

ISSN 1412-3746



FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS DIAN NUSWANTORO

Pengaruh Penggunaan Bioaktivator MOL Nasi dan MOL Tapai Terhadap Lama Waktu Pengomposan Sampah Organik pada Tingkat Rumah Tangga

Royaeni, Pujiono, Dwi Tajhjani Pudjowati

Penggunaan Pestisida Sebagai Faktor Risiko “MCI” (*Mild Cognitive Impairment*) pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Mijen Kota Semarang

Eni Mahawati, Tiara Fani

Penggunaan Kemasan Plastik Jenis PE (Polythylen), PP (Polypropylen) dan Plastik Wrap terhadap Angka Kuman pada Daging Ayam

Nina Irawati, Neneng Yetty Hanurawaty

Pengaruh Ekstrak Serai (*Andropogon nardus*) Terhadap Kematian Larva Nyamuk *Aedes aegypti*

Nadyawatie Warganegara

Kepuasan Peserta Asuransi Kesehatan Terhadap Pelayanan Dokter Keluarga di Kabupaten Semarang

Ardiana Indah Puspita, Eti Rimawati

Efektifitas Instalasi Pengolahan Air Limbah dalam Menurunkan Kadar “BOD” di IPAL Rumah Sakit Dokter Raden Soetijono Blora Tahun 2013

Wisnu Handyasmarita Putra, Eko Hartini

Hubungan antara Trias UKS dengan Pelaksanaan PHBS pada Murid di Sekolah Dasar Negeri Plalangan 01 dan Plalangan 04 Gunungpati Semarang

Lilia Indah Kusuma, Zaenal Sugiyanto, Retno Astuti S

Identifikasi Risiko Bahaya Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pada Pekerja Meubel UD. Mita Furniture Kalinyamatan Jepara Tahun 2013

Hudayana, MG. Catur Yuantari, Supriyono Asfawi

Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian ISPA pada Bayi dan Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Purwoyoso Semarang

Niken Puji Lestari, Lily Kresnowati, Kriswiharsi Kun Saptorini

Self Efficacy Siswa SDN 6 Raja di Pangkalan Bun Kabupaten Kotawaringin Barat Kalimantan Tengah Terhadap Perilaku Berhenti Merokok

Siti Salasatun Nisa, Nurjanah, Dyah Ernawati

<i>VisiKes</i>	<i>Vol. 13</i>	<i>No. 1</i>	<i>Halaman 1 - 102</i>	<i>Semarang April 2014</i>	<i>ISSN 1412-3746</i>
----------------	----------------	--------------	----------------------------	--------------------------------	---------------------------

ISSN 1412-3746

VisiKes

Jurnal Kesehatan

Volume 13, Nomor 1, April 2014

Ketua Penyunting

M.G. Catur Yuantari, SKM, MKes

Penyunting Pelaksana

Eti Rimawati, SKM, MKes

Supriyono Asfawi, SE, MKes

Penelaah

dr. Onny Setiani, PhD (Universitas Diponegoro)

dr. Massudi Suwandi, MKes (Udinus)

Pelaksana TU

Retno Astuti S, SS, MM

Alamat Penyunting dan Tata Usaha :

Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro (FKes UDINUS)

Jl. Nakula I No. 5 Gedung C Lt. 5 Semarang

Telp./Fax. (024) 3549948

E-mail : visikes@fkm.dinus.ac.id

VisiKes diterbitkan mulai Maret 2002 oleh FKes UDINUS

DAFTAR ISI

1. Pengaruh Penggunaan Bioaktivator MOL Nasi dan MOL Tapai Terhadap Lama Waktu Pengomposan Sampah Organik Pada Tingkat Rumah Tangga Royaeni; Pujiono; dan Dwi Tajhjani Pudjowati	1 - 9
2. Penggunaan Pestisida Sebagai Faktor Risiko “MCI” (Mild Cognitive Impairment) pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Mijen Kota Semarang Eni Mahawati, Tiara Fani	10 - 20
3. Penggunaan Kemasan Plastik Jenis PE (Polythylen), PP (Polypropylen) dan Plastik Wrap Terhadap Angka Kuman pada Daging Ayam Nina Irawati; Neneng Yetty Hanurawaty	21 - 27
4. Pengaruh Ekstrak Serai (Andropogon nardus) Terhadap Kematian Larva Nyamuk Aedes aegypti Nadyawatie Warganegara	28 - 33
5. Kepuasan Peserta Asuransi Kesehatan Terhadap Pelayanan Dokter Keluarga di Kabupaten Semarang Ardiana Indah Puspita, Eti Rimawati	34 - 42
6. Efektifitas Instalasi Pengolahan Air Limbah dalam Menurunkan Kadar “BOD” di IPAL Rumah Sakit Dokter Raden Soetijono Blora Tahun 2013 Wisnu Handyasmara Putra, Eko Hartini	43 - 49
7. Hubungan antara Trias UKS dengan Pelaksanaan PHBS pada Murid di Sekolah Dasar Negeri Plalangan 01 dan Plalangan 04 Gunungpati Semarang Lilia Indah Kusuma, Zaenal Sugiyanto, Retno Astuti S	50 - 58
8. Identifikasi Risiko Bahaya Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pada Pekerja Meubel UD. Mita Furniture Kalinyamatan Jepara Tahun 2013 Hudayana, MG. Catur Yuantari, Supriyono Asfawi	59 - 72
9. Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian ISPA pada Bayi dan Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Purwoyoso Semarang Niken Puji Lestari, Lily Kresnowati, Kriswiharsi Kun Saptorini	73 - 82
10. Self Efficacy Siswa SDN 6 Raja di Pangkalan Bun Kabupaten Kotawaringin Barat Kalimantan Tengah Terhadap Perilaku Berhenti Merokok Siti Salasatun Nisa, Nurjanah, Dyah Ernawati	83 - 102

SELF EFFICACY SISWA SDN 6 RAJA DI PANGKALAN BUN KABUPATEN KOTAWARINGIN BARAT KALIMANTAN TENGAH TERHADAP PERILAKU BERHENTI MEROKOK

Siti Salasatun Nisa¹, Nurjanah¹, Dyah Ernawati¹

Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan
Universitas Dian Nuswantoro Jl. Nakula I No. 5-11 Semarang¹
email : nurjanah@dsn.dinus.ac.id

ABSTRACT

Self efficacy is one's belief or confidence that he can master a situation and produce results (outcomes) are positive. Several factors influence the self efficacy: mastery experiences, vicarious experiences, social persuasion, physiological and emotional state. This study aims to describe students selfefficacy of SDN 6 Raja Pangkalan Bun student research in Central Borneo to quit smoking.

This is qualitative research with FocusGroup Discussion (FGD) on 8 grade 6 elementary school students. Triangulation of data ta sources was done for ensure the data validity. They were teachers, peers and parents. Content analysis was used for analyzing data.

The results showed that the majority of the study subjects was 10 years, an allowance was Rp 5,000 per day, and the part of it was used to buy cigarettes. Less of them have tried to quit smoking and only one could quit smoking successfully (success experience/ Mastery experiences). No other experience people who quit smoking (other people's experiences /Vicarious experiences). Peers advised to stop smoking, but they did not care (social persuasion /Social persuasion). One subject felt good breath when quit smoking, but others felt anxious, so they releps (physical and emotional state / Physiological and emotional states). The school should facilitate students who want to quit smoking. The parents has to be a good model by not smoking in front of children. The school can check the health of student when smoking and when to quit.

Keywords: *Self-efficacy, behavior stop smoking, elementary school students*

ABSTRAK

Self efficacy adalah belief atau keyakinan seseorang bahwa ia dapat menguasai situasi dan menghasilkan hasil (outcomes) yang positif. Beberapa faktor yang mempengaruhi self efficacy yaitu: Pengalaman keberhasilan (mastery experiences), pengalaman orang lain (vicariousexperiences), persuasi sosial (social persuasion), keadaan fisiologis dan emosional (physiological andemotional states). Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan self efficacy siswa SDN 6 Raja Pangkalan Bun Kalimantan Tengah terhadap perilaku berhenti merokok. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan tehnik pengumpulan data Focus Group Discussion (FGD) terhadap 8 orang siswa sekolah dasar kelas 6 keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber kepada guru, teman sebaya dan orang tua subjek penelitian. Analisis data menggunakan content analysis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar subyek penelitian berumur 10 tahun,

uang saku Rp 5.000 per hari dan disisihkan sebagian untuk membeli rokok. Sebagian kecil pernah mencoba berhenti merokok dan hanya satu subjek penelitian saja yang berhasil berhenti merokok (pengalaman keberhasilan/*Mastery experiences*). Tidak ada pengalaman orang lain yang berhenti merokok (pengalaman orang lain/*Vicarious experiences*). Teman sebaya menasehati untuk berhenti merokok namun tidak dihiraukan (sosial persuasi/*Social persuasion*). Secara fisik ketika berhenti merokok pernafasan lebih ringan dan secara emosional ketika berhenti merokok akan membuat perasaan gelisah sehingga membuatnya kembali untuk merokok (keadaan fisik dan emosional / *Physiological and emotional states*). Hendaknya pihak sekolah memfasilitasi siswa yang ingin berhenti merokok, orang tua memberikan contoh yang baik dengan tidak merokok didepan anak, bisa mengecek kesehatan subjek penelitian ketika merokok dan ketika berhenti merokok, mengatur waktu yang tepat agar memperoleh banyak data yang khusus atau lebih privasi.

Kata kunci : *Self efficacy*, siswa sekolah dasar, perilaku berhenti merokok

PENDAHULUAN

Asap rokok sangat berbahaya bagi kesehatan manusia baik bagi perokok maupun orang-orang yang ada disekitarnya. Beberapa penyakit yang diakibatkan oleh rokok yaitu jantung, kanker, impotensi, gangguan kehamilan dan janin serta masih banyak lagi. Bahkan pada bungkus rokok sudah tertera penyakit-penyakit yang disebabkan oleh rokok. Namun, orang yang tidak merokok juga bisa terkena dampaknya karena asap rokok mengandung lebih dari 4000 bahan kimia berbahaya antara lain nikotin, CO₂, tar, hidrogen sianida, ammonia, arsen dan senyawa radio aktif lainnya.¹ Pada tahun 2001, di Indonesia tingkat kematian akibat merokok sekitar 427.948 atau 1172 setiap harinya. Kematian akibat merokok menyerang negara-negara berkembang.

Pemerintah RI telah menyusun berbagai peraturan yang mengatur perlindungan terhadap masyarakat akibat bahaya merokok. UU Kesehatan nomor 36 tahun 2009 dan PP nomor 109 tahun 2012 tentang Pengamanan Produk Tembakau sebagai Zat Adiktif bagi Kesehatan. Pasal 113 ayat 1 berbunyi "Pengamanan penggunaan bahan yang mengandung zat adiktif diarahkan agar tidak mengganggu dan membahayakan kesehatan perseorangan, keluarga,

masyarakat, dan lingkungan". Ayat 2 berbunyi " Zat adiktif sebagaimana dimaksud pada ayat(1) meliputi tembakau, produk yang mengandung tembakau, padat,cairan, dan gas yang bersifat adiktif yang penggunaannya dapat menimbulkan kerugian bagi dirinya dan/ atau masyarakat sekelilingnya". Ayat 3 berbunyi "Produksi, peredaran, dan penggunaan bahan yang mengandung zat adiktif harus memenuhi standar dan/atau persyaratan yang ditetapkan".²

Pada tahun 2012 pemerintah kembali mengeluarkan Peraturan Pemerintah Nomor 109 Tahun 2012 tentang Pengamanan Bahan Yang Mengandung Zat Adiktif Berupa Produk Tembakau Bagi Kesehatan. Peraturan Pemerintah (PP) No.109/2012 tentang Pengamanan Bahan yang Mengandung Zat Adiktif Berupa Produk Tembakau Bagi Kesehatan melarang produsen rokok mencantumkan kata *Light*, *Ultra Light*, *Mild* dan *Extra Mild* pada produk dan bungkusnya. Presiden RI memberikan batasan yang sangat ketat bagi peredaran, penjualan dan iklan dari Produk Tembakau atau Rokok.³

Pasal 25 PP No.109/2012 menyebutkan, bahwa setiap orang dilarang menjual Produk Tembakau dengan Menggunakan mesin Anjungan Tunai Mandiri (ATM), dijual kepada anak di bawah usia 18 (delapan belas)

tahun, dijual kepada perempuan hamil. Larangan ini juga termasuk pemberian cuma-cuma secara gratis rokok kepada perempuan hamil dan anak-anak, ataupun barang yang mirip dengan rokok. Pasal 46 PP No. 109/2012 berbunyi “ Setiap orang dilarang menyuruh anak dibawah usia 18 (delapan belas) tahun untuk menjual, membeli, atau mengonsumsi Produk Tembakau “. ³

Begitu banyaknya peraturan tentang rokok saat ini, namun mengapa hingga saat ini masih banyak yang mengonsumsi rokok bahkan anak-anak. Rokok dijual dengan harga murah serta masih banyak iklan, promosi dan sponsor rokok. Bahkan ada yang membuka kios bagi pedagang kecil dengan mencantumkan merk produk rokoknya pada label kios dan menitipkan produknya untuk dijual. Jadi siapa saja yang ingin merokok sangat mudah sekali mendapatkannya bahkan dengan harga yang cukup terjangkau, bahkan uang jajan anak SD juga cukup untuk membeli rokok.

Dahulu rokok sangat tabu hingga yang mengkonsumsinya hanya orang dewasa saja terutama kaum laki-laki tetapi pada masa sekarang, wanita dan anak-anak sudah mengenal rokok. Bahkan anak-anak sudah mencoba rokok dan mampu membedakan rokok-rokok merek apa yang enak untuk dikonsumsi. Jumlah anak yang merokok meningkat dari tahun ke tahun. Hal ini dikarenakan anak-anak adalah usia yang sangat rentan dan mudah sekali untuk meniru hal-hal yang dianggapnya menarik tanpa memikirkan dampak yang terjadi pada dirinya maupun orang lain.

Perokok di kalangan anak-anak usia 10-14 tahun pada tahun 1995 tercatat ada 71.000 perokok anak dan jumlahnya meningkat hingga enam kali lipat menjadi 426.000 perokok anak pada tahun 2010 dalam jangka waktu 15 tahun.

Banyak media yang memberitakan tentang anak-anak yang merokok bahkan di

berbagai jejaring sosial dapat disaksikan berbagai foto atau *video* anak yang merokok. Berdasarkan data Komisi Nasional (Komnas) Perlindungan Anak menunjukkan selama tahun 2008 hingga 2012 jumlah perokok anak dibawah umur 10 tahun di Indonesia mencapai 239.000 orang. Sedangkan jumlah perokok anak antara usia 10 hingga 14 tahun mencapai 1,2 juta orang. ⁴

Pangkalan Bun adalah ibukota dari Kabupaten Kotawaringin Barat. Pangkalan Bun memiliki 161 SD Negeri, 9 SD Swasta. Total murid SD berjumlah 29.531 orang dan jumlah guru 1.909 orang. Salah satu SD Negeri yang ada di kota Pangkalan Bun adalah SDN 6 Raja yang berlokasi di Jalan Pakunegara Kelurahan Raja. Total siswa yang bersekolah di SDN 6 Raja berdasarkan data pada tahun 2012 adalah 199 siswa dan jumlah guru pengajarnya sebanyak 8 orang dan staf berjumlah 3 orang. ⁵ Menurut salah seorang guru yang mengajar di SDN 6 Raja Pangkalan Bun bahwa siswa di kelas 6 SDN Raja 6 Pangkalan Bun berjumlah 29 siswa yang terdiri dari 19 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan.

Dalam survei awal didapat hasil wawancara dari salah seorang guru yang bertugas di SDN 6 Raja bahwa ada siswanya yang menyimpan *video* anak kecil yang merokok di *handphone* dan dikhawatirkan bahwa siswa-siswa tersebut mampu meniru adegan yang ada di *video* tersebut dan hasil wawancara dengan salah satu siswa menyatakan bahwa merokok itu wajar dilakukan oleh laki-laki dan bisa membuat perokok semakin terlihat gagah dan berani.

Meniru orang lain atau *modeling* merupakan hal biasa yang dilakukan oleh setiap orang jika orang tersebut menemukan hal baru yang menarik untuk dicontoh, namun disini *video* merokok anak kecil bukanlah hal yang menarik dan patut ditonton atau dilihat oleh anak-anak karena hal tersebut dikhawatirkan akan membawa dampak buruk

pula bagi yang menonton. Sehingga *self efficacy* atau keyakinan diri seseorang sangatlah penting untuk meyakinkan bahwa merokok bukanlah hal yang patut untuk dicontoh. Anak SD biasanya suka meniru hal-hal yang menurutnya menarik tanpa mempertimbangkan hal tersebut baik atau tidak pada dirinya.

Siswa laki-laki di kelas 6 SDN 6 Raja Pangkalan Bun sekitar 15 orang pernah merokok. Pihak sekolah tidak tinggal diam terhadap hal tersebut dan telah bertindak tegas dengan memberikan sanksi serta peringatan kepada anak-anak atau siswa SDN 6 Raja tersebut apabila diketahui merokok di area sekolah.

Rokok juga dikhawatirkan dapat memicu bertambahnya ragam penyakit tidak menular dan anak-anak tidak mampu melepas diri dari kecanduan terhadap rokok tersebut. Menurut salah seorang guru yang mengajar di SDN 6 Raja bahwa anak-anak yang telah kecanduan merokok cenderung melakukan tindakan kenakalan di sekolah seperti membolos sekolah dan berkelahi dengan teman sekolahnya. Bahkan, merokok juga melatih mereka untuk berbohong terhadap guru dan orang tua. Sehingga tahun ajaran ini para guru mengoptimalkan kegiatan di sekolah agar siswanya tidak melakukan hal-hal yg tidak baik lagi.

Oleh karena itu, kemajuan suatu bangsa terdapat pada generasi mudanya. Apabila generasi mudanya sekarang sudah mampu melakukan tindakan yang tidak baik, bagaimana untuk generasi yang akan datang jika tidak di atasi dari sekarang. Sehingga di perlukan kerjasama yang baik antar individu agar bangsa ini bisa menjadi bangsa yang lebih baik lagi di masa yang akan datang dengan generasi muda yang sehat dan cerdas. Tujuan penelitian ini Untuk menggali informasi tentang *Self Efficacy* siswa SDN 6 Raja Pangkalan Bun Kabupaten Kotawaringin Barat Kalimantan Tengah terhadap perilaku

berhenti merokok tahun 2013.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati dan diarahkan pada latar dan individu tersebut secara *holistic* (utuh). Penentuan siswa yang dijadikan subjek penelitian dalam penelitian ini adalah berdasarkan kriteria subjek penelitian.

Adapun kriteria subjek penelitian sebagai berikut :

1. Merupakan anak laki-laki usia 10-11 tahun, tercatat sebagai siswa di SDN 6 Raja Pangkalan Bun
2. Subjek penelitian berdomisili atau tinggal di Kota Pangkalan Bun
3. Menjadi perokok aktif minimal satu bulan sebelum dilakukannya penelitian
4. Mau dan mampu berpartisipasi menjadi subjek penelitian tanpa paksaan
5. Dalam keadaan sehat dan baik saat dilakukan FGD

Kriteria informan triangulasi penelitian sebagai berikut :

1. Masih aktif menjadi guru sampai penelitian dilakukan
2. Orang tua subjek penelitian
3. Menjadi teman subjek penelitian sampai penelitian dilakukan
4. Mampu memberikan informasi yang cukup untuk penelitian
5. Mau dan mampu menjadi informan penelitian tanpa ada paksaan
6. Informan berdomisili atau tinggal di kota Pangkalan Bun
7. Dalam keadaan sehat dan baik saat dilakukan FGD

Analisis dalam penelitian ini menggunakan content analysis, yaitu data kualitatif yang diperoleh diolah dengan

menggunakan metoda pengolahan analisa deskriptif isi. Sedangkan analisis data yang digunakan adalah analisis kualitatif yang bersifat terbuka yaitu dengan menggunakan proses berfikir induktif, yang pengujiannya bertitik tolak dari data yang terkumpul kemudian disimpulkan.⁶

Adapun untuk melihat batasan-batasan yang diberikan dalam penelitian yang dilakukan guna menganalisis data, antara lain sebagai berikut :

1. Sebagian besar : e+ 5 subjek penelitian menjawab sama
2. Sebagian kecil : d+ 3 subjek penelitian menjawab sama
3. Rata-rata : 4 subjek penelitian menjawab sama

HASIL

FGD dilakukan guna mencari informasi dan data dari subjek penelitian. Informasi yang telah dikumpulkan adalah sebagai berikut :

1. Karakteristik subjek penelitian

Dari hasil FGD didapatkan informasi mengenai karakteristik subjek penelitian yang meliputi nama dalam bentuk inisial, umur, cita-cita, uang jajan yang diberi orang tua selama sehari, status tempat tinggal anak, pekerjaan orang tua dan lama merokok. Berikut adalah data hasil FGD mengenai karakteristik subjek penelitian ini.

Jumlah subjek penelitian yang diteliti sebanyak 8 orang siswa SD yang berjenis kelamin laki-laki. Subjek penelitian dalam penelitian ini dibatasi hanya pada siswa yang merokok minimal 1 bulan sebelum penelitian dilakukan dan subjek tercatat sebagai siswa pada sekolah yang menjadi subjek penelitian yaitu SDN 6 Raja Pangkalan Bun Kalimantan Tengah. Usia dari subjek penelitian tersebut yaitu 10-11 tahun menurut tanggal kelahiran sampai saat FGD dilakukan. Subjek penelitian semuanya adalah berjenis kelamin laki-laki. Memiliki kesenangan yang sama yaitu bermain sepak bola. Subjek penelitian duduk

di kelas 6 SD.

Subjek penelitian adalah tergolong anak dari tingkatan sosial menengah dan kebawah. Subjek penelitian jarang sekali diantar orang tuanya kesekolah karena orang tuanya sibuk untuk mencari nafkah keluarga. Walaupun demikian, anak-anak tersebut memiliki cita-cita yang tinggi. Ada yang ingin menjadi pemain sepak bola profesional, ada yang ingin menjadi guru, ada yang ingin menjadi polisi dan ada yang ingin menjadi dokter. Subjek penelitian ini sebagian besar ingin mewujudkan cita-citanya dengan selalu meningkatkan kemampuan fisik mereka lewat bermain sepak bola setiap sore hari bersama teman-temannya.

Beberapa dari subjek penelitian mengatakan bahwa rokok yang dia hisap adalah rokok-rokok yang biasa di jual di warung dan bisa di beli secara batangan seperti rokok merk Djarum, Sampoerna dan Apache. Selain membeli sendiri, rokok juga diberi oleh teman.

Sebagian besar subjek penelitian mulai merokok sejak awal naik kelas 6 SD, berkisar dari 3 bulan yang lalu hingga 8 bulan yang lalu sebelum penelitian dilakukan. Hampir semua subjek penelitian suka bermain bola. Tidak semua teman-temannya bermain itu adalah anak SD, ada anak SMP yang merupakan kakak laki-laki dari salah satu subjek penelitian. Anak SMP tersebut terkadang juga membawa teman-teman sebayanya untuk bermain sepak bola bersama anak-anak SD ini. Walaupun ketika penelitian ini dilakukan mereka tidak sedang bermain bola, namun teman-teman SMP tersebut tetap bermain-main dilokasi biasa mereka bermain bola yaitu kompleks SD yang menjadi objek penelitian.

2. Perilaku berhenti merokok

Perilaku berhenti merokok dimana subjek penelitian mampu untuk tidak merokok dalam beberapa saat. Namun sebagian besar

Tabel 1. Karakteristik subjek penelitian

Subjek Penelitian dan Topik	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Nama (Inisial)	AK	MA	RI	BA	AR	FA	IQ	FI
Umur	11	10	11	10	10	10	11	10
Cita-cita	Pemain Sepak Bola	Guru	Pemain Sepak Bola	Pemain Sepak Bola	Polisi	Pemain Sepak Bola	Dokter	Pemain Sepak Bola
Uang Jajan	Rp 5.000	Rp 5.000	Rp 5.000 s/d Rp 10.000	Rp 5.000	Rp 5.000	Rp 10.000	Rp 10.000	Rp 5.000
Tempat Tinggal	Milik Sendiri Jl.Sudirman	Kontrak Gg.Ramania Jl.Pakunegara	Milik Sendiri Gg.Rumbia Jl.Pakunegara	Milik Sendiri Jl.Pangeran Adipati	Milik Sendiri Jl.Tjilik Riwut II	Milik Sendiri Jl.Ratu Anum Kesumayudha	Milik Sendiri Jl. H.M Raff'i	Milik Sendiri Jl.Teratai
Pekerjaan Orang Tua	Pedagang sayur	Photografer	Pedagang sayur	Pedagang sembako	Pegawai Swasta	Pedagang sembako	Pegawai swasta	Pegawai swasta
Lama Merokok	7 bulan	7 bulan	6 bulan	8 bulan	5 bulan	3 bulan	5 bulan	4 bulan

subjek penelitian masih merokok dan kesulitan untuk berhenti merokok.

Subjek penelitian awalnya hanya coba-coba saja untuk merokok. Rata-rata subjek penelitian terhitung baru dalam merokok yaitu awal naik kelas 6 SD. Pada saat mencoba untuk merokok, subjek penelitian tidak langsung suka, ada yang batuk-batuk dan merasa tidak nyaman ditenggorokan. Namun, karena sering bermain sepak bola dan bertemu dengan teman-teman SMP yang merokok, mereka semakin tertarik dan ingin mencoba lagi.

Pada usia tersebut memang memiliki rasa penasaran dan ingin mencoba hal baru yang cukup kuat apalagi hal tersebut mampu membuat dirinya menjadi seperti seseorang yang diinginkan dan tampak lebih baik. Seperti halnya pada tabel berikut ini :

SP 1 : kami merokok tidak sengaja ka, awalnya hanya coba-coba saja tetapi sekarang kalau tidak merokok tidak enak. Saya merasa heran ka, mau berhenti tetapi sulit sekali

SP 2 : iya ka sama dengan SP 6

SP 3 : sama ka

SP 5 : iya ka sama

SP 7 : (mengganggu-anggukan kepala)

SP 8 : (mengganggu-anggukan kepala)

SP 4 : iya ka, saya mau berhenti juga ka. Alasan saya merokok hanya mengikuti teman saja, ketika dia merokok terlihat ganteng ka.he...he...he...

SP 6 : ya ka, saya melihat kakak laki-laki AK bersama temannya merokok ketika kami sedang bermain sepak bola, terlihat gagah sekali. Kami di ajarkannya, ketagihan hingga sekarang

SP : Subjek Penelitian

Dari percakapan tersebut membuktikan bahwa anak-anak pada usia tersebut masih suka mengikuti apa yang menurutnya menarik untuk diikuti. Sepertinya dengan merokok membuat mereka semakin terlihat keren dan dewasa bahkan menganggap dirinya mirip dengan bintang film.

Subjek penelitian tersebut mampu merokok dalam sehari sekitar 1-2 batang. Rokok yang diperoleh dari beli sendiri di warung dan diberi teman. Bapak dari masing-masing subjek penelitian ini ternyata juga perokok aktif yang biasanya sehari bisa menghabiskan 1-2 kotak sehari.

Rokok yang dikonsumsi oleh subjek penelitian adalah rokok yang biasa di jual

dipasaran dan rata-rata rokok tersebut dijual batangan oleh warung atau kios yang ada di sekitar sekolah tersebut.

Subjek penelitian biasanya merokok ketika ingin bermain bola dan tidak pernah merokok ketika sedang sekolah. Tempat biasa yang digunakan untuk tempat kumpul sambil merokok adalah lapangan sepak bola sehingga sebagian besar dari subjek penelitian merokok di area lapangan sepak bola.

Sebelum bermain bola biasanya membawa rokok untuk persiapan sebelum bermain bola. Selain diperoleh dari membeli di warung, salah satu subjek penelitian terkadang mengambil rokok di warung orang tuanya.

Subjek penelitian tidak memiliki gaya khusus dalam merokok, rata-rata hanya merokok seperti biasa, setelah dihisap kemudian dihembuskan kembali. Walaupun demikian, mereka tetap merasa rokok mampu membuat mereka tampak lebih keren dan dewasa bahkan seperti bintang film.

Rata-rata subjek penelitian memiliki niat untuk berhenti merokok namun merasa kesulitan untuk berhenti. Pasalnya ketika berhenti merokok maka tenggorokan terasa tidak enak dan badan seperti orang sakit sehingga dengan merokok, maka rasa tidak nyaman tersebut teratasi.

Subjek penelitian dalam hal merokok sudah tidak sebanyak dulu. Sekarang frekuensi merokoknya sudah mulai dikurangi, bahkan salah satu subjek ada yang sudah dua hari tidak merokok, berusaha melawan keinginan untuk merokok.

Ketika mempunyai keinginan untuk berhenti merokok, subjek penelitian rata-rata tidak mendapatkan dukungan karena teman-teman masih banyak yang merokok dan teman-teman rata-rata lebih terkesan kurang peduli, baik subjek penelitian mau merokok atau tidak hanya saja keinginan untuk berhenti merokok sulit untuk diatasi.

3. Self Efficacy Subjek Penelitian

a. Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experiences*)

Pengalaman pertama subjek penelitian untuk berhenti merokok sepertinya kurang berpengaruh karena masih ingin merokok lagi. Subjek penelitian merasakan hal yang tidak enak pada badan dan tenggorokannya ketika berhenti merokok pertama kali. Namun, ada 3 subjek penelitian lain yang tetap berusaha untuk berhenti merokok walau apapun caranya karena ia merasakan dada yang sesak ketika bermain sepak bola, takut karena sering berbohong dengan orang tua dan merasakan tenggorokan serta tidak enak badan.

Subjek penelitian merahasiakan perilaku merokoknya pada orang tua mereka karena khawatir akan di hukum oleh orang tua karena subjek penelitian didik keras oleh orang tuanya agar menjadi anak yang baik, namun disini orang subjek penelitian tidak memberikan contoh yang baik kepada anaknya karena masih merokok didepan anak. Sedangkan guru hanya mengetahui bahwa subjek penelitian merokok ketika ada teman dari subjek penelitian yang memberitahukan dan guru tersebut juga pernah melihat anak tersebut membeli rokok didekat sekolah, sehingga pada beberapa waktu yang lalu sebelum dilakukan penelitian guru tersebut melakukan konseling untuk anak-anak yang merokok, namun konseling tersebut tidak berhasil karena anak-anak tersebut masih merokok.

Subjek penelitian memiliki cara agar tidak tercium aroma rokok pada baju maupun mulutnya. Untuk menghilangkan bau mulut cukup dengan makan permen saja sedangkan untuk baju subjek tidak terlalu khawatir karena orang tuanya tahu bahwa anak-anaknya hanya bermain dan berada dibawah terik matahari sehingga antara bau keringat dan bau terik matahari tercampur dan orang tua hanya tahu bahwa itu adalah

bau terik matahari dan bau keringat saja.

Berikut adalah kolom percakapan subjek penelitian yang mencoba merasakan untuk berhenti merokok :

SP 1 : badan terasa nyaman dan mulut tidak berbau

SP 2 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 3 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 5 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 6 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 4 : memang benar tidak enak tetapi jika bermain sepak bola dada terasa tidak sesak

SP 7 : terasa enak dibadan namun terkadang masih ingin merokok, he...he..he...

SP 8 : iya ka saya sama dengan SP 7

SP : Subjek Penelitian

Dari hasil percakapan pada FGD tersebut bahwa subjek penelitian pernah mencoba untuk berhenti merokok dan merasakan manfaatnya, namun tidak semudah membalikan telapak tangan, karena rokok mengandung beberapa zat yang membuat seseorang kecanduan akan rokok.

b. Pengalaman orang lain (*Vicarious Experience*)

Dari hasil FGD sebagian besar subjek penelitian merokok hanya coba-coba serta ingin terlihat keren dan dewasa. Subjek penelitian tidak ada maksud untuk kecanduan rokok hanya saja lama-kelamaan semakin sulit untuk melepas rokok, bahkan membuat badan tidak nyaman.

Pengalaman orang lain dalam keberhasilan seseorang untuk berhenti merokok sangatlah penting terutama bagi anak-anak yang telah mencoba untuk merokok karena anak-anak tersebut hanya melihat sesuatu yang nyata saja.

Untuk berhenti merokok, subjek penelitian

tidak mendapatkan inspirasi dan motivasi dari orang lain, melainkan hanya dari diri sendiri. Motivasi tersebut seperti ingin mencapai cita-cita, merasa kasihan dengan perjuangan orang tua dan takut orang tuanya marah.

Ada anggota keluarga yang merokok, rata-rata yang merokok adalah bapak dari masing-masing subjek penelitian sehingga tidak bisa menjadi inspirasi subjek penelitian untuk berhenti merokok.

Ketika melihat orang lain tidak merokok, subjek penelitian merasa ingin sekali berhenti, namun hal itu sulit untuk dilakukan, karena lingkungan sekitar juga tidak ada yang mendukung atau memberi motivasi untuk berhenti merokok.

Berikut adalah kolom percakapan subjek penelitian yang merasakan pengalaman orang lain berhenti merokok :

SP 1 : merasa ingin untuk berhenti merokok

SP 2 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 3 : (mengangguk-anggukan kepala) tetapi sulit ka untuk berhenti merokok

SP 4 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 5 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 6 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 7 : (mengangguk-anggukan kepala) gimana ya ka mau sih berhenti merokok, kalau tidak merokok terasa tidak enak di tenggorokan

SP 8 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP : Subjek Penelitian

Berdasarkan kolom percakapan tersebut, bahwa subjek penelitian pernah melihat orang lain yang berhenti merokok dan berkeinginan untuk berhenti merokok. Namun, faktanya tidak semua subjek penelitian mampu untuk berhenti merokok dan masih ada beberapa subjek penelitian yang masih merokok.

c. Persuasi sosial (Social Persuation)

Beberapa subjek penelitian meyakinkan pada teman-temannya bahwa mampu untuk berhenti merokok diantaranya ada yang memiliki niat yang kuat, memiliki keinginan untuk menggapai cita-cita dan teringat perjuangan orang tua.

Menurut subjek penelitian, teman-teman di sekolah subjek penelitian tidak mengetahui bahwa subjek penelitian adalah perokok sehingga sekalipun subjek penelitian mempunyai niat untuk berhenti merokok teman-teman sekolahnya tidak berkomentar apa-apa. Namun tanpa disadari subjek penelitian, ada teman-teman sekolahnya yang mengetahui subjek penelitian adalah perokok dan bercerita ke guru yang menjadi informan penelitian.

Ada beberapa dampak positif yang dirasakan ketika berhenti merokok dan mengurangi frekuensi merokoknya yaitu uang jajan tidak berkurang banyak dan bisa lebih berhemat. Seperti yang ditunjukkan pada kolom berikut ini :

SP 1 : uang jajan tidak berkurang
he...he..he...

SP 4 : iya ka tidak berkurang

SP 7 : he'eh ka, he...he...he....

SP 2 : he...he...sama ka, bisa berhemat

SP 3 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 5 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 6 : (mengangguk-anggukan kepala)

SP 8 : (mengangguk-anggukan kepala)he....he...he....

SP : Subjek Penelitian

Subjek Penelitian biasanya diberi uang jajan oleh orang tuanya sekitar Rp 5.000,00 – Rp 10.000,00 per hari dan uang jajan itulah yang sebagian besar dari subjek penelitian menggunakannya untuk membeli rokok batangan yang harganya Rp 1.000,00 per batang rokok.

d. Keadaan Fisiologi dan Emosional (Physiological and Emotion States)

Keadaan secara fisiologi dan emosional subjek penelitian ketika bertemu langsung terlihat seperti biasa layaknya anak-anak seusia subjek penelitian. Namun, cara bicaranya sudah seperti orang-orang dewasa yang sedang bercerita.

Secara fisik, subjek penelitian merasa lebih nyaman ketika tidak merokok, namun kecanduan akan rokok membuat beberapa subjek penelitian kesulitan untuk berhenti merokok. Jika ada teman atau salah satu dari subjek penelitian berhenti merokok, maka tidak akan dijauhi oleh teman-teman yang lainnya karena menurut salahsatu subjek penelitian antara merokok maupun tidak merokok, teman adalah teman dan tidak pernah memaksakan harus tetap merokok atau tidak.

Pada awalnya, rokok memberikan dampak positif pada diri subjek penelitian karena dirasa bahwa lebih keren ketika merokok. Namun semakin lama, maka semakin merasa dampak buruk yang di timbulkan seperti sakit tenggorokan dan tidak enak badan serta pemborosan dan berbohong kepada orang tua. Walaupun secara fisik dan mental dirasakan demikian tetapi tetap saja merokok karena jika tidak merokok maka badan semakin tidak nyaman.

Secara emosional subjek penelitian juga merasa ketergantungan akan rokok dan merasakan pertentangan didalam diri antara ingin merokok atau berhenti merokok, bahkan menahan rasa takut karena telah berbohong dengan orang tua.

Dari segi penampilan menurut subjek penelitian bahwa ketika merokok, terlihat lebih keren dibandingkan ketika tidak merokok. Bahkan membandingkan diri antara sebelum dan setelah merokok, subjek penelitian merasa lebih keren ketika merokok namun apabila tetap merokok maka sesak nafas, berbohong dan boros tetap bisa dirasakan.

Apabila subjek penelitian tidak merokok maka akan selalu mencari-cari rokok karena apabila tidak merokok tenggorokan dan mulut terasa tidak enak. Beberapa subjek penelitian yang telah mencoba untuk berhenti merokok merasakan dampaknya seperti pada tabel berikut ini :

SP 4 : badan lebih enak ketika berhenti merokok

SP 1 : iya ka

SP 7 : sama ka

SP 8 : memang enak ketika berhenti ka tetapi terkadang masih ingin merokok makanya saya belum bisa terus untuk berhenti merokok

SP 2 : sama ka

SP 3 : iya ka

SP 5 : (mengganggu-anggukan kepala)

SP 6 : (mengganggu-anggukan kepala)

SP : Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil percakapan dari beberapa subjek penelitian yang pernah mencoba untuk berhenti merokok dan memiliki niat untuk tidak merokok lagi, menyatakan bahwa pada awalnya badan subjek penelitian merasa tidak enak. Hal ini dirasakan ketika beberapa hari subjek penelitian tidak merokok. Subjek penelitian ada yang telah mencoba berhenti merokok 2 hari sebelum dilakukan penelitian, ada yang telah mencoba berhenti 1 hari sebelum dilakukan penelitian dan ada juga yang telah berhenti merokok sekitar 23 hari sebelum dilakukan penelitian. Jauh-jauh hari telah

berusaha berhenti merokok karena merasakan adanya terasa sesak ketika bermain sepak bola.

Hasil wawancara dengan Informan Penelitian

Wawancara mendalam dilakukan untuk *crosscheck* jawaban dari subjek penelitian. Dalam penelitian ini di selain guru dan teman sebaya, orang tua juga diwawancarai guna memperoleh informasi.

1. Karakteristik Informan Penelitian

Pada tabel 2 tersebut menjelaskan ada 5 orang informan penelitian yaitu TH yang berprofesi sebagai guru kelas 6 yang mengajar di lokasi penelitian yaitu SDN 6 Raja Pangkalan Bun. Beliau berusia 53 tahun terhitung dari tanggal lahir hingga penelitian dilakukan. Beliau tinggal di kompleks perumahan guru di area SDN 6 Raja Pangkalan Bun. Informan penelitian selanjutnya adalah RI yang merupakan teman akrab subjek penelitian sejak kelas 1 SD. RI berusia 11 tahun terhitung dari tanggal lahir hingga penelitian dilakukan. Kemudian informan penelitian orang tua subjek penelitian 1, 6 dan 7 yang di jadikan informan *crosscheck* selanjutnya.

Dipilihnya informan penelitian tersebut berdasarkan dari kedekatannya dengan subjek penelitian dan tanpa paksaan. Latar belakang dari informan penelitian berbeda-beda sehingga sedikit kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan informan penelitian terutama informan penelitian orang tua.

Tabel 2. Karakteristik Informan Penelitian

Nama (inisial)	Waktu	Tempat	Lama Wawancara
TH (guru)	7 mei 2013	JL. Pangeran Adipati	30 menit
RI (teman)	7 mei 2013	JL. Pangeran Adipati	35 menit
OTSP 1	8 mei 2013	Jl.Sudirman	45 menit
OTSP 6	9 mei 2013	Jl.Ratu Anum Kesumayudha	48 menit
OTSP 7	9 mei 2013	Jl. H.M Rafi'i	40 Enit

2. Hasil wawancara dengan informan penelitian Guru kelas 6 SDN 6 Raja Pangkalan Bun Kalimantan Tengah

Pada awal penelitian yang menjadi informan penelitian hanya guru saja namun sesuai dengan kebutuhan guna mencari informasi yang cukup maka beberapa informan penelitian dipilih kembali sehingga dipilihlah menjadi 5 orang informan penelitian dan salah satunya adalah guru kelas 6. beliau adalah seorang ibu berusia 53 tahun dan tinggal di kompleks SDN 6 Raja Pangkalan Bun.

Informan penelitian ini merupakan guru kelas dari subjek penelitian sehingga mengerti tentang keadaan subjek penelitian ketika berada di sekolah. Guru ini selain sebagai guru kealas, beliau juga dekat dengan anak-anak muridnya sehingga tidak sungkan anak-anak muridnya untuk manja dan bercerita. Namun, untuk masalah rokok guru ini tahu baru di awal tahun ini karena ada salah seorang siswa yang bercerita kepadanya. Setelah beberapa hari siswa tersebut melapor, guru tersebut melihat anak-anak yang dilaporkan tersebut membeli rokok.

Walaupun disekolah ada kebijakan khusus mengenai siswa-siswa yang melanggar aturan, guru tersebut tidak langsung menghukum anak-anak, memanggil anak-anak yang bermasalah kemudian dilakukan pendekatan dan bertanya selayaknya bercerita bukan mengintrogasi serta sambil mengingatkan dan memberi gambaran bahaya merokok. Hal ini dilakukan karena anak-anak tersebut tidak merokok pada saat sekolah atau jam istirahat sekolah melainkan merokok diluar jam sekolah. Apabila dilakukan ketika sekolah atau jam istirahat maka akan langsung ditindak tegas dengan memanggil orang tua siswa yang bersangkutan.

Subjek penelitian tidak merokok ketika jam sekolah ataupun jam istirahat berlangsung, subjek penelitian hanya merokok ketika hendak bermain sepak bola bersama teman-temannya. Jumlah siswa yang masih merokok hingga sekarang ada 9

orang, namun yang mau dan bersedia untuk dijadikan subjek penelitian hanya 8 orang saja dan merupakan satu teman bermain atau satu geng.

Latar belakang kehidupan sosial anak tersebut adalah kalangan menengah kebawah. Menurut guru tersebut, anak-anak merokok karena merasa ingin tahu dan mencoba-coba saja, kalau dirasa tidak enak pasti berhenti.

Dilingkungan sekolah baik guru maupun staff tidak ada yang merokok karena sebagian besar guru adalah wanita dan hanya ada 2 orang guru laki-laki dan juga tidak merokok.

3. Hasil wawancara dengan informan penelitian teman sebaya subjek penelitian

Dipilihnya teman sebaya tersebut karena memiliki kedekatan dengan subjek penelitian. Selain itu, subjek penelitian setelah diwawancara ternyata tidak merokok karena menurutnya rokok berbahaya bagi kesehatan. Teman sebaya ini merupakan teman dekat subjek penelitian sejak dari kelas 1 SD. Teman sebaya ini juga duduk di bangku kelas 6 SD yang sama-sama sedang menghadapi ujian nasional. Teman sebaya ini berusia 11 tahun terhitung dari tanggal lahir hingga penelitian dilakukan.

Teman sebaya ini mengaku sering bertemu dengan subjek penelitian karena ingin bermain bola bersama. Pernah suatu ketika subjek penelitian mengajak subjek penelitian untuk berhenti merokok namun, tanggapannya hanya ditertawakan saja oleh subjek penelitian.

Perilaku teman yang merokok lebih terlihat dewasa karena merasa dirinya adalah orang dewasa seperti suka menolong teman-temannya disekolah serta guru yang membutuhkan bantuannya. Perilaku merokok yang dilakukan teman-temannya hanya merokok seperti halnya orang lain yang merokok hanya menghisap kemudian dihembuskan kembali.

Kebiasaan lain dari subjek penelitian yang diketahui oleh informan teman sebaya selain bermain sepak bola adalah suka jajan sembarangan. Selain merokok dan jajan sembarangan, menurut informan penelitian teman sebaya bahwa subjek penelitian tidak pernah ikut-ikutan siswa sekolah lain yang memakai lem atau yang biasa mereka sebut lempok. Lempok ini seperti lem kayu yang dihirup terus aromanya hingga membuatnya merasa melayang-layang seperti halnya narkoba.

4. Hasil wawancara dengan informan penelitian orang tua subjek penelitian

Informan penelitian ini ada 3 orang tua yang berusia sekitar 36 tahun, 43 tahun dan 40 tahun. Pada saat awal tidak sulit untuk menemui orang tua dan membuat janji untuk wawancara karena ada 2 orang tua yang minta diwawancara langsung ditempat dan 1 lagi minta diwawancara setelah pulang dari tempat kerja.

Orang tua subjek penelitian ini kesehariannya memang sibuk dan kurang tahu kegiatan anak-anaknya seperti apa. Istri ataupun ibu dari subjek penelitian juga sibuk dengan urusan rumah tangga dan membantu suami mencari nafkah sehingga sebagian besar kegiatan anak-anaknya tidak tahu, orang tua tahu jika diberi tahu oleh anak maupun orang lain.

Subjek penelitian menjadi perokok orang tua tidak tahu sehingga menjawab pertanyaan membayangkan hanya seandainya saja jika anak mereka merokok.

Walaupun demikian orang tua tetap bertanggung jawab atas anaknya sekalipun anaknya telah berbuat salah dan tetap memberikan perhatian kepada anaknya, misalnya dengan memberikan hukuman dan pengurangan uang jajan jika anaknya merokok. Selain itu, orang tua juga memberikan les tambahan di tempat-tempat bimbingan belajar dan meminta anaknya mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek Penelitian

Menurut Elisabeth Hurlock pada fase akhir anak-anak (*late childhood*) sejak usia 6-12 tahun. Pada fase ini anak-anak sudah mulai mengerti dengan kepentingan pribadinya dan peningkatan kosa kata dalam kesehariannya. Fase ini disebut juga fase kelompok karena anak-anak lebih suka berkelompok dengan teman-teman sebayanya. Ada yang menyebutkan bahwa fase anak-anak akhir adalah fase kelompok atau geng. Geng anak-anak ini merupakan kelompok bermain yang anggotanya merupakan dari jenis kelamin yang sama.⁷

Kelompok anak ini merupakan bagian dari keseharian subjek penelitian karena hampir setiap hari subjek penelitian ini saling bertemu dan bermain. Terbentuknya kelompok ini sejak subjek penelitian duduk di bangku kelas 3 sekolah dasar. Pada saat itu subjek penelitian merasa memiliki kegemaran yang sama yaitu bermain sepak bola dan beberapa subjek penelitian merupakan tetangga atau rumah subjek yang satu berdekatan dengan subjek yang lain. Selain itu, subjek penelitian sudah dipercaya oleh masing-masing orang tua untuk berangkat ke sekolah sendiri. Sehingga subjek penelitian merasa memiliki hak untuk bermain dengan bebas bersama teman-teman sebayanya tanpa pantauan dari orang tua ketika di sekolah.

Pada subjek penelitian walaupun nakal layaknya anak-anak namun disatu sisi subjek penelitian memiliki hati yang baik terkadang menolong guru maupun teman-temannya. Peran orang tua sangatlah penting terutama di usia pertumbuhan seperti subjek penelitian. Pada usia tersebut biasanya anak-anak merasa dirinya sudah mampu untuk menjaga dirinya sendiri sehingga melakukan berbagai hal tanpa diketahui oleh orang tuanya.¹⁰

Orang tua adalah faktor utama yang mampu membentuk karakter seorang anak. Sehingga apabila orang tua mampu

mengajarkan hal yang baik maka anaknya akan belajar untuk menjadi yang baik pula dan sebaliknya. Seperti halnya merokok, bapak dari masing-masing subjek penelitian adalah perokok aktif dan anak-anaknya mengetahui hal tersebut sehingga anak-anak memiliki gambaran dalam hal merokok. Selain itu, subjek penelitian mengetahui rokok dari teman bermainnya yang merupakan pelajar SMP. Setelah awalnya subjek penelitian melihat sendiri orang tuanya merokok, kemudian temannya juga merokok dan tampak seperti orang yang keren dan ganteng sehingga subjek penelitian berusaha untuk mencobanya, sehingga dengan demikian subjek penelitian mampu menjadi seorang perokok dan sekarang merasa kesulitan untuk berhenti merokok setelah lama menjadi perokok.

Berdasarkan PP No. 109/2012 pasal 25 dan 46 yang telah disebutkan diatas, bahwa anak-anak seperti subjek penelitian tidak diperbolehkan untuk membeli rokok maupun mengkonsumsi rokok. Para pedagang rokok kebanyakan kurang sosialisasi mengenai hal tersebut. Informan penelitian teman sebaya merupakan teman dari subjek penelitian sejak kelas 1 SD. Informan penelitian teman sebaya ini pernah mencoba memberikan nasehat kepada subjek penelitian untuk berhenti merokok namun, subjek penelitian tidak memberikan tanggapan yang berarti, hanya menertawakan saja.

Rata-rata orang tua dari subjek penelitian tidak mengetahui bahwa anaknya atau subjek penelitian tersebut merokok sehingga orang tua memberikan pendapat hanya memberikan perumpamaan saja jika anaknya merokok.

Perilaku Merokok Subjek Penelitian

Pada awalnya subjek penelitian merokok karena tertarik melihat teman SMP yang bermain sepak bola dengan kelompoknya merokok dan terlihat keren ditambah lagi dengan perilaku orang tua yang merokok dan tidak mengetahui bahwa anaknya perokok

serta masih ada warung yang mau menjual rokok kepada anak kecil dan menjual secara eceran. Hal ini yang memicu anak-anak merasa mampu untuk merokok, diluar rasa penasaran dan niat untuk coba-coba subjek penelitian.

Pasal 44 Undang-Undang Nomor 23 tahun 2002 tentang Perlindungan Anak menyatakan bahwa pemerintah wajib menyediakan fasilitas dan menyelenggarakan upaya kesehatan yang komprehensif bagi anak, agar setiap anak memperoleh derajat kesehatan yang optimal sejak dalam kandungan.⁸

Pemerintah telah mengambil tindakan nyata dengan memberikan perlindungan yang memadai bagi anak-anak dari bahaya merokok. Kesehatan anak-anak jauh lebih penting karena anak-anak adalah calon penerus bangsa dan ketahanan nasional sehingga perlu dijaga perkembangannya oleh orang tua maupun siapa saja yang berdekatan dengan anak-anak. Bisa dipastikan bahwa ketahanan nasional hanya akan tercapai bila ada ketahanan masyarakat. Ketahanan masyarakat akan tercapai bila ada ketahanan keluarga dan ketahanan keluarga akan bisa diwujudkan manakala anggota keluarga, anak-anak dalam kondisi sehat jiwa dan raga, tidak hidup dalam ketergantungan nikotin, alkohol, narkoba, maupun zat-zat adiktif lain.

Survey Ekonomi Nasional Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan terjadinya peningkatan jumlah perokok yang mulai merokok pada usia di bawah usia 19 tahun, dari 69 % pada tahun 2001 menjadi 78 % pada tahun 2004. Survey ini juga menunjukkan trend usia inisiasi merokok menjadi semakin dini, yakni usia 5-9 tahun. Perokok yang mulai merokok pada usia 5-9 tahun mengalami peningkatan yang paling signifikan, dari 0,4 % pada tahun 2001 menjadi 1,8 % pada tahun 2004.⁹

Semua ahli kesehatan termasuk Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah

lama menyimpulkan, bahwa secara kesehatan, rokok banyak menimbulkan dampak negatif, lebih-lebih bagi anak dan masa depannya. Rokok mengandung 4000 zat kimia dengan 200 jenis di antaranya bersifat karsinogenik (dapat menyebabkan kanker), di mana bahan racun ini didapatkan pada asap utama maupun asap samping, misalnya karbon monoksida, benzopiren, dan amoniak.⁹

Berdasarkan hal tersebut bahwa rokok memang mampu merusak masa depan anak-anak bahkan merusak masa depan bangsa karena anak-anak adalah generasi penerus bangsa yang akan memimpin bangsa dimasa yang akan datang.

Perilaku Berhenti Merokok Subjek Penelitian

Menurut *Social Learning Theory* perilaku terbentuk atas tiga hal diantaranya *self efficacy*, *environment* dan *behaviour*. Dimana dalam penelitian ini membahas tentang perilaku merokok anak yang dihubungkan dengan berbagai kegiatan yang ada disekitarnya dan kemampuan dirinya untuk merokok. Dimana perilaku merokok yang dihasilkan sangat mempengaruhi perilakunya seperti mampu berbohong dengan orang tua.

Ketika dilakukan FGD, banyak tanggapan atau jawaban yang berbeda dari subjek penelitian, namun yang benar-benar berniat ingin berhenti merokok hanya 3 orang saja, subjek penelitian yang lain masih belum mampu berhenti karena merasa ketagihan, jika tidak merokok maka badan terasa tidak enak. Hal ini membuktikan bahwa rokok benar-benar mengandung zat adiktif yaitu penyakit akibat gangguan kimiawi otak yang menimbulkan perubahan perilaku, proses pikir dan perasaan, salah satu zat yang dikenal cukup mempengaruhi dalam kecanduan tembakau atau rokok adalah nikotin.¹⁰ Nikotin ini mampu membuat perasaan lapar seseorang menjadi kenyang jika mengkonsumsinya. Sehingga perokok merasa jika tidak merokok maka akan

merasakan tidak enak baik secara fisik maupun emosionalnya.¹¹

Subjek penelitian mengatakan bahwa sulit ketika berhenti merokok. Kesulitan dalam berhenti merokok ini dipicu karena rokok memiliki zat adiktif atau zat yang dapat menimbulkan seseorang kecanduan. Ada keadaan dimana seseorang dapat dikatakan putus obat dengan tanda-tanda seperti mata dan hidung berair, menguap, berkeringat, kegelisahan, menggigil, kram, dan sakit pada otot. Hal tersebut terjadi pada orang-orang yang telah teradiksi oleh suatu zat termasuk seperti halnya kecanduan tembakau atau rokok, namun seseorang yang putus tembakau tidak mengalami sakau seperti orang yang putus obat. Gejala putus tembakau seperti seorang perokok merasa mulutnya terasa asam dan tidak enak, merasa badan pegal-pegal jika tidak merokok, merasa tenggorokan sakit dan merasa ingin terus merokok karena keadaan yang tidak nyaman tersebut.¹⁰

Kesadaran masyarakat akan bahaya rokok bagi kesehatan sudah banyak yang mengetahuinya namun, masih saja merasa ingin terus merokok. Keinginan untuk terus merokok disebabkan karena kuatnya ketergantungan terhadap nikotin. Dibutuhkan kemauan yang kuat untuk berhenti merokok disamping dukungan dan bantuan medik.¹²

Selain itu, rokok juga menyebabkan berbagai penyakit diantaranya yang dialami oleh salah satu subjek penelitian yaitu sesak nafas. Berdasarkan alasan itu pula dan ingin mencapai cita-cita maka berniat untuk berhenti merokok.

Self Efficacy

1. Pengalaman Keberhasilan (*Mastery Experiences*)

Dari hasil penelitian rata-rata subjek penelitian mengatakan bahwa tujuan merokok agar terlihat keren dan ganteng seperti bintang film. Ada juga subjek penelitian mengatakan merokok atau tidak merokok

dirinya tetap terlihat ganteng. Rata-rata subjek penelitian merokok karena coba-coba dan ikutan teman saja. Namun, semakin lama frekuensi merokoknya semakin dikurangi karena merasakan dampak yang tidak enak di badan dan uang jajan. Berbagai macam cara mengurangi rokok seperti ada yang mengurangi dari 1 batang rokok menjadi setengah batang rokok, ada yang sudah 2 hari tidak merokok, ada yang sudah hampir 3 minggu lebih tidak merokok dan ada yang merokok diirit-irit misalnya saja merokok hari ini, besok tidak merokok dan ada yang merokok 1 batang untuk 2 hari.

Disisi lain ada beberapa subjek penelitian yang merasakan ketidak nyamanan ketika berhenti merokok namun tetap berusaha agar tidak merokok karena rokok membuatnya suka berbohong dengan orang tua, tidak bisa berhemat dan ada pula yang merasa dadanya sesak ketika bermain bola.

Pengalaman keberhasilan ini dimana keberhasilan yang sering didapatkan akan meningkatkan *self efficacy* yang dimilikinya sedangkan kegagalan akan menurunkan *self efficacy*nya.¹³ Hal ini terbukti pada subjek penelitian yang ingin berhenti merokok.

Subjek penelitian ini merasakan suatu hal yang positif sehingga ia terus berusaha untuk berhenti merokok. Salah satu subjek penelitian mengatakan bahwa berhenti merokok itu sulit namun tetap berusaha bagaimana caranya berhenti merokok karena menurutnya rokok telah membuat dadanya sesak, selain itu juga ingin mencapai cita-cita sehingga muncullah tekak yang kuat untuk berhenti merokok.

Menurut Bandura untuk memutuskan suatu perilaku tertentu akan dibentuk atau tidak, seseorang tidak hanya mempertimbangkan informasi dan keyakinan tentang kemungkinan kerugian atau keuntungan, tetapi juga mempertimbangkan sampai sejauh mana seseorang dapat mengatur perilaku tersebut. Oleh karena itu,

subjek penelitian harus berfikir panjang sebelum memutuskan untuk melakukan suatu aktifitas seperti merokok yang menurutnya itu membuat dirinya merasa nyaman tetapi sebenarnya telah memberikan dampak buruk bagi kehidupannya.

Ketika berhenti merokok subjek penelitian tidak merasa berubah dan merasa tetap seperti biasanya. Tidak merasakan tidak keren lagi atau yang lainnya.

Hambatan pertama kali yang dirasakan oleh subjek penelitian adalah kesulitan dalam berhenti merokok, sebentar saja berhenti rasanya mulut seperti asam, tenggorokan tidak enak dan seperti orang sakit. Namun apabila merokok dan dilanjutkan bermain sepak bola maka dada terasa sesak.

Ada beberapa tanda-tanda seseorang telah adiksi terhadap rokok seperti gelisah, bimbang, mudah emosi, bernafas terasa sulit dan terasa asam pada mulut jika tidak merokok.¹⁰ Ada yang dinamakan putus obat yaitu dengan tanda-tanda seperti mata dan hidung berair, menguap, berkeringat, kegelisahan, menggigil, kram, dan sakit pada otot. Hal tersebut terjadi pada orang-orang yang telah teradiksi oleh suatu zat termasuk seperti halnya kecanduan tembakau atau rokok, namun seseorang yang putus tembakau tidak mengalami sakau seperti orang yang putus obat. Gejala putus tembakau seperti seorang perokok merasa mulutnya terasa asam dan tidak enak, merasa badan pegal-pegal jika tidak merokok, merasa tenggorokan sakit dan merasa ingin terus merokok karena keadaan yang tidak nyaman tersebut.¹⁰ Beberapa efek yang ditimbulkan dapat membuat pecandu rokok merasa kesulitan untuk berhenti merokok karena efek yang ditimbulkan sangat mengganggu bagi perokok tersebut. Terlebih lagi pada anak-anak karena pada usia tersebut sangat rentan.

2. Pengalaman Orang Lain (*Vicarious Experiences*)

Faktor yang mempengaruhi *self efficacy* salah satunya adalah pengalaman orang lain (*vicarious experiences*) yaitu pengalaman keberhasilan orang lain yang memiliki kemiripan dengan individu dalam mengerjakan suatu tugas biasanya akan meningkatkan *self efficacy* seseorang dalam mengerjakan tugas yang sama. *Self efficacy* tersebut didapat melalui *social models* yang biasanya terjadi pada diri seseorang yang kurang pengetahuannya tentang kemampuan dirinya sehingga mendorong seseorang untuk melakukan *modelling*.¹³

Modelling dalam penelitian ini yaitu subjek penelitian mencontoh orang-orang yang ada disekitarnya karena dirasa menarik. Dalam hal ini, merokok subjek penelitian memiliki beberapa model diantaranya teman bermain sepak bolanya yang sudah lama merokok. Ini adalah model yang tidak baik ditiru terutama dikalangan anak-anak sehingga pengawasan dan nasehat yang baik sangat penting agar anak-anak tersebut tidak masuk ke ranah yang tidak baik. Namun, disini orang tua juga memberikan model yang kurang baik karena salah satu orang tua yaitu bapak dari masing-masing subjek penelitian merupakan perokok aktif.

Pihak sekolah di SDN 6 Raja Pangkalan Bun Kalimantan Tengah memiliki peraturan dan sanksi terhadap siswa yang melanggar peraturan sekolah, mulai dari pemanggilan orang tua siswa hingga pengeluaran siswa yang bermasalah dari sekolah. Namun, untuk masalah rokok guru yang menjadi informan penelitian mengatakan bahwa siswa tersebut dipanggil dan diberi nasihat serta memanggil orang tua jika siswa tersebut merokok pada jam sekolah.

3. Persuasi Sosial (*Social Persuasion*)

Pada salah satu subjek penelitian mengatakan bahwa perilaku berhenti merokok selain niat dari dalam dirinya,

ternyata orang tua memiliki pengaruh pada dirinya karena berhenti merokok merasa ingat orang tua yaitu ibunya dan malu karena sering berbohong. Berarti secara tidak langsung peran orang tua juga sangat penting untuk mempengaruhi perilaku berhenti merokok anak. Jika orang tua mau memberikan nasehat dan gambaran tentang bahaya dari rokok maka subjek penelitian akan mampu untuk berhenti merokok.

Orang tua pasti mengharapkan hal yang terbaik bagi anak-anaknya. Walaupun sibuk orang tua tetap perhatian dan memberikan bimbingan kepada anaknya sehingga anaknya merasa malu dan segan karena sering berbohong untuk mengambil rokok secara diam-diam di warung orang tuanya. Oleh karena itulah rokok mudah didapat oleh anak-anak, selain orang tua memiliki warung yang berjualan rokok, subjek penelitian dengan mudahnya membeli rokok batangan yang harganya lebih murah dari uang jajan anak SD yaitu Rp 1.000,- perbatang rokok.

Orang tuanya tersebut juga tidak mengetahui pasti bahwa anaknya merokok. Anak yang merokok dikhawatirkan akan kontradiksi (penyangkalan) terhadap orang tuanya apabila orang tuanya mengetahui anaknya merokok. Sehingga diperlukan pendekatan terhadap anak yang merokok dan diperlukannya kerja sama antara pihak sekolah dengan orang tua yang bersangkutan.

Pada salah satu subjek penelitian mengatakan bahwa perilaku berhenti merokok selain niat dari dalam dirinya, ternyata orang tua memiliki pengaruh pada dirinya karena berhenti merokok merasa ingat orang tua yaitu ibunya dan malu karena sering berbohong. Berarti secara tidak langsung peran orang tua juga sangat penting untuk mempengaruhi perilaku berhenti merokok anak. Jika orang tua mau memberikan nasehat dan gambaran tentang bahaya dari rokok maka subjek penelitian akan mampu untuk berhenti merokok.

Salah seorang teman sebaya yang menjadi informan penelitian pernah memberikan nasihat tentang bahaya merokok namun subjek penelitian hanya menertawakan saja dan tidak mendengarkan nasihat temannya tersebut. Sehingga informan teman sebaya tersebut tidak mau menasihati lagi.

Di sekolah terdapat guru yang memberikan nasihat bagi siswa-siswanya agar tidak terjerumus ke hal yang tidak baik. Guru tersebut juga menjadi informan penelitian pada penelitian ini. Guru tersebut menjelaskan bahwa di sekolah juga terdapat sanksi yang tegas bagi yang melanggar peraturan sekolah, sehingga subjek penelitian tidak pernah merokok pada jam sekolah ataupun ketika mengenakan baju seragam sekolah.

4. Keadaan fisiologis dan emosional (*Improving Physiological and Emotional States*)

Pada usia 10-11 tahun, biasanya anak-anak mulai hidup berkelompok atau biasa disebut geng. Seperti halnya subjek penelitian semuanya adalah satu geng sehingga tidak diragukan lagi bahwa merokok merupakan hal yang biasa dilakukan ketika berkumpul. Nantinya apabila salah satu diantara subjek penelitian tersebut berhenti dan mampu mempengaruhi teman-temannya, lama-lama subjek penelitian akan berhenti, apalagi jika subjek penelitian menemukan hal baru sebagai kegemaran bersama maka kegemaran lama yang kurang menarik akan perlahan-lahan ditinggalkannya.

Dari hasil jawaban subjek penelitian bahwa hampir keseluruhan subjek penelitian merokok ketika ingin bermain bola. Hal itu dilakukan ketika berkumpul di tepi lapangan tempat mereka biasa bermain bola, karena sering berkumpul dan merokok, maka sebagian subjek penelitian merasa kesulitan untuk berhenti merokok.

Selain sehat secara fisik, sebagian dari subjek penelitian juga mampu mengatasi

keinginan untuk merokok, karena sudah merasakan nikmatnya berhenti merokok. Subjek penelitian ada yang telah mencoba berhenti merokok seperti subjek penelitian 7 sudah 2 hari berhenti merokok sebelum dilakukan penelitian dan alasan berhenti merokok karena takut sering berbohong dengan orang tua yang jualan rokoknya sering diambil secara diam-diam, kemudian ada subjek penelitian 1 yang telah mencoba berhenti merokok 1 hari sebelum dilakukan penelitian dan alasan berhenti merokok karena tenggorokan dan badan terasa tidak enak dan juga subjek penelitian 4 yang telah mencoba berhenti merokok sekitar 23 hari sebelum dilakukan penelitian alasan jauh-jauh hari telah berusaha berhenti merokok karena merasakan adanya teras sesak ketika bermain sepak bola.

Ketagihan dalam ilmu kedokteran dinamakan adiksi yaitu istilah untuk menggambarkan kebiasaan atau ketergantungan yang berefek buruk bagi kesehatan namun orang tersebut susah untuk meninggalkannya.¹⁴ Ketagihan ini seperti halnya menjadi suatu kebiasaan, misalnya memiliki kebiasaan merokok 2 batang sehari jika merokok 1 batang sehari maka akan merasakan hal yang tidak enak dibadan.

Ada yang dinamakan putus tembakau yaitu pada saat seseorang berhenti merokok, maka jumlah nikotin yang mencapai reseptor di otak menurun dan hal ini menyebabkan penurunan pelepasan dopamine dan neurotransmitter lainnya sehingga terjadi gejala putus nikotin seperti rasa cemas, mudah tersinggung, frustrasi, marah, insomnia, tidak sabar, sulit konsentrasi, depresi, nafsu makan meningkat. Efek ini umumnya timbul 4-6 jam setelah lepas nikotin pada seorang perokok dan mencapai puncak dalam beberapa hari sampai 2-4 minggu selama berhenti merokok.¹⁵

Gejala putus tembakau ini jika seseorang telah ketagihan merokok kemudian berhenti

merokok. Apabila seseorang berhenti merokok maka akan merasakan efek seperti rasa cemas, mudah tersinggung, frustrasi, marah, insomnia, tidak sabar, sulit konsentrasi, depresi, nafsu makan meningkat. Tidak dapat dibayangkan jika anak pada usia 10-11 tahun telah kecanduan merokok dan akan merasakan efek seperti hal tersebut.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap anak siswa sekolah dasar di SDN 6 Raja Pangkalan Bun Provinsi Kalimantan Tengah, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik subjek penelitian

Semua subjek penelitian adalah perokok aktif termasuk dalam golongan usia anak-anak akhir yang berusia 10-11 tahun. Subjek penelitian masi duduk di bangku kelas 6 SD, ketika dillakukan penelitian subjek penelitian sedang menghadapi ujian nasional. Subjek penelitian sehari biasanya diberi uang jajan sebesar Rp 5.000,- sampai Rp 10.000,- perhari oleh orang tuanya.

Subjek penelitian ini tinggal bersama orang tuanya. Kegiatan yang sering dilakukan adalah bermain sepak bola dilapangan sekolahnya. Subjek penelitian memiliki cita-cita yang beragam dari pemain sepak bola, guru, polisi dan dokter. Subjek penelitian melakukan kegiatan olah raga guna melatih fisik demi mencapai cita-cita yang tinggi. Subjek penelitian ini hidup dari latar belakang dan pekerjaan orang tua yang beragam, mulai dari penjual sayur, berjualan sembako, karyawan toko komputer dan fotografer.

2. Perilaku berhenti merokok subjek penelitian

Sebagian besar perilaku berhenti merokok subjek penelitian berasal dari dalam dirinya namun, yang berhasil mencoba berhenti merokok hanya sebagian kecil dari subjek penelitian yaitu 3 orang subjek penelitian yaitu subjek penelitian 1, 7 dan 4.

Kesulitan dalam berhenti merokok dikarenakan orang tua yang merokok dan menjual rokok dan teman bermain sepak bola yang masih sehingga subjek penelitian mencari cara bagaimana berhenti merokok dengan usahanya sendiri. Dari pihak sekolah terutama gurunya hanya memberikan konseling dan gambaran tentang bahaya rokok sehingga subjek penelitian merasa tidak diberikan dukungan khusus untuk berhenti merokok.

3. Self efficacy

Sebagian besar subjek penelitian belum mempunyai keinginan untuk berhenti merokok karena subjek penelitian masih merasa ingin merokok lagi walaupun sebagian kecil subjek penelitian telah mencoba berhenti merokok. Meskipun demikian sebagian besar subjek penelitian masih merasa tidak mampu melepaskan diri secara sepenuhnya dari rokok, walaupun sebagian kecil subjek penelitian telah mencoba untuk berhenti merokok. Sebagian besar pada penelitian ini komponen dari *Self efficacy* yang lebih dominan dan berpengaruh pada subjek penelitian adalah keadaan fisiologis dan emosional (*physiological and emosional states*) dan persuasi sosial (*social persuasion*).

SARAN

1. Untuk Sekolah

- a. Disarankan untuk sekolah yang terkait hendaknya memberikan kegiatan positif pada siswanya seperti ekstrakurikuler di sekolah agar tidak terjerumus ke hal-hal yang tidak diinginkan dan tidak sewajarnya siswa sekolah dasar melakukannya seperti merokok dan sebagainya. Memberikan edukasi tentang bahaya-bahaya yang ditimbulkan akibat melakukan hal-hal yang menyimpang seperti merokok sehingga dengan demikian, siswa-siswa merasa lebih percaya diri untuk menjauhi hal-hal

yang merugikan. Siswa-siswa pada usia tersebut memiliki rasa ingin tahu yang tinggi sehingga hendaknya pihak sekolah bekerjasama dengan orang tua siswa untuk membentuk pribadi siswa yang menjadi lebih baik lagi agar masa depannya baik dan cita-citanya terwujud.

- b. Memfasilitasi subjek penelitian atau anak-anak yang sudah mempunyai niat untuk berhenti merokok dengan mendirikan layanan berhenti merokok di unit kesehatan siswa (UKS), sehingga subjek penelitian atau anak-anak yang ingin berhenti merokok merasa dihargai atas keinginannya untuk berhenti merokok.

2. Untuk orang tua

- a. Diharapkan setiap orang tua bisa memberikan pengawasan kepada anaknya dengan mengetahui kegiatan apa saja yang dilakukan anak-anaknya ketika diluar rumah. Selalu memberikan pendekatan dan rasa aman pada anak-anaknya agar anak-anak semakin dekat dan patuh kepada orang tua. Orang tua memberikan pengetahuan tentang bahaya rokok bagi anak karena peminat rokok semakin meningkatnya tahun maka semakin muda pula usia dari perokok.
- b. Memberikan dukungan kepada anak yang telah kecanduan rokok untuk berhenti merokok dengan cara memberikan pendekatan dan memotivasi anak serta mengarahkan anak ke hal-hal positif yang diinginkan oleh anak seperti ingin menjadi pemain sepak bola maka mengajak anak tersebut untuk berlatih dengan seseorang yang lebih ahli dibidang tersebut. Orang tua tidak merokok didepan anak dan mengurangi frekuensi merokoknya agar anak merasa bahwa orang tua telah

memberikan contoh yang terbaik dengan tidak merokok.

DAFTAR PUSTAKA

1. Promosi Dinas Kesehatan kota Semarang. *Buku Saku Bahaya Rokok*. Dinas Kesehatan Kota Semarang. 2010.
2. UU kesehatan. UU kes RI No.36/2009 *Tentang Pengamanan Produk Tembakau Sebagai Zat Adiktif Bagi Kesehatan*. Pustaka Yustisia. Jakarta. 2010.
3. Peraturan Pemerintah (PP) RI. PP RI No.109/2012 *Tentang Pengamanan Bahan Yang Mengandung Zat Adiktif Berupa Produk Tembakau Bagi Kesehatan*. Jakarta. 2012.
4. Nur Kholish. *Kisah Inspiratif Perjuangan Berhenti Merokok*. Real book. Yogyakarta. 2011.
5. Dinas Pendidikan, Pengajaran dan Olahraga. *Data Anak Sekolah Dasar Di Pangkalan Bun*. Dinas Pendidikan, Pengajaran dan Olahraga. Pangkalan Bun. 2013.
6. Lexy J. Moleong. *Metodologi Penelitian Kualitatif ; Edisi Revisi*. PT. Remaja Rosdakarya. Bandung. 2011.
7. Elizhabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga. Jakarta. 1997
8. Undang-Undang Republik Indonesia. UU nomor 23 tahun 2012 tentang perlindungan anak. Jakarta. 2012.
9. KPAI. *Menyelamatkan anak dari bahaya rokok*. www.kpai.go.id/tinjauan/menyelamatkan-anak-dari-bahaya-rokok/ tanggal 6 Juni 2013.
10. Suara Merdeka. *Waspada gejala sindrom putus tembakau*. www.suaramerdeka.com/v1/index.php/read/cetak/2013/05/29/226096/Waspada-Gejala-Sindrom-Putus-Nikotin tanggal 9 Juni 2013.
11. Armstrong sue. *Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan*. Arcan. 1991.

12. Kusyogo Cahyo, Yudhy Darmawan, Sri Winarni. *Manajemen Klinik Berhenti Merokok*. Badan Penerbit Undip. Semarang. 2012.
13. Glanz, Rimer, Viswanath. *Health Behaviour and Health Education*. Jossey bass. 2008.
14. Elizabeth Aula Lisa. *Stop Merokok*. Garailmu. 2010.
15. *Gejala putus tembakau dan adiksi*. www.dokter-ina.com/gejala-putus-tembakau-dan-adiksitanggal 15 Juni 2013.

Jurnal Kesehatan “Visikes” terbit dua kali setahun, memuat artikel-artikel yang diangkat dari hasil-hasil penelitian dan atau kajian analisis-kritis di bidang kesehatan dari para penulis dan peneliti dari perguruan tinggi seluruh Indonesia.

Sub-sub bidang yang tercakup dalam bidang kesehatan meliputi.:

- Epidemiologi dan penyakit tropik
- Biostatistik dan kependudukan
- Manajemen Informasi Kesehatan
- Gizi kesehatan masyarakat
- Administrasi dan kebijakan kesehatan
- Kesehatan dan keselamatan kerja
- Kesehatan lingkungan
- Promosi kesehatan
- Pendidikan kesehatan dan ilmu perilaku.
- Keperawatan.

Penyunting menerima sumbangan tulisan yang belum pernah diterbitkan dalam media lain, dengan mengikuti format yang tercantum dalam persyaratan naskah.

PERSYARATAN NASKAH

1. Naskah dalam bahasa Indonesia 10 – 15 halaman HVS kuarto 1,5 spasi, dilengkapi dengan; abstrak (bhs. Inggris) maksimal 150 kata, biodata singkat penulis.
2. Naskah hasil penelitian memuat: judul, pendahuluan (meliputi latar belakang, sedikit tinjauan pustaka, masalah penelitian), metode, hasil, pembahasan, kesimpulan dan saran, serta daftar rujukan.
3. Naskah kajian analitis-kritis memuat; judul, pendahuluan, sub-sub judul (sesuai dengan kebutuhan), Penutup (termasuk kesimpulan dan saran), serta daftar rujukan.
4. Naskah rangkap 3 dan disketnya (format MS Word, huruf Arial 11) dikirimkan ke alamat Tata Usaha VisiKes.
5. Kepastian pemuatan atau penolakan naskah akan diberitahukan secara tertulis. Naskah yang tidak dimuat tidak dikembalikan, kecuali atas permintaan penulis.