
HUBUNGAN PERILAKU MEROKOK DENGAN TINGKAT KONSENTRASI BELAJAR PADA REMAJA LAKI-LAKI DI KELAS X SMK DIPONEGORO PENGKOL PENAWANGAN

Oleh ;

Suryani¹⁾, Nurul Hidayah²⁾, Rahmawati³⁾, Sri Temu⁴⁾ Musyafak

¹⁾ Universitas An Nuur , Email: suryanilatifa@gmail.com

²⁾ Universitas An Nuur, Email: nurulhidayah050702@gmail.com

³⁾ Universitas An Nuur, Email: rahma.unan1@gmail.com

⁴⁾ Universitas An Nuur, Email : temumedia74@gmail.com

⁵⁾ Universitas An Nuur, Email : shochibmusyafak@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Merokok adalah suatu kebiasaan yang sering dilakukan setiap hari dan dapat menimbulkan masalah kesehatan. Menurut WHO pada bulan Mei 2023 Indonesia menempati urutan pertama perokok pria tertinggi di Asia mencapai 70,5%. Nikotin bersifat neurostimulan. konsentrasi belajar adalah kemampuan seseorang dalam mengamati, memperhatikan selama pembelajaran.

Tujuan: Mengidentifikasi adakah hubungan perilaku merokok dengan tingkat konsentrasi belajar pada remaja laki-laki di kelas X SMK Diponegoro Pengkol Penawangan.

Metodologi: Jenis penelitian ini menggunakan Desain *Crosectional* dengan metode kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 35 remaja yang berada dikelas X, teknik sampling yang digunakan random sampling, dengan uji *spearmanrank*.

Hasil : Berdasarkan hasil penelitian *spearmanrank* diketahui p-value perilaku merokok dengan tingkat konsentrasi sebesar $(0,001) < \alpha (0,05)$ artinya ada hubungan perilaku merokok dengan tingkat konsentrasi belajar.

Kesimpulan: Ada hubungan perilaku merokok dengan tingkat konsentrasi belajar pada remaja laki-laki di SMK Diponegoro Pengkol Penawangan.

Kata kunci ; Perilaku merokok, Konsentrasi belajar.

Daftar Pustaka: 59 (2002-2023)

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SMOKING BEHAVIOR THE LEVEL OF
CONCENTRATION IN ADOLESCENT BOYS IN CLASS X OF SMK
DIPONEGORO PENGKOL PENAWANGAN**

By :

Suryani¹⁾, Nurul Hidayah²⁾, Rahmawati³⁾, Sri Temu⁴⁾ Musyafak

- 1) Universitas An Nuur , Email: suryanilatifa@gmail.com
- 2) Universitas An Nuur, Email: nurulhidayah050702@gmail.com
- 3) Universitas An Nuur, Email: rahma.unan1@gmail.com
- 4) Universitas An Nuur, Email : temumedia74@gmail.com
- 5) Universitas An Nuur, Email : shochibmusyafak@gmail.com

ABSTRACT

Background; Smoking is a habit that is often done every day and can cause health problems. According to WHO, in May 2023, Indonesia ranked first in the highest male smokers in Asia, reaching 70.5%. Nicotine is a neurostimulant. learning concentration is a person's ability to observe, pay attention during learning.

Purpose; Identifying whether there is a relationship between smoking behavior and the level of concentration in adolescent boys in class X of SMK Diponegoro Pengkol Penawangan.

Methodology; This type of research uses a Crosectional Design with a quantitative method. The sample in this study was 35 adolescents who were in class X, the sampling technique used by randem sampling, with a spearmanrank test.

Result; Based on the results of the spearmanrank study, it was known that the p-value of smoking behavior with concentration was $(0.001) < \alpha (0.05)$, meaning that there was a relationship between smoking behavior and the level of concentration in learning.

Conclusion; There was a relationship between smoking behavior and the level of concentration in adolescent boys at SMK Diponegoro Pengkol Penawangan.

Keywords; Smoking behavior, Concentration on learning.

Bibliography; 59 (2002-2023)

PENDAHULUAN

Merokok ialah membiasakan diri melakukan aktivitas merokok oleh karena ada bahan/rokok, jika dihentikan dapat menyebabkan gejala psikis & masalah kesehatan lainnya. Ini berbeda dengan ketergantungan akan berkaitan dengan kandungan rokok, ialah nikotin, heroin, kokain, akan terkait dengan ketergantungan fisik & mental perokok (Siahaan & Malinti, 2022)

Indonesia adalah salah satu Negara dengan jumlah penduduk terbesar di dunia. Menurut data *world of statistic* pada Mei 2023. Indonesia menempati urutan pertama menjadi Negara Asia yang memiliki presentase perokok pria tertinggi di dunia hingga mencapai 70,5%, kemudian urutan selanjutnya ada Myanmar, Bangladesh, Chile, dan China.

Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa jumlah perokok di Jawa Tengah pada tahun 2023 sebanyak 28,24%, pada tahun 2022 sebanyak 28,72%, & pada tahun 2023 sebanyak 28,55%. Prevalensi penduduk Indonesia di wilayah Jawa Tengah pada tahun 2022 sangat tinggi (Survei Sosial Ekonomi Nasional, 2023).

Dampak merokok menurut (Faisol, 2019) diantaranya Merokok dapat berdampak pada mental remaja, Merokok menyebabkan depresi, Merokok menyebabkan perilaku toleransi & dependensi, Merokok berdampak pada

gaya hidup, Gangguan pada pemikiran, Gangguan konsentrasi dalam belajar, Terlihat lebih tua & tidak bugar, Kesehatan terganggu.

Konsentrasi belajar yaitu Fokus berlatih ialah sebutan hendak berawal dari 2 tutur yakni: Fokus & berlatih. Bagi KBBI, Fokus yakni konsentrasi atensi atau benak pada sesuatu perihal, sebaliknya berlatih yakni berupaya mendapatkan keahlian atau ilmu, Fokus ialah salah satu pandangan hendak mensupport kontestan didik untuk menggapai hasil hendak bagus, & bila Fokus ini menurun dalam menjajaki pelajaran dikelas atau berlatih dengan cara individu hendak tersendat (Khairinal dkk, 2021).

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan metode observasi atau survei dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel independen dan variabel dependen diidentifikasi pada satuan waktu (Kelana, 2011). Seluruh data yang diperoleh akan diproses dan diolah dengan suatu analisis kuantitatif.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini bertujuan agar data yang diperoleh dapat memberikan Gambaran mengenai Hubungan Perilaku

Merokok dengan tingkat konsentrasi.

Tabel 4.1 Frekuensi umur responden

Usia (Th)	Frekuensi (N)	Prosentase (%)
14	1	2.9
15	26	74.3
16	8	22.9
	35	100.0

Tabel 4.2 Frekuensi jenis kelamin responden

Usia (Th)	Frekuensi (N)	Prosentase (%)
Laki-laki	35	100.0
Perempuan	0	0
	35	100.0

Tabel 4.3 Frekuensi responden perilaku merokok

Perilaku merokok	Frekuensi	Prosentase
Berat	8	22.1
Sedang	27	77.1
Ringan	0	0.0
	35	100.0

Tabel 4.4 Frekuensi responden tingkat konsentrasi belajar

Konsentrasi belajar	Frekuensi (N)	Prosentase (%)
Baik	0	0.0
Cukup	21	60.0
Rendah	14	40.0
	35	100.0

Tabel 4.4 Hubungan perilaku merokok dengan tingkat konsentrasi belajar

	Perilaku merokok	Konsentrasi belajar
Perilaku merokok	<i>Sig (2-tailed)</i>	0.001
	N	35
Konsentrasi belajar	<i>Sig (2-tailed)</i>	0.0001
	N	35

Angka koefisien korelasi yang diperoleh sebesar - 0,528** yang artinya Tingkat kekuatan korelasi/hubungannya adalah kuat (0,51- 0,75: hubungan kuat).

PEMBAHASAN

Hubungan Perilaku Merokok dengan Insomnia dan tingkat konsentrasi belajar pada remaja laki-laki di kelas X SMK Diponegoro Pengkol Penawangan. Berdasarkan usia responden dalam penelitian ini adalah berusia 14 tahun sebanyak 1 (2,9%) responden, umur 15 tahun sebanyak 26 (74,3%) responden dan umur 16 tahun sebanyak 8 (22,9%) responden. Berdasarkan penelitian dapat diketahui jenis kelamin responden dalam penelitian ini adalah semua berjenis kelamin laki-laki sebanyak 35 (100%) responden.

Berdasarkan distribusi frekuensi perilaku merokok pada penelitian ini paling banyak mempunyai perilaku merokok sedang sebanyak 27 (77,1%) responden. Menurut peneliti, perilaku merokok pada remaja dilakukan awalnya karena coba-coba tetapi semakin meningkat frekuensi dan intensitasnya sebab merokok digunakan untuk mengurangi stress dan memperbaiki mood para remaja.

Merokok bukanlah hal yang baru lagi bagi masyarakat. Merokok tidak hanya terjadi pada kalangan dewasa namun juga

pada kalangan remaja. Perilaku merokok pada remaja umumnya hanyalah coba-coba yang semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok (Ulfa et al., 2021).

Berdasarkan penelitian didapatkan distribusi frekuensi tingkat konsentrasi belajar responden paling banyak mempunyai tingkat konsentrasi belajar cukup sebanyak 21 (60,0%) responden. Menurut peneliti, dari penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa tingkat konsentrasi belajar remaja dapat dipengaruhi oleh adanya perilaku merokok pada remaja. Kandungan zat dalam rokok yang membuat remaja selalu ingin merokok saat belajar sehingga dapat mengganggu konsentrasi remaja tersebut. Remaja tersebut merasakan efek dari merokok yakni terasa tenang dan rileks sehingga membuatnya selalu ingin merokok.

Menurut Delina dan Rikayoni (2021) bahwa kebiasaan merokok berpengaruh terhadap konsentrasi belajar, namun tidak secara signifikan tergantung pada individu masing-masing. Meylytiachrysty, dkk (2020) menyatakan bahwa kebiasaan merokok dapat menimbulkan dampak negatif yang berpengaruh terhadap kesehatan fungsi otak dan psikis, sehingga berisiko pada penurunan konsentrasi belajar yang dapat

mengakibatkan nilai yang kurang atau menurun.

Tingkat konsentrasi belajar pada remaja laki-laki di kelas X SMK Diponegoro Pengkol Penawangan. Angka koefisien korelasi yang diperoleh sebesar $-0,528^{**}$ yang artinya tingkat kekuatan korelasi/hubungannya adalah kuat (0,51-0,75: hubungan kuat). Angka koefisien tersebut bernilai negative yaitu sebesar $-0,528^{**}$ maka arah hubungan variabelnya yaitu negatif.

Menurut peneliti perilaku merokok tersebut bisa mempengaruhi tingkat konsentrasi belajar remaja. Semakin buruk perilaku merokok remaja maka konsentrasi belajar juga semakin rendah. Hal tersebut bisa mempengaruhi prestasi para remaja. Perilaku merokok merupakan salah satu faktor yang dapat mengakibatkan menurunnya daya konsentrasi belajar pada seseorang yang beresiko pada penurunan prestasi akademik dan adapula yang memiliki kebiasaan merokok tetapi masih memiliki daya konsentrasi belajar yang baik. Hal tersebut didukung penelitian oleh (Larasati et al., 2024) bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan konsentrasi belajar. Terdapat 103 orang (76,9%) yang termasuk kategori perokok ringan memiliki konsentrasi kurang. Sedangkan menggunakan Grid Concentration Test didapatkan hasil 106 orang (79,1%) yang termasuk kategori

perokok ringan memiliki konsentrasi kurang.

Sejalan dengan penelitian (Alzahra, 2023) bahwa terdapat hubungan Kebiasaan Merokok dengan Prestasi Belajar Pada Siswa Di SMAN 1 Sindangkasih Kabupaten Ciamis. Semakin banyak jumlah rata-rata merokok perhari (dalam batang) maka semakin rendah ingatannya

Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Ferdita, W et al (2020) tentang hubungan perilaku merokok dengan prestasi belajar di SMK Negeri 4 Kota Bima bahwa berdasarkan analisa hubungan perilaku merokok dengan prestasi belajar dapat dilihat bahwa perilaku merokok berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa. Ini disebabkan oleh salah satu kandungan rokok adalah nikotin memiliki efek pada otak yaitu menyebabkan ketergantungan dan toksisitas pada fungsi kognitif yang memunculkan gejala kesulitan berkonsentrasi.

KETERBATASAN

Tenaga dan waktu dalam melakukan penelitian yang membutuhkan banyak waktu dan tenaga sehingga memungkinkan peneliti membutuhkan banyak waktu dalam proses penelitian tetapi dengan manajemen time yang diterapkan peneliti mampu untuk melaksanakan penelitian dengan baik serta

dengan koordinasi dengan pihak sekolah, penelitian dapat terlaksana dengan baik dengan waktu yang telah direncanakan

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji *spearman rank test* yang telah dilakukan, didapat nilai *p value* yaitu $0,001 < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 diterima dan H_2 ditolak maka ada Ada Hubungan Perilaku Merokok dengan tingkat konsentrasi belajar pada remaja laki-laki di kelas X SMK Diponegoro Pengkol Penawangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Siahaan, W. F., & Malinti, E. (2022). Hubungan Kebiasaan Merokok dan Gangguan Pola Tidur pada Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(2), 627–634. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.ownload/83/65>
- Appleton, Sarah L., et al. "Prevalence and comorbidity of sleep conditions in Australian adults: 2016 Sleep Health Foundation national survey." *Sleep health* 4.1 (2018)
- Faisol.(2019). Remaja Indonesia, Jauhi Rokok!: Masa Depan Bersahabat. Solo: Tiga Serangkai.
- Sawitri. (2020). Hubungan Senam Ergonomik Dengan Insomnia Pada Lansia Di Puskesmas Binjai Estate Tahun 2023.

- Khairinal, Khairinal, Siti Syuhada, and Winda Widiarti Alawyah. "Pengaruh pendapatan orang tua, bimbingan belajar dan tingkat konsentrasi belajar terhadap hasil belajar mata pelajaran ekonomi kelas XI SMA Ferdy Ferry Putra Jambi Tahun Ajaran 2020/2021." *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial* 2.1 (2020): 435-442.
- Annahari,(2014).*HubunganKebiasaan Merokok Remaja Dengan Gangguan Pola Tidur* (Doctoral dissertation, Riau University).
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi penelitian kesehatan cetakan ke-3. *Pt Rineka Cipta*.
- Trisnadewi, E., Sasmiati, S., Angelia, I., Edison, & Indriani, S.(2024). Ikatan Tindakan & Akibat dari Sahabat Seangkatan Dengan Sikap Merokok Pada Kontestan Didik Laki Laki Di Smp N 8 Kota B
- Narwasti Rambu B.,Ns.Lilla Maria, M. K., & Ns.Risna Yekti Mumpuni, M. ke. (2023). Hubungan Perilaku Merokok Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kehutanan Di InstitutPertanian Malang. *Profesional Health Journal, Volume 4 N*(Special Issue), 270–279
- Larasati, S. K., Aditama, T. Y., Heriyanto, T., & Kunci, K. (2024). Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa The Relationship of Smoking Habits with Study Concentration in Students. *Junior Medical Journal*, 2(5), 591–601.
- Zahara, R. (2018). Gambaran Insomnia pada remaja di SMK Negeri 2 Pekanbaru.