

## **Kontribusi *Attitude Toward Behaviour*, *Subjective Norm* dan *Perceived Behavioral Control* terhadap Intensi Berhenti Merokok pada Komunitas Jantung Sehat P2TEL Bandung**

<sup>1</sup>Sandy Robi Isharyanto, <sup>2</sup>Ali Mubarak

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No. 140116  
email : <sup>1</sup>sandyrobi@gmail.com, <sup>2</sup>Alimubarakmpsi@gmail.com

**Abstrak.** Perilaku sehat belum banyak muncul pada masyarakat saat ini. masih banyaknya masyarakat yang mengkonsumsi obat-obatan terlarang, minuman keras dan merokok. pada penelitian ini salah satu pola hidup yang tidak sehat yaitu merokok. sudah banyak dampak yang ditimbulkan oleh rokok. Berhubungan dengan rokok, terdapat suatu komunitas yang bergerak dibidang kesehatan terutama jantung yang biasa disebut komunitas jantung sehat P2TEL. Namun pada komunitas ini terdapat anggotanya yang merokok yang saat ini sedang berusaha untuk menghentikan perilaku merokok mereka. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui determinan mana yang paling berkontribusi terhadap intensi berhenti merokok pada komunitas jantung sehat P2TEL Bandung. Metode yang digunakan yaitu metode penelitian kontribusi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 42 orang yang merokok pada komunitas jantung sehat P2TEL. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner mengenai sikap, norma subjektif, persepsi terhadap kontrol perilaku dan intensi sesuai dengan teori dari *Icek Ajzen*. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki intensi yang kuat untuk berhenti merokok sebesar 80,7%. Kuat dan lemahnya intensi dipengaruhi oleh determinan intensi, sikap (0,166) persepsi terhadap kontrol perilaku (0,518) yang paling berpengaruh terhadap intensi merokok, dan norma subjektif (0,287). Ketiga determinan ini bersama sama mempengaruhi intensi berhenti merokok pada komunitas jantung sehat P2TEL, maka pada penelitian ini determinan yang paling berpengaruh terhadap intensi adalah persepsi terhadap kontrol perilaku, artinya hal ini berarti anggota yang merokok dapat menghentikan perilaku merokoknya agar sesuai dengan harapan dari *significant person* seperti pasangan, anak dan teman yang tidak merokok, dan juga para perokok juga memiliki kesempatan untuk menghentikan perilaku merokoknya.

**Kata Kunci :** Intensi, Determinan Intensi, Berhenti Merokok.

### **A. Pendahuluan**

Merokok adalah suatu kegiatan atau aktivitas membakar rokok lalu menghisapnya dan menghembuskannya keluar sehingga dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang disekitarnya. Salah satu penyakit terbanyak yang disebabkan oleh rokok adalah penyakit jantung. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa merokok terbukti menyebabkan peningkatan denyut jantung. Sebagai salah satu upaya pemerintah untuk mengatasi masalah rokok seperti Lembaga Menanggulangi Masalah Merokok (LM3), Yayasan Jantung Indonesia, dan Yayasan Kanker Indonesia (YKI), selain itu masih ada beberapa organisasi non-pemerintah yang turut serta berpartisipasi dalam menanggulangi masalah merokok.

Salah satu organisasi non-pemerintah yang bergerak dalam bidang kesehatan adalah komunitas jantung sehat P2TEL (persatuan pensiunan telkom). Kegiatan – kegiatan yang rutin dilakukan diantaranya adalah senam jantung, gerak jalan dan seminar tentang kesehatan jantung. Dalam kaitannya dengan merokok, pada komunitas ini masih saja ada yang merokok. Para perokok ini sudah terbiasa merokok sejak dewasa atau remaja, kebiasaan tersebut ingin mereka kurangi atau bahkan mereka hilangkan.

Dalam menjalaninya mereka telah mencoba beberapa cara untuk menghentikan perilaku merokoknya. Dalam upaya menguranginya, perokok ini sudah berusaha seperti menuruti aturan dari komunitas yang terdapat larangan merokok, perokok ini mengontrol dirinya untuk tidak merokok terutama ketika sedang berada dalam lingkungan yang bebas

asap rokok, lalu memenuhi harapan – harapan dari orang – orang terdekatnya untuk tidak merokok harapan tersebut untuk para perokok agar memiliki pola hidup yang sehat sehingga nantinya membuat mereka terhindar dari penyakit yang disebabkan oleh rokok, tidak mudah sesak dan tubuh terasa bugar.

Maksud dari penelitian ini yaitu untuk untuk mendapatkan data empiris mengenai kontribusi determinan pembentuk intensi terhadap intensi berhenti merokok, dan tujuannya yaitu memperoleh gambaran tentang besarnya pengaruh *Attitude Toward Behaviour*, *Subjective Norm* dan *Perceived Behavioral Control* terhadap intensi berhenti merokok serta mengetahui determinan mana yang paling berkontribusi terhadap kuat - lemahnya intensi berhenti merokok.

## B. Landasan Teori

### Intensi

Intensi merupakan indikasi seberapa besar seseorang individu akan berusaha untuk memunculkan tingkah laku tertentu (Ajzen, 1988:113). Intensi akan tetap menjadi kecenderungan untuk bertingkah laku sampai sebuah usaha yang dilakukan oleh individu untuk merealisasi intensi menjadi tingkah laku. Intensi merupakan kecenderungan bertingkah laku yang paling dekat dengan tingkah laku itu sendiri.

Menurut *Theory of planned behavior*, intensi merupakan fungsi dari tiga determinan dasar. Determinan pertama adalah faktor personal secara alami, yaitu sikap terhadap tingkah laku (*Attitudes Toward Behavior*). Determinan kedua adalah faktor merefleksikan pengaruh sosial, yaitu norma subyektif (*Subjective norms*). Determinan terakhir adalah berhubungan dengan kontrol, yaitu persepsi terhadap kontrol tingkah laku (*Perceived behavioral control*). Skema dari *Theory of Planned Behavior*.

#### 1. *Attitude toward behavior*

Sikap merupakan kecenderungan yang dipelajari untuk berespon terhadap suatu obyek yang dinyatakan secara konsisten dalam perasaan menyukai atau tidak menyukai suatu obyek tersebut.” ( Attitudes, Personality, and Behavior, Icek Ajzen, 1988).

Sikap terhadap tingkah laku adalah evaluasi positif atau negatif terhadap konsekuensi dari tingkah laku yang akan dimunculkan. (Attitudes, Personality, and Behavior, Icek Ajzen, 1988).

#### 2. *Subjective norm*

Norma subyektif adalah persepsi individu terhadap dorongan dari significant person yang mengharapkan individu menampilkan atau tidak menampilkan suatu tingkah laku. Ajzen (2005) mendefinisikan norma subjektif sebagai dorongan yang dipersepsikan oleh seseorang untuk melibatkan diri atau tidak melibatkan diri dalam sebuah perilaku.

Dorongan ini dapat berasal dari orang-orang yang dianggap penting bagi individu (significant person) dan menjadi acuan (referent) yang memunculkan motivasi individu untuk memenuhi atau tidak memenuhi harapan orang-orang tersebut, misalnya orangtua, teman dalam kelompok, pasangan, dan sebagainya.

#### 3. *Perceived behavior control*

Faktor ini menggambarkan persepsi individu mengenai mudah atau sulitnya menampilkan tingkah laku tertentu yang diasumsikan sebagai refleksi pengalaman masa lalu dan hambatan yang diantisipasi.

Teori ini berasumsi bahwa Perceived behavioral control memiliki sumber daya kesempatan untuk menampilkan perilaku tertentu cenderung tidak membentuk intensi yang kuat untuk melakukannya walaupun jika ia memiliki sikap yang favorable terhadap perilaku itu dan ia percaya bahwa orang-orang terdekatnya akan

mendukung perilakunya itu.

Hubungan langsung antara Perceived behavioral control dan perilaku yang digambarkan dengan panah putus-putus. Dalam beberapa contoh menunjukkan bahwa perilaku tidak hanya tergantung pada motivasi untuk melakukannya, namun juga pada kontrol yang cukup kuat terhadap perilaku yang hendak diramalkan.

### C. Hasil dan Pembahasan

**Tabel 3.1** Nilai Corellations Partial dan Standardized Coefficient

Determinan Intensi	Corellations Partial	Standardized Coefficient
ATB	.196	.166
SN	.403	.287
PBC	.492	.518

Berdasarkan hasil perhitungan didapat bahwa determinan intensi *attitude toward behaviour* memiliki nilai korelasi sebesar 0,196 yang artinya determinan tersebut memiliki kontribusi sebesar 16,6% dalam mempengaruhi intensi yang artinya bahwa perasaan suka atau tidak suka terhadap perilaku berhenti merokok pada anggota komunitas jantung sehat P2TEL, tidak memiliki kontribusi yang besar terhadap perilaku berhenti merokok. Hal ini dapat dijelaskan bahwa sikap dari para perokok anggota komunitas jantung sehat P2TEL ini didasari dari penilaian sikap berhenti merokok yang rendah, pernyataan ini sesuai dengan hasil yang telah dikemukakan. Anggota komunitas jantung sehat yang merokok ini sebenarnya sudah dibekali dengan pengetahuan. Khususnya didapatkan dari seminar-seminar yang dilakukan oleh komunitas ini. pengetahuan – pengetahuan tersebut tidak begitu berpengaruh terhadap kecenderungan berperilaku berhenti merokok pada anggota komunitas jantung sehat. Mereka meyakini bahwa penyakit yang diderita adalah karena tuhan bukan karena rokok yang biasa mereka hisap, selain itu anggota komunitas yang merokok ini juga meyakini bahwa dengan mengikuti komunitas jantung sehat ini kesehatannya akan masih terjaga karena rutin mengikuti kegiatan-kegiatan yang menyehatkan tubuh mereka terutama jantung.

*Subjective Norm* memiliki nilai korelasi sebesar 0,403 yang artinya determinan tersebut memiliki kontribusi sebesar 28,7% dalam mempengaruhi intensi. Dengan melihat hasil nilai regresi, dapat dilihat bahwa terdapat kontribusi dari *significant person* yang ada di lingkungan sekitarnya serta adanya penghayatan dari anggota atau rekan bahwa mereka mendapatkan tekanan dari orang-orang yang penting disekitarnya yang mengharapakan para anggota untuk melakukan atau tidak melakukan perilaku tersebut yaitu berhenti merokok. Dalam hal ini orang-orang yang menjadi *significant person* menurut persepsi para anggota yang mempengaruhi mereka adalah suami atau istri, anak-anak dan juga rekan-rekan yang tidak merokok. Hal ini terlihat bahwa setiap anggota yang merokok memiliki norma subjektif yang negatif mempersepsikan bahwa lingkungan dirumah dan lingkungan di komunitas jantung sehat P2TEL kurang menyukai perilaku merokok yang anggota lakukan, terutama pada saat berada disekitaran lingkungan jantung sehat, mereka biasanya menjauhi lingkungan yang banyak didiami oleh anggota yang tidak merokok, biasanya anggota yang merokok memilih tempat dipojok atau di dekat kios atau warung sehingga para perokok bisa merokok dengan bebas. Sehingga menurut anggota yang merokok, mereka menghayati bahwa *significant person* yang berpengaruh terhadap kecenderungan untuk berhenti merokok mendukung atau mendorong untuk menampilkan perilaku berhenti meroko kepada anggota komunitas jantung sehat P2TEL.

*Perceived Behaviour Control* memiliki nilai korelasi sebesar 0,492 yang artinya determinan tersebut memiliki kontribusi sebesar 51,8% dalam mempengaruhi intensi *Perceived behavior control* berhubungan dengan faktor pendukung berupa fasilitas atau sarana bagi terbentuknya perilaku berhenti merokok. Adanya faktor yang dapat memfasilitasi atau menghalangi munculnya perilaku berhenti merokok. Berdasarkan hasil

diatas artinya ada hal-hal yang memfasilitasi para anggota untuk berhenti merokok, diantaranya adalah larangan dari komunitas yang sudah ada diperaturan komunitas, dan persepsi dari anggota tentang berhenti merokok. Dalam hal ini jika anggota mempersepsikan bahwa dirinya mampu menangani hambatan yang muncul atau memiliki kemudahan untuk menampilkan perilaku berhenti merokok maka anggota tersebut akan cenderung memiliki intensi yang kuat untuk berhenti merokok.

Dari ketiga determinan intensi tersebut, yang memiliki hasil koefisien regresi dan paling memberikan kontribusi dalam pembentukan intensi berhenti merokok adalah *subjectiv norm* dan *perceived behaviour control*. Hal ini berarti anggota yang merokok dapat menghentikan perilaku merokoknya agar sesuai dengan harapan dari *significant person* seperti pasangan, anak dan teman yang tidak merokok, dan juga para perokok juga memiliki kesempatan untuk menghentikan perilaku merokoknya.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil data dan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti membuat kesimpulan mengenai penelitian ini sebagai berikut:

1. Terdapat kontribusi determinan intensi sebesar 80,7%, yaitu attitude toward behavior, subjective norms dan perceived behavior control.
2. Perceived Behaviour Control determinan pembentuk intensi sebesar 51,8% dengan hasil R<sup>2</sup> (R-Square) sebesar 0,492.
3. Subjectiv Norm determinan pembentuk intensi sebesar 28,7% dengan hasil R<sup>2</sup> (R-Square) sebesar 0,403.
4. Attitude Toward Behaviour determinan pembentuk intensi sebesar 16,6% dengan hasil R<sup>2</sup>(R-Square) sebesar 0,196.

#### Daftar Pustaka

- Aditama, T. Y (1997). *Rokok dan Kesehatan*. Edisi ke 3. Jakarta: Gramedia
- Ajzen, I. (1980). *Understanding Attitude and Predicting social Behavior*. Prentice-Hall, Inc : Englewood Cliffs.
- Ajzen, I (2005). *Attitude, personality and Behaviour 2nd*. Open university press.
- Ajzen, I. (2006). *Constucting A theory of Planned behavior Questionnaire : Conceptual and Methodological Consideration*.
- Fishben & Ajzen (1975). *Belief, Attitude, Intention and behavior: am introduction to theory and research*. London : Addison-Wesley Publishing.
- Forsyth, R, Donelson. *University Of Richmond. Group Dinamics*. Fifth Edition
- Hadi, S. (1995). *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Andi Offset
- Noor, H. (2012). *Psikometri aplikasi dalam penyusunan instrumen pengukuran perilaku*. Bandung : Fakultas Psikologi Unisba.
- Sarwono, S. W. 2011. *Psikologi Dewasa*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Tarwono , Ns. Dkk. 2010. *Kesehatan Lansia problem dan solusinya* Jakarta: Salemba Medika
- Kassin Saul, Fein Steven, Rose Hazel, Soci Markus *Social Psychology* (BookFi.org)
- Bowo (2013). *Perilaku Berhenti Merokok pada usia pensiun di Kota Banyuwangi*. eJournal Sosiatri – sosiologi Konsentrasi, Vol: 2 (1), 2015: 60-70
- Sonny, W. W. 2010. *Kenapa Masyarakat indonesia khususnya dewasa banyak yang merokok?*. (<http://www.Indomedia.com>. 28/10/08) diunduh pada 22 Oktober 2015. ([www.people.umass.edu/aizen/](http://www.people.umass.edu/aizen/)), diakses pada bulan Oktober 2015 ([www.people.umass.edu/aizen/pdf/tpb.measurement.pdf](http://www.people.umass.edu/aizen/pdf/tpb.measurement.pdf)), diakses pada bulan Oktobe 2015 ([www.people.umass.edu/aizen/pdf/tpb.questionare.pdf](http://www.people.umass.edu/aizen/pdf/tpb.questionare.pdf)), diakses pada bulan Oktober 2015