di usia 10 – 13 tahun, dilanjutkan dengan fase pertengahan di usia 14 – 17 tahun, dan dewasa muda pada usia 17 – 19 tahun atau bisa disebut juga usia remaja akhir (*World Health Organization (WHO), 2020*). Masa remaja pertengahan berada pada rentang usia 15 – 17 tahun yang diawali dengan munculnya kapasitas kognitif baru. Remaja pada rentang usia ini sangat mengandalkan teman sebaya, mulai mendapatkan kematangan dalam tingkat perilaku, mengatur perilaku, dan membuat penilaian awal terhadap tujuannya. Disamping itu, ketertarikan terhadap lawan jenis seksual menjadi sangat krusial. Masa remaja proses tumbuh dan kembang, yang hidup dalam suatu lingkungan dan selalu mengalami perkembangan, dalam proses perkembangan tersebut akan selalu mengalami tuntutan, hal ini mengakibatkan suatu polemik dalam

pribadinya yang dikenal istilah stress (Suryana et al., 2022).

Stres merupakan suatu peristiwa atau permasalahan yang pasti dialami oleh anak remaja terutama pertengahan dan merupakan respon individu terhadap perubahan dalam sebuah situasi atau bisa juga berada dalam situasi yang mengancam. Keadaan akan membuat perubahan dimana membutuhkan respon, regulasi ataupun adaptasi fisik, emosional dan psikologis yang diperoleh dari situasi, pemikiran, dan kondisi dimana akan menyebabkan terjadinya kegugupan, kecemasan, frustrasi, dan kemarahan (Nur & Mugi, 2021). Dilansir dari Badan Pusat Statistik (BPS) per 2020, jumlah penduduk di Indonesia adalah sebanyak 270.203.917 jiwa dengan pembagian berdasarkan jenis kelamin laki – laki sejumlah 136.661.899 jiwa dan perempuan sejumlah 133.542.018 jiwa. Berdasarkan usia, remaja usia 10 – 14 tahun di Indonesia berjumlah 22.195.880 jiwa dan untuk usia 15-19 tahun berjumlah 22.312.590 jiwa. Di Jawa Barat sendiri, menurut BPS populasi remaja usia 15 – 19 tahun per tahun 2020 berjumlah 4.075.638 jiwa (Statistik, 2020).

Data UNICEF menyebutkan per tahun 2023, populasi remaja berjumlah 1.307.763.715 jiwa dengan kategori rentang usia 10 – 19 tahun (UNICEF Indonesia, 2023). Usia remaja pertengahan ini masih dalam fase perkembangan kognitif dan emosional, sangat berisiko untuk dipengaruhi oleh lingkungan sekitar (Amdadi et al., 2021). Data dari WHO menunjukkan bahwa tingkat perilaku merokok usia remaja di kisaran usia 15 tahun masih cukup mengkhawatirkan. 15% dari populasi remaja menyatakan bahwa mereka merokok setidaknya sekali dalam 30 hari terakhir dan satu dari tiga orang yang diwawancarai mengaku pernah merokok (*World Health Organization (WHO), 2020*).

Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) menunjukkan peningkatan prevalensi perokok dari tahun 2013 – 2019, terutama pada usia anak dan remaja. Dalam kurun waktu 5 tahun terakhir, perokok usia remaja mengalami peningkatan sebesar 2% lebih. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menyatakan prevalensi perokok di rentang usia 10 – 18 tahun naik menjadi 9,1% pada tahun 2018. Peningkatan ini sejalan dengan data survei *Global Youth Tobacco* tahun 2019, dimana terdapat peningkatan prevalensi perokok pada remaja usia 13 – 15 tahun menjadi 19%. Dikutip dari Open Data Jabarprov, prevalensi perokok di provinsi Jawa Barat berada pada rentang 21,6% - 31,9%, namun tidak ditemukan data spesifik mengenai prevalensi perokok berdasarkan rentang usia (BPS, 2023).

Pengguna tembakau akibat perilaku ini membunuh lebih dari 8 juta per tahun dengan estimasi tujuh juta orang merupakan perokok yang aktif dan sekitar satu juta orang perokok pasif (Muslim et al., 2023). *World Health Organization* (WHO) menyebutkan pada tahun 2020 tercatat sebanyak sembilan ratus juta perokok di dunia merupakan remaja usia 15 tahun ke atas. Angka tersebut meningkat sekitar 35 juta orang (3,41%) dari data tahun 2015. Masa remaja merupakan masa transisi kehidupan dari kanak-kanak menuju dewasa, yang terhitung sejak usia 10 sampai 19 tahun. Data WHO menyebutkan populasi remaja per tahun 2020 di seluruh dunia berada pada angka 1,8 milyar orang atau sekitar 18% dari jumlah penduduk dunia, didukung oleh data sensus penduduk Indonesia melalui Badan Pusat Statistik (BPS) Nasional Indonesia, penduduk Indonesia berjumlah 272.682.515 jiwa dengan 137.871.054 jiwa penduduk laki-laki dan 134.811.461 jiwa penduduk perempuan sedangkan penduduk Jawa Barat berjumlah 48.783 jiwa pada tahun 2021

(*World Health Organization* (WHO), 2020).

Kondisi ini membutuhkan suatu adaptasi yang dikenal dengan istilah koping mekanisme. Koping akan mencari cara untuk meringankan dampak masalah yang dialami oleh remaja usia pertengahan. Banyak penelitian yang sudah mengungkapkan hubungan antara tingkat stress remaja, perilaku merokok pada remaja, dan mekanisme koping remaja. Penelitian sebelumnya yang dilakukan di SMPN 20 Semarang dengan judul “Hubungan Antara Mekanisme Koping dengan Perilaku Merokok Pada Remaja” menunjukkan bahwa dari 110 siswa laki – laki di SMPN 20 Semarang, 65 siswa atau 59,1% responden ada pada kategori koping adaptif dan 45 siswa atau 40,9% responden ada pada kategori koping maladaptif. Kemudian, sebanyak 12 siswa (10,9%) termasuk pada kategori perokok ringan dan 98 siswa (89,1%) pada kategori perokok sedang. Hasil analisis bivariat menggunakan *Mann withney*, didapatkan nilai signifikansi $P = 0,037 (< 0,05)$ yang berarti ada hubungan antara mekanisme koping dengan perilaku merokok pada responden siswa SMP (Putri, 2021b). Penelitian di SMAN 5 Lubuklinggau menunjukkan dari 53 responden, diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden (67,9%) siswa mengalami tingkat stres sangat berat, 69,8% responden berfokus pada mekanisme koping berfokus emosi, dan mayoritas responden (64,2%) merokok. Hasil analisis bivariat dari penelitian ini menunjukkan nilai $P=0,028$ yang bermakna signifikan pada tingkat stres dengan perilaku merokok dan $P=0,028$ yang bermakna signifikan antara mekanisme koping dengan perilaku merokok (Handayani, 2021). Penelitian lain yang menghubungkan tingkat stres dengan perilaku merokok dengan jumlah sampel 50 responden menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara tingkat stress dengan perilaku merokok dengan nilai $P= 0,035$ yang bermakna signifikan

(<0,05) (Wibisana, Hastuti & Retnowati, 2019). Penelitian berikutnya di Samarinda yang berfokus pada hubungan tingkat stres dengan perilaku merokok dengan sampel sebanyak 49 orang remaja dengan menggunakan metode *total sampling*. Analisis data uji Spearman dan analisa korelasi tingkat stres dengan perilaku merokok didapatkan hasil nilai $r=0,407$ dan nilai $p=0,004$ dimana nilai $p<0,05$ yang bermakna signifikan bahwa terdapat korelasi positif antara tingkat stres dengan perilaku merokok (Zakiah et al., 2023)

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Stress Level Dan Mekanisme Koping Dengan Smoking Behaviour Pada Remaja Pertengahan di SMA X Kota Bandung.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian dengan metode kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan sebuah metode penelitian yang menggunakan banyak angka di dalamnya. Metode ini juga dikategorikan ke dalam metode ilmiah karena memenuhi seluruh kaidah keilmiah penelitian, yakni objektif, terukur, konkrit, sistematis, dan rasional (Sugiyono, 2024; Simanullang & Tambunan, 2023).

Penelitian menggunakan rancangan *cross sectional*, yaitu penelitian dengan cara mengamati beberapa variabel penelitian secara serentak pada suatu periode tertentu (Notoatmojo, 2018) metode survei penelitian dilakukan dengan instrumen kuesioner yang terbagi menjadi tiga kuesioner berbeda sesuai dengan variabel yang diteliti dan instrumen diadopsi dari penelitian sebelumnya. Pengisian instrumen kuesioner dilakukan oleh setiap responden secara tertutup. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak-anak remaja usia remaja pertengahan yang bersekolah di SMA X Kota Bandung yang berjumlah 300 orang.

Teknik pengambilan sampling adalah *Random sampling*, Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 171 responden dengan menggunakan rumus slovin.

Penelitian dilakukan pada bulan April – Juli 2024. Uji normalitas data menggunakan Kolmogorov Smirnov dan data tidak berdistribusi normal dengan nilai $p < 0,05$. Maka analisa data bivariat menggunakan uji non parametrik *Spearman Rho* dan Uji multivariat menggunakan uji Manova.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin:		
Laki-Laki	63	36,8%
Perempuan	108	63,2%
Umur:		
16 tahun	67	39,2%
17 tahun	104	60,8%
Merokok:		
Ya	45	26,3%
Tidak	126	73,7%
Total	171	100%

Berdasarkan data tabel 1 diatas menggambarkan distribusi frekuensi jenis kelamin responden mayoritas perempuan sebanyak 108 orang (63%). Distribusi frekuensi umur responden mayoritas umur 17 tahun sebanyak 104 orang (60,8%). Distribusi frekuensi merokok responden mayoritas tidak merokok sebanyak 126 orang (73,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Stress Level Pada Remaja Pertengahan Di SMA X Kota Bandung

Stress Level	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	30	17,5%
Sedang	141	82,5%
Berat	0	0%
Total	171	100%

Berdasarkan data tabel 2 diatas menunjukkan bahwa *stress level* pada

remaja pertengahan di SMA X mayoritas dalam kategori sedang sebanyak 141 orang (82,5%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Mekanisme Koping Pada Remaja Pertengahan Di SMA X Kota Bandung

Mekanisme Koping	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Maladaptif	153	89,5%
Adaptif	18	10,5%
TOTAL	171	100%

Berdasarkan data tabel 3 diatas menunjukkan bahwa mekanisme koping pada remaja pertengahan di SMA X mayoritas dalam kategori maladaptif sebanyak 153 orang (89,5%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Smoking Behavior Pada Remaja Pertengahan Di SMA X Kota Bandung

Smoking Behavior	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	142	83,0%
Sedang	5	2,9%
Berat	24	14,0
TOTAL	171	100%

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa *smoking behaviour* pada remaja pertengahan di SMA X mayoritas dalam kategori ringan sebanyak 142 orang (83,0%).

ANALISA BIVARIAT

Tabel 5. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov Smirnov	
Test Statistic	Asymp-Sig. (2-tailed)
0.194	0.000

Berdasarkan hasil dari pengujian normalitas, ditemukan bahwa Asymp-Sig $0,000 < 0,05$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa asumsi normalitas data tidak terdistribusi normal, maka langkah selanjutnya adalah melanjutkan pengujian menggunakan metode korelasi non parametrik Spearman.

Tabel 6. Uji Korelasi Spearman: Hubungan Stress Level Dengan Smoking Behavior Pada Remaja Pertengahan Di SMA X Kota Bandung

		X1	Y
X1	Correlation Coefficient	1.000	-.753 ^{**}
	Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	171	171
Y	Correlation Coefficient	-.753 ^{**}	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	171	171

Berdasarkan data tabel 5 diatas menunjukkan bahwa adanya hubungan signifikan antara variable penggunaan *stress level* (X1) dan *smoking behaviour* (Y) dengan nilai $P = 0,000$ ($\alpha < 0,05$), demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi negatif kuat antara *stress level* dengan *smoking behaviour* dikarenakan *correlation coefficient* -0,753.

Tabel 7. Uji Korelasi Spearman: Hubungan Mekanisme Koping Dengan Smoking Behavior Pada Remaja Pertengahan Di SMA X Kota Bandung

		X2	Y
X2	Correlation Coefficient	1.000	-.155 [']
	Sig. (2-tailed)	.	.043
	N	171	171
Y	Correlation Coefficient	-.155 [']	1.000
	Sig. (2-tailed)	.043	.
	N	171	171

Berdasarkan hasil uji Spearman diatas menunjukkan bahwa adanya hubungan signifikan antara variable mekanisme koping (X2) dengan *smoking behaviour* (Y) dengan nilai $P = 0,043$ ($\alpha < 0,05$), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa derajat hubungan adalah korelasi negatif lemah antara mekanisme koping dengan *smoking behaviour* dikarenakan *correlation coefficient* -0,155.

ANALISA MULTIVARIAT

Tabel 7. Hubungan *Stress Level* dan Mekanisme Koping Dengan *Smoking Behavior* Pada Remaja Pertengahan Di SMA X Kota Bandung (*Test-Of Between-Subject Effect*).

Source	Independen Variable	Type III Sum Of Square	df	Mean Square	F	Sig.
<i>Smoking Behaviour</i>	<i>Stress Level</i>	15.449	2	7.724	139.712	.000
	Mekanisme Koping	.387	2	.193	2.068	.130

Sumber: *Data Diolah Peneliti, 2024*

Berdasarkan data diatas menunjukkan uji *test of between-subject effects* menggunakan uji Manova didapatkan bahwa ada hubungan signifikan antara variabel *stress level* dengan *smoking behaviour* $p = 0,000$ ($\alpha < 0,05$) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *stress level* menunjukkan hubungan pada variabel *smoking behavior*. Pada variabel mekanisme koping dengan *smoking behaviour* diperoleh nilai signifikansi $p = 0,130$ ($\alpha > 0,05$) dapat disimpulkan bahwa mekanisme koping tidak menunjukkan hubungan pada variabel *smoking behavior*.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Pada penelitian di SMA X menunjukkan bahwa usia mayoritas responden 17 tahun sebanyak 104 orang dengan persentase 60,8% usia 16 tahun sebanyak 67 orang dengan persentase 39,2%. Responden mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 108 orang dengan persentase 63,2%, responden berjenis kelamin pria sebanyak 63 dengan persentase 36,8%. Kemudian mayoritas responden tidak merokok sebanyak 126 orang dengan persentase 73,3%, responden merokok sebanyak 45 orang dengan persentase 26,3%. Distribusi frekuensi *stress level* menunjukan mayoritas mengalami stress sedang dengan frekuensi 141 orang dengan persentase 82,5 %. Distribusi

frekuensi mekanisme koping mayoritas siwa mengalami mekanisme koping maladaptif sebanyak 153 dengan persentase 89,5%. Distribusi frekuensi *smoking behaviour* mayoritas dalam kategori ringan sebanyak 142 orang dengan persentase 83,0%. Hasil Penelitian sebelumnya (Adhirahmawati, 2019) menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 16-17 tahun sebanyak 31 orang dengan persentase 59,6%, usia 15 tahun sebanyak 30 orang dengan persentase 38,5%, dan usia >17 tahun sebanyak 1 orang dengan persentase 1,9%. Mayoritas jenis kelamin responden adalah laki-laki sebanyak 52 orang dengan persentase 100%, Sebanyak 16% atau 8 orang subjek mengatakan merokok untuk menghilangkan stres dan *bad mood*.

Studi lain terdahulu (Syarif et al., 2019) menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 24 orang dengan persentase 100%, mayoritas responden berusia 11-15 tahun sebanyak 13 orang dengan persentase 54%, responden berusia 16-21 tahun sebanyak 11 orang dengan persentase 46%. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2021) menunjukkan bahwa mayoritas responden usia 14 tahun sebanyak 31 orang dengan persentase 28,2%, responden usia 12 tahun sebanyak 28 orang dengan persentase 25,5%, responden usia 13 tahun sebanyak 26 orang dengan persentase 23,6%,

responden usia 15 tahun sebanyak 25 orang dengan persentase 22,7%. Mekanisme koping terbanyak adalah mekanisme koping adaptif dengan jumlah responden 65 orang dengan persentase (59,1%). Sedangkan hasil didapatkan lebih sedikit yaitu mekanisme koping maladaptif dengan jumlah responden sebanyak 45 orang dengan persentase (40,9%). Perilaku merokok sebanyak 12 responden dengan persentase (10,9%) ada pada kategori perokok ringan, sebanyak 98 responden dengan persentase (89,1%) ada pada kategori perokok sedang.

Stress Level

Pada penelitian di SMA X didapatkan hasil mayoritas responden mengalami *stress level* sedang sebanyak 141 orang dengan persentase 82,5%, responden mengalami *stress level* ringan sebanyak 30 orang dengan persentase 17,5%. Penelitian sebelumnya yang sejalan (Pamukhti, 2016) ditemukan hasil mayoritas *stress level* responden ringan sebanyak 38 orang dengan persentase 63,3%, *stress level* responden sedang sebanyak 21 orang dengan persentase 35%, *stress level* berat sebanyak 1 orang dengan persentase 1,7%. Studi lain yang tidak sejalan (Masluha et al., 2023) ditemukan hasil mayoritas *stress level* responden normal sebanyak 29 orang dengan persentase 80,6%, *stress level* moderate sebanyak 3 orang dengan persentase 8,3%, *stress level* low sebanyak 1 orang dengan persentase 2,8%, *stress level* heavy sebanyak 3 orang dengan persentase 8,3%.

Stress dapat menimbulkan reaksi cemas, jengkel, sedih, agresif, bingung dan kurangnya konsentrasi, stress dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Seseorang yang mengalami stress akan mencari pelampiasan masalahnya pada hal lain, pelampiasan tersebut dapat menjadi pelampiasa yang bersifat positif dan negatif. Reaksi individu terhadap stress juga mencerminkan bagaimana

mereka menghayati situasi tersebut. Individu dengan banyak reaksi kognitif, fisiologi, emosional, dan tingkah laku cenderung mengalami stress tinggi. Sebaliknya, mereka yang menunjukkan sedikit reaksi cenderung menganggap stress rendah. Derajat stress tertentu dapat memotivasi seseorang tetapi stress berlebihan dapat menghambat mencapai tujuan (Isroani et al., 2023).

Mekanisme Koping

Pada penelitian di SMA X didapatkan hasil mayoritas responden memiliki mekanisme koping maladaptif sebanyak 153 orang dengan persentase 89,5%, responden yang memiliki mekanisme koping adaptif sebanyak 18 orang dengan persentase 10,5%. Penelitian terdahulu yang berbanding terbalik (Putri, 2021) didapatkan hasil responden mayoritas memiliki mekanisme koping adaptif sebanyak 65 orang dengan persentase 59,1%, responden yang memiliki mekanisme koping maladaptif sebanyak 45 orang dengan persentase 40,9%. Studi lain yang sejajar (Syarif et al., 2019) didapatkan hasil mayoritas responden memiliki mekanisme koping maladaptif sebanyak 16 orang dengan persentase 67%, responden yang memiliki mekanisme koping adaptif sebanyak 8 orang dengan persentase 33%.

Mekanisme koping digunakan individu untuk menghadapi perubahan yang diterima. Apabila mekanisme koping ini berhasil, maka individu tersebut akan dapat beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi. Mekanisme koping dapat dipelajari, sejak awal timbulnya stressor tersebut. Kemampuan koping individu tergantung dari tempramen, persepsi, dan kognisi serta latar belakang budaya atau normal tempatnya dibesarkan. Mekanisme koping juga merupakan suatu usaha langsung dalam mengelola stress untuk mempertahankan diri supaya berperilaku adaptif. Mekanisme koping dapat bersifat konstruktif jika individu

yang cemas menerima respon tersebut serta berusaha untuk menyelesaikan masalah. Sebaliknya mekanisme coping dapat bersifat destruktif jika individu yang mempunyai masalah tidak melakukan penyelesaian masalah dan hanya menghindari dari masalah tersebut (Lazarus, 1984).

Smoking Behavior

Pada penelitian yang dilakukan di SMA X didapatkan hasil mayoritas responden kategori ringan *smoking behavior* sebanyak 142 orang dengan persentase 83,0%, responden kategori berat *smoking behavior* sebanyak 24 orang dengan persentase 14,0%, dan responden kategori sedang *smoking behavior* sebanyak 5 orang dengan persentase 2,9%. Berbanding terbalik dengan penelitian (Syarif et al., 2019) didapatkan hasil mayoritas responden kategori berat *smoking behavior* sebanyak 17 orang dengan persentase 67% dan kategori ringan sebanyak 7 orang dengan persentase 33%. Peneliti sebelumnya yang tidak sejalan (Putri, 2021) didapatkan hasil mayoritas responden perilaku merokok dalam kategori sedang sebanyak 98 orang dengan persentase 89,1%, responden perilaku merokok kategori ringan sebanyak 12 orang dengan persentase 10,9%. Studi lain yang tidak sejajar (Masluha et al., 2023) didapatkan hasil mayoritas responden moderate *smoking behavior* sebanyak 19 orang dengan persentase 52,8%, responden mild *smoking behavior* sebanyak 17 orang dengan persentase 47,2%.

Remaja awal perkembangan otak yang belum matang dapat membuat perasaan dan emosi mengalahkan akal sehat dengan alasan yang memungkinkan remaja untuk membuat pilihan yang tidak bijaksana seperti melakukan perilaku merokok dan sebaliknya, remaja awal usia 16-17 tahun terjadi ketidakseimbangan emosional dan kestabilan dalam banyak hal, mencari

identitas diri dan hubungan sosial yang berubah, sehingga pada penelitian ini subjek melakukan perilaku merokok bukan hanya untuk menghilangkan stress saja tetapi juga ingin mencoba atau karena melihat lingkungan yang melakukan perilaku merokok. Perilaku merokok pada individu dapat berpotensi membahayakan Kesehatan diri dan lingkungan sekitarnya (Isroani et al., 2023).

Hubungan Stress Level Dengan Smoking Behavior di SMA X

Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMA X, terdapat hubungan yang signifikan antara *stress level* dengan *smoking behavior* dengan $p\text{ value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$). Selain itu didapatkan koefisien korelasi sebesar -0,753, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi negatif kuat antara *stress level* dengan *smoking behavior*. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pamukhti, 2016) terdapat hubungan yang signifikan antara *stress level* dengan *smoking behavior* dengan $p\text{-value} = 0,001 (<0,05)$, selain itu didapatkan koefisien korelasi sebesar -0,640, hal ini berarti terdapat korelasi negatif kuat antara *stress level* dengan *smoking behavior*. Peneliti sebelumnya oleh (Dehismiati, 2015) didapatkan $p\text{-value} = 0,004$, hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *stress level* dengan perilaku merokok, selain itu didapatkan koefisien korelasi sebesar 0,656, hal ini berarti terdapat korelasi positif kuat antara *stress level* dengan *smoking behavior*. Studi lain oleh (Shalshabilla, 2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *stress level* dengan *smoking behavior* dengan $p\text{-value} = 0,001$, selain itu didapatkan koefisien korelasi sebesar 0,357, hal ini berarti terdapat korelasi positif lemah antara *stress level* dengan *smoking behavior*. Semakin tinggi stres yang dialami maka semakin tinggi perilaku merokok, begitu juga sebaliknya (Shalshabilla, 2022).

Stres dapat menimbulkan reaksi kecemasan, iritasi, kesedihan, agresi, kebingungan dan kurang konsentrasi. Siswa yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan tekanan psikologis dengan baik akan cenderung mencari pelampiasan ke arah negatif, salah satunya adalah perilaku merokok (Pamukhti, 2016). Stres juga dapat menimbulkan banyak masalah seperti perilaku negatif. Perilaku negatif tersebut antara lain merokok atau penggunaan obat-obatan terlarang (Masluha et al., 2023).

Hubungan Mekanisme Koping Dengan Smoking Behavior di SMA X

Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMA X, terdapat hubungan yang signifikan antara *stress level* dengan *smoking behavior* dengan $p\text{-value} = 0,043$ ($\alpha < 0,05$). Selain itu didapatkan koefisien korelasi sebesar $-0,155$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi negatif lemah antara mekanisme koping dengan *smoking behavior*. Sejalan dengan penelitian (Putri, 2021) didapatkan $p\text{-value} = 0,037$, hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan *smoking behavior*. Studi lain oleh (Syarif et al., 2019) didapatkan $p\text{-value} = 0,000$, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan *smoking behavior*.

Kemampuan seseorang remaja dalam mengatasi masalah tergantung dari cara mereka mengatasi situasi biasanya disebut dengan mekanisme koping, mekanisme koping merupakan proses yang dilakukan oleh individu dalam menyelesaikan situasi yang penuh dengan tekanan dan juga terhadap situasi yang mengancam dirinya baik secara fisik maupun psikologik, mekanisme koping yang maladaptif dapat berdampak negatif pada seseorang, seperti isolasi diri, mempengaruhi kesehatan pribadi seperti kebiasaan merokok, bahkan meningkatkan risiko bunuh diri (Stuart, 2013).

Hubungan Stress Level dan Mekanisme Koping Dengan Smoking Behavior di SMA X (Uji Manova)

Berdasarkan uji manova (*test of between subject effect*) variabel *stress level* didapatkan nilai sig. 0,000, hal ini menunjukkan bahwa *stress level* berhubungan dengan *smoking behavior*. Peneliti melakukan uji manova karena ingin mengetahui variabel independent mana yang lebih berhubungan dengan variabel dependent. Setelah dilakukan uji manova di dapatkan variabel *stress level* nilai sig. $0,000 < 0,05$ hasil ini menunjukkan bahwa *stress level* berhubungan dengan *smoking behaviour*, dibandingkan dengan variabel mekanisme koping dengan nilai sig. $0,130 > 0,05$. Mengatasi stres akan lebih mudah dilakukan dengan bantuan keluarga dan teman-teman.

Tidak adanya keluarga dan teman untuk berbagi rasa dapat menimbulkan atau memperburuk stres itu sendiri. Sehingga mereka memilih mengatasi stres ketika ada masalah dengan merokok, karena dengan merokok mereka meyakini bisa menghilangkan stres pada dirinya selain itu faktor yang mempengaruhi perilaku merokok yaitu faktor internal yang berasal dari psikologis seseorang yang dapat berupa stres, ataupun beban pikiran lainnya dan faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari lingkungan atau luar seseorang (Shalshabilla, 2022).

Berdasarkan uji manova (*test of between subject effect*) variabel *stress level* didapatkan nilai sig. 0,130, hal ini menunjukkan bahwa mekanisme koping tidak berhubungan dengan *smoking behavior*. Beberapa remaja memilih untuk mengatasi masalahnya dengan berbagai hal positif yang menimbulkan dampak baik bagi dirinya, inilah mengapa mekanisme koping tidak selalu berhubungan dengan *smoking behavior*.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian dan pembahasan dari Hubungan *Stress Level*

dan Mekanisme Koping Dengan *Smoking Behavior* Di SMA X Kota Bandung dengan menggunakan uji Spearman pada 171 responden dapat diambil kesimpulan mayoritas responden 17 tahun sebanyak 104 orang dengan persentase 60,8% usia 16 tahun sebanyak 67 orang dengan persentase 39,2%. Responden mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 108 orang dengan persentase 63,2%, responden berjenis kelamin pria sebanyak 63 dengan persentase 36,8%. Kemudian mayoritas responden tidak merokok sebanyak 126 orang dengan persentase 73,3%, responden merokok sebanyak 45 orang dengan persentase 26,3%.

Distribusi frekuensi *stress level* menunjukkan mayoritas mengalami stress sedang dengan frekuensi 141 orang dengan persentase 82,5 %. Distribusi frekuensi mekanisme koping mayoritas siswa mengalami mekanisme koping maladaptif sebanyak 153 dengan persentase 89,5%. Distribusi frekuensi *smoking behaviour* mayoritas dalam kategori ringan sebanyak 142 orang dengan persentase 83,0%. Terdapat hubungan yang signifikan antara *stress level* dan mekanisme koping dengan *smoking behavior* pada remaja pertengahan dengan p -value $<0,05$, dan setelah dilakukan uji manova menunjukkan bahwa variable *stress level* merupakan variable yang paling berhubungan dengan *smoking behaviour* dengan p -value $<0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa stres dapat menimbulkan reaksi kecemasan, iritasi, kesedihan, agresi, kebingungan dan kurang konsentrasi. Siswa yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan tekanan psikologis dengan baik akan cenderung mencari pelampiasan ke arah negatif, salah satunya adalah perilaku merokok.

SARAN

Direkomendasikan untuk peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian

korelasi dengan menambahkan variabel tekanan sosial.

REFERENSI

- Adhirahmawati, S. (2019). Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja. *Repository Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Agustina, A. N., Tambunan, D. M., Sari, W., Mustaqimah, M., Annisa, F., Gerungan, N., ... & Rini, M. T. (2023). *Therapeutic Play Berbasis Bukti*. Yayasan Kita Menulis.
- Amdadi, Z., Nurdin, N., Eviyanti, & Nurbaeti. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Risiko Perkawinan Dini Dalam Kehamilan Di SMAN 1 Gowa. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(7), 2067–2074. <https://stp-mataram.e-journal.id/JIP/article/view/1053>
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2020). *Jumlah dan Distribusi Penduduk*. Badan Pusat Statistik. <https://sens.us.bps.go.id/main/index/sp2020>.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2023). *Statistik Kesehatan 2022*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Dehismiati, B. (2015). Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-laki Di Desa Candirenggo Ayah. *Repository STIKes Muhammadiyah Gombong*.
- Handayani, T. S. (2021). Kejadian Merokok Pada Remaja Pertengahan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya. *Journal of Nursing and Public Health*, 9(1), 89-100.
- Isroani, F., Mahmud, M.P.S., Qurtubi, P. D.D.H.A., Pebriana, M.P.H., Karim, M.P.D.A.R., & Yuwansyah, M.P.Y. (2023). *Psikologi Perkembangan*. LovRinz Publishing.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2023). *Remaja 10-18 Tahun*. Kemenkes.<https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/remaja>
- Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Pub. Co.
- Masluha, Rohmi, F., & Nurbadriyah, W. D. (2023). The Association Between Stress Level and Smoking Behavior in Gondanglegi Junior High School Boys. *Journal of Nursing Science Update (JNSU)*, 10(2), 186–192. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.20>
- Muslim, N. A., Adi, S., Ratih, S. P., & Ulfah, N. H. (2023). Determinan Perilaku Merokok Remaja SMA/Sederajat di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(1), 20. <https://doi.org/10.47034/ppk.v5i1.6781>
- Notoatmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nur, L., & Mugi, H. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20–30. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jim/article/view/39339/15281>
- Pamukhti, B. B. D. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Laki-Laki Fakultas Ilmu Kesehatan. *Repository Universitas Muhammadiyah*
- Pranatha, A., Rini, M. T., Supriyanto, S., Mustaqimah, M., Sari, I. Y., Kusumawati, I., ... & Kurdaningsih, S. V. (2023). *Keperawatan Anak*. Yayasan Kita Menulis.
- Putri, I. D. (2021). Hubungan Antara Mekanisme Koping Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja *Repository Universitas Islam Sultan Agung Semarang*.
- Santrock, J. W. (2022). *Loose Leaf for Adolescence*. McGraw Hill Education, 2022. https://books.google.co.id/books/about/Loose_Leaf_for_Adolescence.html?id=v3ClzgEACAAJ&redir_esc=y
- Simanullang, R. H., & Tambunan, D. M. (2023). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Deepublish.
- Sugiyono. (2024). *Buku Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Syarif, M., Fitriani, L., Hamzah, M. N., & Rezki, S. (2019). Hubungan Perilaku Merokok Dengan Mekanisme Koping Pada Remaja Di Desa Padang Kecamatan Campalagian. *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*, 10(1), 95–107. <https://doi.org/10.35907/jksbg.v10>
- Tambunan, D. M., Silaen, H., & Sansuwito, T. B. (2024). Play Therapy to Minimize Anxiety Among Children During Hospitalization: A Scoping Review. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 20(SUPP7), 205-209.
- Tambunan, D., & Sansuwito, T. (2024). The Association Between Parenting and Parental Communication with Temper Tantrums in Preschool Children. *Holistic Nursing Plus*, 2(1), 44-54.
- UNICEF Indonesia. (2023). Laporan Tahun 2023. *Diakses 03 Maret 2024*. <https://www.unicef.org/indo>

- nesia/reports/indonesia-2023key-results.
- Wibisana, E., Hastuti, H., & Retnowati, A. D. (2019). Hubungan tingkat stress dengan perilaku merokok pada siswa SMK Islam terpadu Indra Bangsa di Kota Tangerang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 2(2), 131-139.
- World Health Organization (WHO). (2020). Jumlah Perokok di Dunia Turun 35 Juta Orang pada 2020. In *Databoks. Diakses: 17 desember 2021* (p. 2025). <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/12/14/who-jumlah-perokok-di-dunia-turun-35-juta-orang-pada-2020>
- Zakiyah, Z., Sihombing, Y. A., Kamaruddin, M. I., Salomon, G. A., & Anshari, M. (2023). Stress Level and Smoking Behavior. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 467–473. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.1118>.