

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Merokok adalah perilaku membakar dedaunan (tembakau) yang dilinting atau diletakkan pada pipa kecil lalu menghisapnya melalui mulut dan dilakukan secara berulang-ulang (Sarafino dalam Tsalits, 2013). Merokok sudah menjadi hal biasa yang dilakukan oleh kebanyakan orang. Sekarang ini rokok semakin banyak dijual sehingga orang bisa dengan mudah membelinya, akibatnya banyak orang yang mengkonsumsi rokok. Banyak di lapangan kita temui orang-orang merokok baik tua ataupun muda, orang yang kita kenal ataupun orang yang tidak kita kenal diberbagai macam tempat seperti di pasar, di jalanan, di rumah, atau tempat umum lainnya bahkan di sekolah maupun Universitas.

Dari kebiasaan merokok ini secara disadari atau tidak tentunya terdapat bahaya yang ditimbulkan oleh rokok. Menurut data *National Cancer Institute* di Amerika Serikat pada tahun 2007 (dalam Tri, 2015), mengemukakan bahwa penyakit kanker yang diakibatkan dari rokok akan dapat dirasakan gejalanya oleh perokok setelah 20 tahun atau lebih mengkonsumsi rokok. Caldwell (dalam Zia & Retno, 2008) pun mengatakan bahwa setiap kali menghisap batang rokok akan menghisap 45 jenis bahan kimia beracun yang membahayakan tubuh manusia.

Mengenai peraturan larangan merokok, Pemerintah kota Jakarta sendiri telah menetapkan Peraturan Gubernur Provinsi DKI Jakarta Nomor 75 tahun 2005 tentang Kawasan Dilarang Merokok (suaramerdeka.com). Oleh sebab itu, mengenai bahaya yang sudah jelas ditimbulkan rokok serta peraturan yang ada tersebut diharapkan membuat orang menghindari mengkonsumsi rokok.

Namun ternyata terdapat data yang ditemukan mengenai perokok, disebutkan bahwa berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (dalam Ade, 2013) umur pertama kali merokok adalah pada usia 5-9 tahun sebesar 1,2%, pada usia 10-14 tahun sebesar 10,3%, pada usia 15-19 tahun sebesar 33,1%, pada usia 20-24 tahun sebesar 12,1%, pada usia 25-32 tahun sebesar 3,4%, dan pada usia ≥ 30 tahun sebesar 4%. Hal ini menunjukkan bahwa usia pertama kali merokok didominasi oleh usia 15-19 tahun dan usia 20-24 tahun. Menurut Winkel (dalam Anwar, 2009) rentang usia masa mahasiswa dimulai dari 18 atau 19 tahun sampai 24 atau 25 tahun, ini artinya usia mahasiswa juga termasuk pada bagian usia pertama kali merokok yang mendominasi. Data lain juga diperoleh bahwa kebiasaan merokok pada laki-laki jauh lebih tinggi dibandingkan perempuan, biasanya laki-laki mengkonsumsi 11-20 batang/hari sebesar 49,8% dan yang mengkonsumsi lebih dari 20 batang/hari sebesar 5,6% (dalam Hasnida & Kemala, 2005).

Fakta lain yang diperoleh mengenai perokok dikalangan mahasiswa, dari survei yang dilakukan *Global Health Professional Survey (GHPS)* pada tahun 2006 (dalam Aeni & Astuti, 2009) terhadap mahasiswa fakultas kedokteran diseluruh Indonesia, menunjukkan hasil yang diluar dugaan. Survei tersebut

melaporkan hampir separuh (48,4%) mahasiswa/i kedokteran yang seharusnya menjadi ujung tombak sosialisasi bahaya rokok, mengaku pernah merokok dan sebanyak 9,3% yang menyatakan masih merokok hingga sekarang. Begitu pun dengan mahasiswa yang berada di Universitas Esa Unggul, beberapa mahasiswa melakukan kebiasaan merokok, baik itu laki-laki atau perempuan namun yang terlihat banyak diantaranya adalah mahasiswa laki-laki. Ada beberapa mahasiswa yang merokok di kawasan kampus, seperti di kantin atau wilayah di sekitar kampus. Juga terdapat data mengenai kebiasaan merokok pada mahasiswa di Universitas Esa Unggul yang menyebutkan bahwa mahasiswa perokok dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 32% berada pada kategori *health belief* yang rendah dan 18% berada pada kategori *health belief* tinggi, sedangkan pada mahasiswa perokok dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 36% berada pada kategori tinggi dan 14% pada kategori rendah (Noviyanto, 2016). Artinya, kesadaran kesehatan yang dimiliki mahasiswa lebih rendah daripada mahasiswi. Hal ini berbanding terbalik dengan fakta mengenai peraturan yang telah dibuat oleh Universitas, dituliskan bahwa “Kampus adalah Kawasan Dilarang Merokok”, dimana peraturan ini tertera pada Perda No. 2 Th. 2005 Pergub No. 7 Th. 2005 SK. Rektor UEU No. 05/SK-R/UEU/II/2015.

Namun demikian, terdapat beberapa mahasiswa yang berniat mencoba untuk berhenti merokok. Berdasarkan hasil wawancara dibawah ini dapat dilihat bahwa yang terjadi pada mahasiswa, mereka dapat berhenti merokok namun hanya beberapa waktu dan setelah itu kembali merokok lagi.

Berikut kutipan wawancara yang dilakukan penulis kepada tiga orang subjek perokok aktif yang merupakan mahasiswa Universitas Esa Unggul. Mahasiswa pertama berinisial D berusia 20 tahun mengatakan :

“...ya niat buat berenti sih ada, gue sadar soalnya bokap gue tadinya ngerokok juga dan udah kena penyakit jadi gue berusaha buat berenti ngerokok...jadi tuh ngalihinnya pake permen, susah sih emang, belum berhenti karena masih sempet ngerokok lagi kalau pas keadaan nongkrong, selebihnya itu dirumah bisa nahan sih...bisa main PS (Play Station) main apalah segala macem, ngalih-ngalihinnya kayak gitu...terus temen juga berubah nyarinya yang enggak ngerokok juga tapi tetep punya temen yang ngerokok...”

Berdasarkan wawancara dengan mahasiswa D, ia mengatakan bahwa dirinya sadar mengenai penyakit yang ditimbulkan karena ayahnya yang sudah terkena penyakit yang diakibatkan oleh rokok, ia berusaha untuk berhenti merokok dengan cara mengalihkan kebiasaan merokok ke hal lain dengan memakan permen, dan pada saat di rumah ia dapat menahan untuk tidak merokok dengan bermain *PS (Play Station)*, juga mencari teman yang bukan perokok.

Wawancara dengan mahasiswa kedua berinisial K berusia 21 tahun mengatakan :

“...dari kelas 4 SD ngerokok, sempet berenti 3 tahun tapi abis itu ngerokok lagi dan pas SMA sempet berenti juga 3 bulanan terus ngerokok lagi deh sampe sekarang. Niat buat berenti ngerokok sih ada dong kak, cuman emang susah aja, terus temen-temen juga masih banyak yang ngerokok. Nggak yakin juga sih kalo berenti apa bisa ngilangin batuk-batuknya, belum bisa berenti sih, nanti saja. Tapi sekarang sih udah bisa ngurangin aja kak, biasanya setengah bungkus buat sehari nah sekarang kalo ngerokok abis makan aja paling itu juga 2 batang paling banyak...”

Berdasarkan wawancara dengan mahasiswa K, ia mengatakan sempat berhenti merokok namun sulit karena berulang kali mengalami fase berhenti lalu merokok kembali. K ini merasa kesulitan selama melakukan proses untuk berhenti merokok tetapi ia berusaha mengurangi jumlah konsumsi rokok dari biasanya.

Selanjutnya wawancara dengan mahasiswa ketiga berinisial R berusia 20 tahun mengatakan :

“...gue ngerokok dari pas lulus SMA sih.. niatan buat berenti ngerokok sih ada, sekarang aja paling ngerokok pas lagi nongkrong sama pas lagi ada duit lebih buat beli rokok, tapi sebenarnya gue udah ngurang-ngurangin.. soalnya gue akhir-akhir ini suka nyesek dada gue kalo buat lari ditambah temen-temen gue juga udah enggak ngerokok jadi.. kemungkinan gue bisa berenti tapi emang susah sih...”

Berdasarkan wawancara dengan mahasiswa R, ia mengatakan adanya sesak jika sedang olahraga dan karena teman-temannya sudah tidak merokok sehingga membuat R yakin bisa berhenti merokok. Ia berusaha mengurangi konsumsi rokok, namun R merasa kesulitan karena saat berkumpul dengan temannya yang lain dan ketika ada uang lebih, R mengaku bahwa ia masih merokok.

Dari ketiga hasil wawancara diatas tersebut, terlihat bahwa mahasiswa dengan inisial D, K, dan R memiliki niat untuk berhenti merokok. Niat untuk melakukan suatu perilaku menurut Ajzen (2005) disebut intensi. Intensi dibagi menjadi tiga determinan, diantaranya yaitu *attitude toward the behavior*, *subjective norm*, dan *perceived behavioral control* (Ajzen,2005). Determinan pertama adalah *attitude toward the behavior*, *attitude toward the behavior* diartikan sebagai evaluasi

positif atau negatif terhadap konsekuensi (*outcome*) dari perilaku yang akan dimunculkan. Determinan kedua adalah *subjective norm*, *subjective norm* diartikan sebagai dorongan sosial yang menentukan individu melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku. Dan determinan ketiga adalah *perceived behavioral control*, *perceived behavioral control* diartikan sebagai persepsi individu mengenai kemampuannya untuk menampilkan perilaku yang diinginkan. Artinya, mahasiswa akan memiliki *attitude toward the behavior*, *subjective norm*, dan *perceived behavioral control* yang berbeda, yang mana nantinya akan menentukan apakah sebuah perilaku itu akan dilakukan atau tidak dilakukan oleh mahasiswa, termasuk dalam penelitian ini adalah mengenai perilaku berhenti merokok. Mahasiswa dengan inisial D, K, dan R memiliki *attitude toward the behavior* yang tinggi terhadap perilaku berhenti merokok, karena menilai bahwa berhenti merokok dapat memperoleh hal yang menguntungkan seperti membuatnya terhindar dari penyakit. Selanjutnya pada mahasiswa berinisial D dan R memiliki *subjective norm* yang tinggi, karena orang disekitarnya dapat memberikan pengaruh bagi diri mereka, seperti yang dikatakan bahwa orangtua D yang sudah terkena penyakit akibat rokok, membuat D berusaha untuk berhenti merokok, dan pada mahasiswa R dikatakan lingkungan disekitar R ada yang sudah tidak merokok sehingga membuat R memiliki keyakinan bahwa ia bisa berhenti merokok. Dan pada mahasiswa D, K, dan R memiliki *perceived behavioral control* yang rendah karena mereka merasa kesulitan atau tidak mampu untuk menampilkan perilaku berhenti merokok.

Berdasarkan yang sudah dijelaskan diatas, dapat dikatakan bahwa mahasiswa yang memiliki *attitude toward the behavior* yang tinggi terhadap perilaku berhenti merokok adalah mereka yang memiliki penilaian bahwa berhenti merokok merupakan hal yang positif seperti untuk menghindari penyakit akibat merokok sehingga membuat mahasiswa ingin berhenti dari kebiasaan merokoknya. Sedangkan mahasiswa yang memiliki *attitude toward the behavior* rendah terhadap perilaku berhenti merokok, mereka tidak merasa mendapatkan hal-hal yang positif bagi diri mereka karena menganggap merokok itu sudah menjadi kebiasaan dan merasa nyaman dengan kebiasaan merokok tersebut.

Mahasiswa yang memiliki *subjective norm* yang tinggi terhadap perilaku berhenti merokok, mereka akan merasa terdorong untuk menghentikan kebiasaan merokoknya karena termotivasi oleh orang-orang di lingkungan sekitar yang berpengaruh untuk berhenti merokok sehingga membentuk penilaian dalam diri mahasiswa tersebut untuk melakukan juga perilaku berhenti merokok tersebut. Sedangkan mahasiswa yang memiliki *subjective norm* yang rendah terhadap perilaku berhenti merokok adalah mahasiswa yang kurang mempunyai keinginan untuk berhenti merokok karena orang-orang di lingkungan sekitarnya tidak memberikan pengaruh sehingga mahasiswa kurang memiliki niat untuk berhenti merokok bila tidak ada orang yang berpengaruh terhadap diri mereka.

Selanjutnya pada mahasiswa yang memiliki *perceived behavioral control* yang tinggi terhadap perilaku berhenti merokok adalah mahasiswa yang merasakan kemudahan saat melakukan perilaku berhenti merokok. Berbeda

dengan mahasiswa yang memiliki *perceived behavioral control* yang rendah terhadap perilaku berhenti merokok adalah mahasiswa yang berpersepsi memiliki kesulitan atau hambatan dalam berperilaku berhenti merokok, mahasiswa akan merasa kesulitan untuk berhenti merokok sehingga mereka dalam menjalani proses berhenti merokok sering mengalami fase berhenti lalu merokok kembali atau bahkan tidak akan melakukan perilaku berhenti merokok dikarenakan sudah berpersepsi bahwa untuk berhenti merokok itu sulit.

Penelitian ini didukung oleh hasil penelitian mengenai intensi berhenti merokok yang dilakukan Kumalasari (2009) dapat dilihat bahwa determinan dari intensi yaitu sikap, norma subyektif dan *perceived behavior control* berpengaruh secara signifikan terhadap intensi berhenti merokok. Selain itu, pada penelitian lain yang dilakukan Anggunia (2009) ditemukan adanya hubungan linier yang signifikan antara sikap, norma subjektif dan PBC dengan intensi untuk berhenti merokok.

Berdasarkan penjelasan dari uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran determinan intensi berhenti merokok pada mahasiswa perokok di Universitas Esa Unggul.

B. Identifikasi Masalah

Merokok sudah merupakan hal biasa yang dilakukan oleh kebanyakan orang, baik tua maupun muda. Presentase terbesar umur pertama kali merokok adalah diusia mahasiswa. Cukup banyak mahasiswa ditemui merokok di Universitas Esa

Unggul, terutama mahasiswa laki-laki. Sulit bagi mereka menghentikan kebiasaan merokok bahkan ada yang sudah kecanduan. Dari banyak mahasiswa yang merokok, ada beberapa mahasiswa perokok ini yang berniat untuk berhenti merokok. Ada yang sempat berhenti merokok, namun kemudian kembali merokok lagi. Niat mahasiswa untuk melakukan suatu perilaku disebut intensi.

Intensi sangat berperan penting bagi perokok yang ingin menghentikan kebiasaan merokoknya karena intensi adalah pendahulu dari sebuah perilaku yang ingin dimunculkan, sehingga sebelum perilaku muncul terlebih dahulu terbentuknya intensi atau niat untuk memunculkan perilaku tersebut.

Niat yang ada dalam diri mahasiswa untuk melakukan perilaku berhenti merokok ini ditunjukkan dari tiga determinan yang merupakan faktor penentu dari intensi, yaitu *attitude toward the behavior*, *subjective norm*, dan *perceived behavioral control* terhadap niat berhenti merokok tersebut apakah berhenti merokok ini dianggap sebagai hal yang positif bagi mahasiswa. Dari wawancara yang dilakukan, ternyata ada pula mahasiswa yang menilai bahwa berhenti merokok adalah suatu hal yang sulit sehingga penilaian yang ada dalam diri mahasiswa ini dapat mempengaruhi tinggi atau rendah masing-masing dari determinan intensi tersebut bagi diri mahasiswa untuk berhenti merokok.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui gambaran tinggi rendahnya determinan intensi berhenti merokok pada mahasiswa perokok di Universitas Esa Unggul.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi untuk perkembangan ilmu psikologi, khususnya untuk bidang psikologi kesehatan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bahwa diperlukan determinan intensi yang tinggi untuk melakukan perilaku berhenti merokok.
- b. Bagi Universitas, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan informasi mengenai fenomena kebiasaan merokok di kawasan kampus.

E. Kerangka Berfikir

Semakin banyaknya perokok di Indonesia, yang diketahui bahwa usia mahasiswa dapat dikatakan adalah umur pertama kali bagi perokok yang presentasinya terbesar. Kebiasaan merokok pada laki-laki jauh lebih tinggi dibanding perempuan. Hal ini membuat pemerintah DKI Jakarta melakukan berbagai cara seperti membuat peraturan mengenai kawasan dilarang merokok,

bahkan Universitas Esa Unggul tempat dilakukannya penelitian ini pun sudah menerapkan peraturan tersebut, juga tulisan mengenai bahaya rokok sudah tertera di dinding kampus. Tetapi, ternyata hal itu tidak cukup berpengaruh bagi mahasiswa, karena kenyataannya masih banyak terlihat mahasiswa yang merokok di wilayah kampus.

Namun dari banyaknya mahasiswa yang merokok, terdapat mahasiswa yang berniat untuk berhenti merokok atau disebut intensi. Intensi untuk berhenti merokok adalah niat yang ada dalam diri mahasiswa untuk dapat berhenti dari kebiasaan merokoknya. Intensi merupakan indikasi seberapa besar individu berusaha atau seberapa besar usaha yang dilakukan untuk menampilkan suatu perilaku tertentu. Intensi dapat dilihat dari tiga determinan yang merupakan faktor penentu dari intensi yaitu melalui *attitude toward the behavior*, *subjective norm*, dan *perceived behavioral control*.

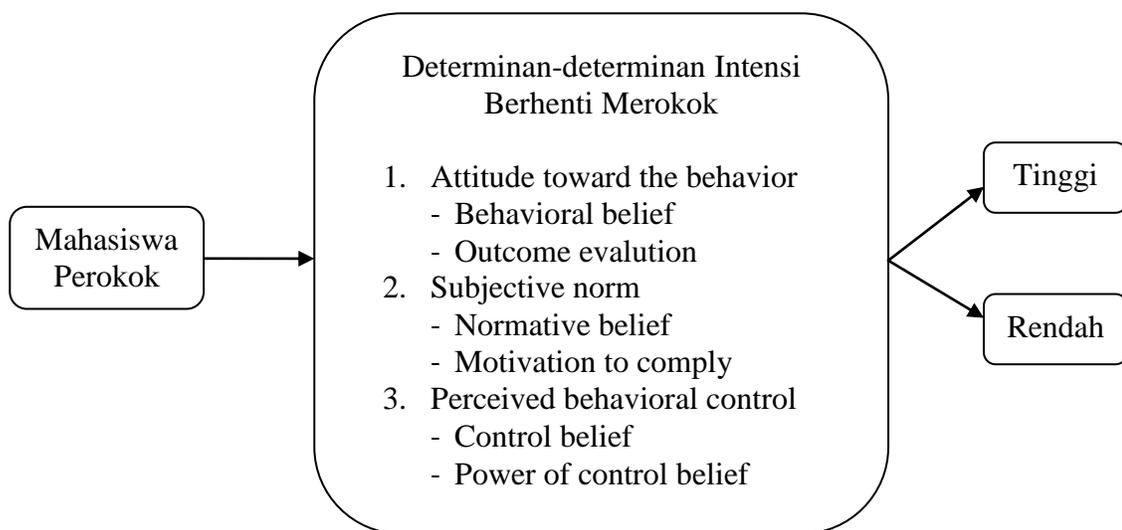
Determinan yang pertama yaitu *attitude toward the behavior* terdiri dari *behavioral belief* dan *outcome evaluation*. *Behavioral belief* merupakan keyakinan mahasiswa terhadap hasil yang didapatkan setelah melakukan perilaku berhenti merokok dan dapat mempengaruhi perilakunya. Sementara itu *outcome evaluation* merupakan penilaian mahasiswa terhadap kriteria keuntungan atau kerugian dengan melakukan perilaku berhenti merokok. Mahasiswa yang memiliki *attitude toward the behavior* tinggi maka mereka menilai bahwa melakukan berhenti merokok akan memberi keuntungan bagi mahasiswa sehingga membuat mahasiswa berhenti merokok dan sebaliknya, mahasiswa yang

memiliki *attitude toward the behavior* rendah maka mereka menilai bahwa berhenti merokok tidak akan memberi keuntungan bagi mahasiswa, dan mereka kembali dengan kebiasaan merokoknya.

Determinan yang kedua yaitu *subjective norm* terdiri dari *normative belief* dan *motivation to comply*. *Normative belief* merupakan keyakinan yang berasal dari *referent* atau tokoh/kelompok yang berpengaruh (*significant other*) terhadap perilaku berhenti merokok tersebut. Sedangkan *motivation to comply* merupakan pandangan mahasiswa memenuhi petunjuk atau arahan yang diberikan oleh orang-orang yang disekitarnya untuk menampilkan sebuah perilaku berhenti merokok. Apabila mahasiswa memiliki *subjective norm* yang tinggi, mereka cenderung akan meniru perilaku dari teman atau orang disekitarnya tersebut dan apabila mereka memiliki *subjective norm* yang rendah, mereka tidak akan meniru perilaku dari teman atau orang disekitar lingkungan mahasiswa untuk berperilaku berhenti merokok.

Determinan yang terakhir yaitu *perceived behavioral control*, terdiri dari *control beliefs* dan *power of control beliefs*. *Control beliefs* merupakan kepercayaan mahasiswa dalam mewujudkan perilaku berhenti merokok sedangkan *power of control beliefs* merupakan faktor untuk memfasilitasi ataupun menghalangi munculnya perilaku berhenti merokok tersebut. Mahasiswa yang memiliki *perceived behavioral control* tinggi adalah yang percaya bahwa mereka mampu untuk menampilkan perilaku berhenti merokok maka mereka akan melakukan juga melanjutkan perilakunya tersebut dan sebaliknya, mahasiswa

memiliki *perceived behavioral control* rendah adalah yang tidak percaya memiliki kemampuan untuk berhenti merokok maka mereka akan merasa sulit dan sering kali mengalami fase berhenti lalu merokok kembali atau bahkan tidak akan melakukan perilaku berhenti merokok.



Gambar 1. 1 Bagan Kerangka Berpikir