

Gambaran Perilaku Merokok pada Mahasiswa di Kota Bandung

Sylvanita Hanifah, Stephani Raihana Hamdan

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi

Universitas Islam Bandung

Bandung, Indonesia

sylvanitanifah18@gmail.com@.gmail.com, stephanihamdan@unisba.ac.id

Abstract— Smoking is a problem that is still difficult to solve today. Indonesia ranks third with the highest number of smokers in the world. Smoking is considered to provide pleasure for smokers. The dangers of consuming tobacco and smoking on health are a truth and a reality. The disadvantages of this smoking behavior are many, both for oneself and for others. There are many reasons for someone to smoke. The factors that cause this smoking behavior come from external factors and internal factors. Objective: To see a description of smoking behavior in college students. This research was conducted on 188 respondents in the city. Methodology: This research is a descriptive study. Sampling using purposive sampling technique

Keywords— Behavior, College student, Smoking behavior

Abstrak— Merokok adalah masalah yang masih sulit diselesaikan sampai saat ini. Indonesia menduduki rating ketiga dengan jumlah perokok tertinggi di dunia. Merokok dianggap dapat memberikan kenikmatan bagi perokok. Bahaya mengkomsumsi tembakau dan merokok terhadap kesehatan merupakan sebuah kebenaran dan kenyataan. Kerugian dari perilaku merokok ini sangat banyak, baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Terdapat banyak alasan yang menjadi latar belakang seseorang menjadi perokok. Faktor yang menyebabkan perilaku merokok ini ada dari faktor eksternal dan faktor internal. Tujuan: Melihat gambaran perilaku merokok pada mahasiswa. Penelitian ini dilakukan terhadap 188 responden di Kota Bandung. Metodologi: penelitian ini merupakan penelitian studi deskriptif. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Kata Kunci— Mahasiswa, Perilaku, Perilaku merokok

I. PENDAHULUAN

Merokok adalah masalah yang masih sulit diselesaikan sampai saat ini. Beberapa aturan dan pemberitaan mengenai dampak dan bahaya merokok sudah dipublikasikan kepada masyarakat, namun kebiasaan merokok di masyarakat masih sulit dihentikan. Bahaya mengkomsumsi tembakau dan merokok terhadap kesehatan merupakan sebuah kebenaran dan kenyataan. Kerugian dari perilaku merokok ini sangat banyak, baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Setiap menit, hampir 11 juta batang rokok dihisap di dunia dan 10 orang meninggal karena rokok (Ita, 2018 dalam Adellia, 2019).

Berdasarkan data Riskesdas (2013) didapatkan prevalensi perokok pada usia 20-24 tahun sebesar 16,3%. Data tersebut membuktikan tingginya prevalensi perokok usia muda terutama pada usia mahasiswa. Minarsih dalam

Lubis (2012) menyatakan bahwa, berdasarkan data yang diperoleh dari Departemen Kesehatan Republik Indonesia jumlah wanita yang merokok di Indonesia mencapai 40,5% dari keseluruhan jumlah penduduk wanita yang ada. Peringkat pertama yaitu mahasiswa putri, kemudian disusul oleh pelajar.

Mahasiswa berada pada rentang usia 18-25 tahun yang disebut periode emerging adulthood, di mana pada masa ini sudah tidak ketergantungan seperti masa kanak-kanak dan remaja, dan belum memasuki tanggung jawab abadi yang normatif di masa dewasa. Karakteristik pada periode ini adalah mereka mulai sering mengeksplorasi pada berbagai arah kehidupan (Arnett, J.J : 2009). Pada tahap ini individu masih mengeksplorasi jalur yang ingin mereka ambil, ingin menjadi individu seperti apa dan gaya hidup seperti apa yang mereka inginkan. Periode ini adalah periode yang penting bagi mahasiswa yang seringkali merupakan kesempatan pertama mereka untuk membuat keputusan sendiri akan apa yang mereka lakukan. Dalam prosesnya periode ini tidaklah mudah, sebagian dari mahasiswa ada yang kesulitan saat menjalankan tanggung jawabnya sendiri sepenuhnya, mereka masih sulit untuk mandiri dan melakukan segalanya sendiri, Sebagian dari mereka masih ada yang bergantung terhadap teman kelompoknya.

Berdasarkan pra-survey yang dilakukan dengan wawancara kepada 74 mahasiswa perokok, 47 mahasiswa diantaranya mengatakan mereka menghisap lebih banyak rokok ketika sedang bersama teman, mereka mengatakan bahwa teman mereka sering menawarkan rokok dan apabila menolak akan diolok-olok. Mereka juga mengatakan bahwa mereka suka melihat temannya merokok sehingga mereka mengikutinya agar sama seperti kelompoknya. Hal ini sesuai dengan mereka sedang dalam keadaan stres. Mereka mengatakan lebih banyak merokok di tempat umum seperti cafe. Mereka mengatakan jika mereka sedang bersama teman, mereka dapat menghabiskan hampir satu bungkus rokok dan ketika mereka stres mereka dapat menghabiskan 7-10 batang rokok. Mereka juga mengatakan bahwa mereka mengetahui dampak dan bahaya dari merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Anjum, Srikanth, Reddy, Monica, Yadav Rao, & Sheetal. 2016) yang mengatakan bahwa pengaruh teman sebaya dan stres diketahui sebagai salah satu prediktor kuat yang menjadi alasan utama remaja memulai kebiasaan merokoknya. Mereka juga mengatakan bahwa dengan merokok dapat memberikan ketenangan ketika mereka sedang stres. Pada

penelitian yang dilakukan oleh Damee Choi, Shotaro Ota, Shigeki Watanuki (2015) ini didapatkan kesimpulan bahwa hasil LPP yang ditunjukkan dalam penelitian ini menunjukkan merokok dapat mengurangi tingkat gairah dan mungkin menghilangkan stres bagi perokok.

Selanjutnya, tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran data perilaku merokok pada mahasiswa di Kota Bandung.

II. LANDASAN TEORI

A. Perilaku Merokok

Menurut Aritonang (dalam Perwitasari, 2006) merokok adalah perilaku yang kompleks, karena merupakan hasil interaksi dari aspek kognitif, kondisi psikologis, dan keadaan fisiologis. Sedangkan menurut Ogawa (dalam Triyanti, 2006) dahulu perilaku merokok disebut sebagai suatu kebiasaan atau ketagihan, tetapi dewasa ini merokok disebut sebagai *tobacco dependency* sendiri dapat didefinisikan sebagai perilaku penggunaan tembakau yang menetap, biasanya lebih dari setengah bungkus rokok per hari, dengan adanya tambahan distress yang disebabkan oleh kebutuhan akan tembakau secara berulang-ulang. Perilaku merokok dapat juga didefinisikan sebagai aktivitas subjek yang berhubungan dengan perilaku merokoknya, yang diukur melalui intensitas merokok, waktu merokok, dan fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari (Komalasari & Helmi, 2000).

Aspek-aspek perilaku merokok menurut Aritonang (dalam Nasution, 2007), yaitu:

1. Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari

Fungsi merokok ditunjukkan dengan perasaan yang dialami si perokok seperti perasaan yang positif maupun perasaan negatif.

2. Intensitas merokok

Smet (1994) mengklasifikasikan perokok berdasarkan banyaknya rokok yang dihisap, yaitu :

- Perokok berat yang menghisap lebih dari 15 batang rokok dalam sehari.
- Perokok sedang yang menghisap 5-14 batang rokok dalam sehari.
- Perokok ringan yang menghisap 1-4 batang rokok dalam sehari.

3. Tempat merokok

Tipe perokok berdasarkan tempat ada dua (Mu'tadin, 2002 dalam Poltekkes Depkes Jakarta I, 2012) yaitu :

- Merokok di tempat-tempat umum / ruang public
- Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi

4. Waktu merokok

Perilaku merokok dipengaruhi oleh keadaan yang dialaminya pada saat itu, misalnya ketika sedang berkumpul dengan teman, cuaca yang dingin, setelah dimarahi orang tua, dll.

B. Mahasiswa

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang

menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012: 5). Menurut Siswoyo (2007: 121) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi.

Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal atau berada pada periode *emerging adulthood* dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012: 27).

C. Hubungan Mahasiswa dan Perilaku Merokok

Faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada mahasiswa berkaitan dengan krisis aspek psikososial pada saat usia remaja yang terjadi adalah individu sedang mencari jati dirinya. Pada masa remaja terjadi banyak masalah apabila mereka tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan maka mereka akan stres karena itu remaja mulai menyesuaikan diri dengan lingkungan yang caranya tidak selalu benar seperti mengikuti teman sebayanya agar dapat diakui meskipun mereka tahu perilaku temannya itu berdampak buruk.

Adapun faktor-faktor lain menurut Kurt Lewin (dalam Komasari & Helmi, 2000) yang mempengaruhi perilaku merokok seperti faktor dari dalam diri yang ketika itu remaja sedang mencari jati diri. Simbol dari kematangan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap lawan jenis. Selain faktor dalam diri ada juga faktor dari luar diri seperti lingkungan yang ada disekitar dan pola asuh yang diterapkan orang tua dalam mendidik anak (Komasari & Helmi, 2000).

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berikut ini akan disajikan hasil uji data secara deskriptif terhadap 188 subjek

TABEL 1. INTESITAS MEROKOK/HARI

Jumlah batang rokok/hari	Frekuensi
1 - 5 Batang	39
6 - 10 Batang	82
11 - >15 Batang	67

Berdasarkan data diatas, dapat dilihat bahwa sebanyak

39 orang atau sebesar 20,7% menghabiskan rokok perhari sebanyak 1 – 5 batang (perokok ringan), 67 orang atau sebesar 35,6% menghabiskan rokok perhari sebanyak 6 – 10 batang (perokok sedang) dan 82 orang atau sebesar 43,6% menghabiskan rokok perhari sebanyak 11 – >15 Batang (perokok berat). Artinya sebagian mahasiswa yang merokok berada pada kategori perokok berat.

TABEL 2. UANG SAKU/BULAN

Uang Saku	Frekuensi
< 2.000.000	125
2.000.000 - 3.500.000	23
> 3.500.000	40

Berdasarkan data diatas, dapat dilihat bahwa sebanyak 124 orang atau sebesar 66,5% memiliki penghasilan kurang dari dua juta rupiah (< 2.000.000), 23 orang atau sebesar 12,2% memiliki penghasilan lebih dari tiga juta lima ratus ribu rupiah (> 3.500.000), 40 orang atau sebesar 21,3% memiliki penghasil dua juta rupiah sampai tiga juta lima ratus ribu rupiah (2.000.000 – 3.500.000). Artinya sebagian mahasiswa yang merokok memiliki penghasil kurang dari dua juta rupiah (< 2.000.000).

Mayoritas responden atau 66,5% responden memiliki jumlah uang saku kurang dari dua juta lima ratus ribu rupiah (< 2.500.000). Responden dengan kategori uang saku rendah lebih banyak dibandingkan dengan responden dengan kategori uang saku sedang dan tinggi. Responden dengan jumlah uang saku yang rendah mayoritas berada pada kategori perokok sedang dan perokok berat sehingga meskipun uang saku mereka tidak terlalu banyak namun mereka tetap merokok.

Uang saku yang diberikan dengan tidak bijaksana akan dapat menimbulkan masalah yaitu remaja menjadi boros, remaja tidak menghargai uang dan remaja malas belajar, sehingga remaja cenderung tergoda dan merasa kecanduan dengan rokok karena harga rokok yang tidak mahal dan boleh membeli perbatang (Gnegus, 2009).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yuni yang menyatakan tidak ada hubungan bermakna antara jumlah uang saku per hari responden dengan kebiasaan merokok.

TABEL 3. RIWAYAT KELUARGA YANG MEROKOK

Riwayat Keluarga Merokok	Frekuensi
Ada	170
Tidak ada	18

Berdasarkan data diatas, dapat dilihat bahwa sebanyak

170 orang atau sebesar 90,4% memiliki Riwayat keluarga yang merokok baik itu ayah, ibu, kakak, adik dan saudara. Sebanyak 18 orang atau sebesar 9,6% tidak memiliki riwayat keluarga yang merokok. Artinya sebagian mahasiswa yang merokok memiliki riwayat keluarga yang merokok baik ayah, ibu, kakak, adik dan saudaranya.

Perilaku merokok orang tua merupakan salah satu faktor terbentuknya perilaku merokok pada remaja (Rahmadi, 2013). Kustanti (2014) menyebutkan bahwa keluarga memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap perilaku remaja, jika orang tua merokok, maka sangat mungkin akan diikuti anaknya. Berdasarkan penelitian Chotidjah (2012) ditemukan bahwa sebagian besar perokok remaja pertama mengenal rokok dari orangtua, keluarga dan teman sebaya. Penelitian yang dilakukan Kustanti (2014) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara pengaruh keluarga dengan perilaku merokok pada siswa laki-laki SMPN 1 Slogohimo Wonogiri.

TABEL 4. RIWAYAT PERTAMA KALI MEROKOK

Pertama kali Merokok	Frekuensi
SD	20
SMP	66
SMA	58
Kuliah	44

Terlihat bahwa masa-masa yang kritis atau rawan terhadap perilaku merokok pada masa SMP atau termasuk tahap perkembangan remaja awal. Dimana remaja awal merupakan periode yang paling kritis terhadap pengaruh teman sebaya, pada periode ini mereka sedang mencari jati diri sehingga remaja yang mengalami krisis aspek psikososial akan mengikuti temannya agar dapat diterima dikelompoknya dan diakui oleh kelompoknya. Hal ini juga didukung sikap yang permisif dari orang tua. (Komalasari & Helmi, 2000). Pada remaja awal mereka juga sedang ada pada periode *storm and stress* dimana pada periode ini penuh masalah dan kecemasan, mereka yang tidak mampu mengelola emosinya dengan baik membuat mereka melakukan perilaku negatif untuk meredakan kecemasannya.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui faktor yang menjadi prediktor perilaku merokok mahasiswa di Kota Bandung, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Mahasiswa dengan jumlah uang saku yang rendah mayoritas berada pada kategori perokok sedang dan perokok berat sehingga meskipun uang saku mereka tidak terlalu banyak namun mereka tetap

merokok.

2. Sebagian mahasiswa yang merokok memiliki riwayat keluarga yang merokok baik ayah, ibu, kakak, adik dan saudaranya.
3. Sebagian mahasiswa merokok pertama kali pada saat duduk di bangku SMP.

V. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan saran yang dapat dipertimbangkan bagi para mahasiswa di Kota Bandung, yakni :

1. Bagi Mahasiswa
Karena masih tingginya intensitas dan dominan masuk pada kategori perokok berat, mahasiswa harus mulai mengurangi intensitasnya dengan menghindari pemicu yang meningkatkan perilaku merokok dengan olahraga dan pola hidup yang sehat
2. Bagi Orangtua
Berdasarkan penelitian perilaku merokok mahasiswa berada dalam kategori sedang oleh karena itu bagi orangtua untuk tetap memperhatikan anak-anaknya, diberikan pengetahuan mengenai dampak merokok kepada anak-anaknya agar tidak terpengaruh oleh lingkungan dan mencontohkan kepada anaknya lingkungan yang bebas asap rokok di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anjum, M. S., Srikanth, M., Reddy, Pp., Monica, M., Rao, Ky., & Sheetal, A. (2016). Reasons for smoking among the teenagers of age 14–17 years in Vikarabad town: A cross-sectional study. *Journal of Indian Association of Public Health Dentistry*, 14(1), 80. <https://doi.org/10.4103/2319-5932.178733>
- [2] Aritonang, MER. (1997). *Fenomena Wanita Merokok*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM
- [3] Arnett, J. J. (2000). *Emerging Adulthood: A Theory of Development From the Late Teens Through Twenties*. American Psychological Association.
- [4] Choi, Damee., Watanuki, Shigeki., & Ota, Shotaro. (2015). Does cigarette smoking relieve stress? Evidence from the event-related potential (ERP). *International Journal of Psychophysiology*. https://www.researchgate.net/publication/283115082_Does_cigarette_smoking_relieve_stress_Evidence_from_the_event-related_potential_ERP
- [5] Chotidjah, S. (2012). *Pengetahuan Tentang Rokok, Pusat Kendali Kesehatan Eksternal dan Perilaku Merokok*. Jurnal Universitas Pendidikan Indonesia Bandung.
- [6] Gnegus. (2009). *Perlukah Anak Diberi Uang Saku*
- [7] (<http://shvoong.com>)
- [8] Hartaji, Damar A. (2012). *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. (tidak diterbitkan)
- [9] Kustanti, Astri Ayuk. (2014). *Hubungan Antara Pengaruh Keluarga, Pengaruh Teman Dan Pengaruh Iklan Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Di SMP N 1 Slogohimo Wonogiri*. Naskah Publikasi. Surakarta: FIK,
- [10] (http://eprints.ums.ac.id/28616/24/NASKAH_PUBLIKASI)
- [11] Komasari, Dian & Helmi, Alvin Fadilla. (2000). *Faktor-faktor*

Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*

- [12] (http://avin.staff.ugm.ac.id/data/jurnal/perilakumerokok_avin)
- [13] Purba, Yuni C. (2009). *Hubungan Karakteristik, Pengetahuan, dan Sikap Remaja Laki-Laki terhadap Kebiasaan Merokok di SMU Parulian 1 Medan*. Medan
- [14] (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/14657/1/09E02607.pdf>)
- [15] Raganiz, Adellia Aulia. Hamdan, Stephani Raihana. (2019). *Studi Mengenai Smoker Identity & Faktor-Faktor Pembentuknya pada Mahasiswa Universitas Islam Bandung*. Bandung: Universitas Islam Bandung.
- [16] Rahmadi, Afdol. Lestari, Yuniar & Yenita. 2013. *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Rokok Dengan Kebiasaan Merokok Siswa SMP Di Kota Padang*. *Jurnal Kesehatan*, (<http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/62>)
- [17] Siswoyo. Dkk. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- [18] Triyanti. (2006). *Hubungan Antara Rasa Empati Dengan Kebiasaan Merokok Ditempat Umum*. Skripsi. Medan: Universitas Sumatra Utara
- [19] Yusuf, Syamsu. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.