

Tingkat Ketergantungan Merokok dengan Persepsi Bahaya Merokok di Universitas X

¹Radya Rizky Dewi, ²Ferdy Muzzamil

^{1,2}Program Studi Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
radya.rizky.dewi18@mhs.ubharajaya.ac.id ferdy.muzzamil@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan antara tingkat ketergantungan merokok dengan persepsi bahaya merokok di Universitas X. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 72 mahasiswa dengan rentang usia 18-24 tahun dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Hasil uji hipotesis menggunakan *sperman rho* dengan sig $0.017 > 0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat ketergantungan merokok dengan persepsi bahaya merokok di Universitas X. Kesimpulan penelitian ini adalah mahasiswa sudah mengetahui bahaya merokok bagi kesehatan tetapi mahasiswa sulit untuk berhenti merokok karena efek candu dari rokok. Diantara saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian ini untuk penelitian selanjutnya adalah perlu ditambahkan responden perempuannya dan memperluas lokasi penelitiannya agar lebih terlihat bagaimana tingkat ketergantungan merokok dengan persepsi bahaya merokok.

Kata kunci: ketergantungan merokok, persepsi bahaya merokok.

Abstract

This study was conducted to examine the relationship between the level of smoking dependence and the perception of the dangers of smoking at X University. The subjects in this study amounted to 72 students with an age range of 18-24 years with sampling techniques using *accidental sampling*. The results of the hypothesis test using *sperman rho* with sig $0.017 > 0.05$ indicate that there is a relationship between the level of smoking dependence and the perception of the dangers of smoking at X University. The conclusion of this study is that students already know the dangers of smoking for health but students find it difficult to quit smoking because of the addictive effect of cigarettes. Among the suggestions that can be given based on this research for further research is the need to add female respondents and expand the research location to better see how the level of smoking dependence with the perception of the dangers of smoking.

Keywords: smoking dependence, perception of the dangers of smoking.

LATAR BELAKANG

Merokok adalah membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa. Merokok menjadi kebiasaan yang sangat umum dan meluas di masyarakat. Meskipun telah terbukti dapat menyebabkan munculnya berbagai kondisi patologis, secara sistemik maupun lokal dalam rongga mulut, tetapi kebiasaan merokok ini sangat sulit untuk dihilangkan (Kusuma, 2018).

Menurut data badan pusat statistik (BPS) tahun 2020 mencatat penduduk 5 tahun ke atas yang merokok mencapai 23.21% pada tahun 2020. Angka ini menurun dibandingkan tahun sebelumnya yang mencapai hingga 23.44%. Jika dilihat berdasarkan wilayah, peratusan penduduk berumur 5 tahun ke atas yang merokok adalah lebih tinggi di kawasan luar kota berbanding di kota. Di kawasan luar kota, 24.36% penduduk berumur 5 tahun ke atas merokok pada tahun 2020. Sedangkan, terdapat 22,30% penduduk 5 tahun ke atas yang merokok di kota tahun lalu (Badan Pusat Statistik, 2021).

Menurut (Sodik & Setyani, 2018) timbul kebiasaan merokok biasanya diawali dari melihat individu sekitarnya merokok dan banyak yang menganggap dengan merokok menjadikannya lebih dewasa. Dan bagi separuh wanita, kebiasaan merokok akan dianggap dapat mengurangi kebimbangan, menguruskan tekanan, dan menenangkan diri. Kesan perokok yang merusak organ pertama badan akibat asap rokok ialah paru-paru. Asap rokok masuk ke dalam paru-paru menyebabkan paru-paru mengalami radang, bronkitis, radang paru-paru. Jadi lebih baik berhenti merokok sebelum ini berlaku.

Merokok dari segi ekonomi, pada dasarnya membakar uang, remaja yang tidak memiliki uang sendiri lebih cenderung membuat tindak kriminal. Berdasarkan aspek sosial perilaku merokok dapat menimbulkan ketidaknyamanan bagi masyarakat sekitar karena asap yang dihasilkan rokok. Berdasarkan aspek psikologis, merokok dapat menimbulkan ketergantungan, kecemasan dan kegelisahan (Wibowo, 2016).

Semakin muda individu terbiasa merokok, semakin sulit menghentikan kebiasaan itu. Dari sudut pandang psikologis, telah dilaporkan bahwa merokok terus menyebabkan kecanduan. Kecanduan juga dikenal dengan istilah ketergantungan. Menurut (Ghodse, 2002), ketergantungan ditandai dengan respon perilaku yang selalu menyertakan keharusan terus menerus atau periodik untuk mengalami dampak psikis, dan kadang-kadang untuk menghindari ketidaknyamanan. Hal ini disebabkan kandungan tar dan nikotin dalam rokok yang memicu munculnya perilaku kecanduan.

Menurut (Smet & Bart, 2016) menyebutkan keuntungan merokok (terutama bagi perokok) yaitu mengurangi ketegangan, membantu konsentrasi, dukungan social, dan menyenangkan. Sedangkan, untuk dampak negatifnya yaitu merokok dapat menimbulkan berbagai dampak negative yang sangat berpengaruh bagi kesehatan manusia. Merokok bukanlah penyebab suatu penyakit, namun dapat mendorong

munculnya berbagai jenis penyakit yang dapat mengakibatkan kesehatan menurun atau kematian.

(Kahnert et al., 2013) menyimpulkan bahwa peringatan kesehatan berupa gambar merupakan cara yang efektif untuk mencegah merokok. Peringatan kesehatan gambar membantu mengurangi dan mempromosikan konsumsi tembakau secara berkelanjutan mengurangi morbiditas dan mortalitas jangka panjang dan meningkatkan kesadaran tentang pentingnya kesehatan. Menurut (Kumboyono, 2011), terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi ancaman penyakit akibat merokok terhadap motivasi berhenti merokok.

Menurut (Sarwono, 2009), persepsi adalah proses mencoba memahami informasi. Alat memperoleh pengetahuan ini membutuhkan persepsi (melihat, merasakan, mendengar) dan alat untuk memahaminya adalah kesadaran atau kognisi. Persepsi yang baik dimiliki mahasiswa tentang bahaya merokok memungkinkan untuk menjauhkan rokok dari kehidupnya. Persepsi ini terkait erat dengan lingkungan keluarga yang memperkenalkan tentang bahayanya apabila mengkonsumsi rokok. Selain itu di kuliah juga harus memasang papan yang berisi informasi tentang kandungan di dalam rokok itu sendiri, hal ini dapat menimbulkan persepsi mahasiswa untuk mengatakan tidak terhadap rokok.

Ketergantungan merupakan kondisi kecanduan pada otak karena penggunaan polutan bagaimana nikotin dapat mengubah cara kerja otak ditandai dengan munculnya kekambuhan terus mengkonsumsi zat tersebut (Volkow, 2014). Proses kecanduan terjadi ketika nikotin hadir di otak, yang mengaktifkan reseptor nikotinik kolinergik, yaitu $\alpha 4\beta 2$ *nicotinic acetylcholine* *reseptor* (nAChRs) yang berada di *ventral tegmental area* (VTA) dan menghasilkan neurotransmiter yaitu *dopamine* (Benowitz, 2010).

METODE PENELITIAN

Tipe Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif yang bersifat korelasi. Menurut (Sugiyono, 2016) penelitian kuantitatif dapat dipahami sebagai metode penelitian yang didasarkan pada filsafat positivisme untuk melihat sampel tertentu atau populasi, mengumpulkan data dengan menggunakan alat ukur penelitian, diolah dengan menggunakan metode statistik untuk menguji asumsi hipotesis yang telah ditentukan.

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini skala yang digunakan adalah skala persepsi bahaya merokok dan angket tingkat ketergantungan merokok. Metode skala likert pada persepsi bahaya merokok yang diadopsi dari (Virly, 2013) alternatif jawaban pada variable persepsi bahaya merokok terdiri dari empat jawaban dan diberikan skor dengan mempertimbangkan jenis aitem favorable. Adapun penilaian terhadap masing-masing jawaban responden yaitu: “sangat setuju, setuju, kurang setuju dan tidak setuju”.

Sedangkan, untuk angket tingkat ketergantungan merokok yang diadopsi dari (Muzzamil, 2013) terdiri dari pernyataan tentang

perilaku merokok. Adapun penilaian terhadap masing-masing jawaban responden.

Analisis Data

Analisis data merupakan pengelompokan data berdasarkan variabel dan jenis data atau responden, kemudian data diteliti melalui perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Dengan dilakukannya analisis data maka dapat membuktikan hipotesis dan menarik kesimpulan mengenai masalah yang diteliti. Teknik Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi speman rho, yaitu teknik yang digunakan untuk menguji hipotesis dan melihat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat (Sugiyono, 2016). Perhitungan dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS versi 25.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian pada tabel di atas dapat disimpulkan bahwa responden didominasi oleh jenis kelamin laki-laki dengan presentase sebesar 76% atau sejumlah 55 dari total responden. Selain itu, pada rentang usia 21-22 tahun lebih banyak dibandingkan pada rentang usia 18-20 tahun dan usia 23-25 tahun, yakni sejumlah 36 responden dari total 72 responden. Selanjutnya, Psikologi mendominasi pada banyaknya responden sejumlah 26 responden.

Validitas Skala Persepsi Bahaya Merokok

Skala Persepsi Bahaya Merokok terdiri dari 14 aitem pernyataan. Skala ini terdiri dari pernyataan *favorable* dengan empat pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Kurang Setuju (KS), Tidak Setuju (TS). Menurut Azwar (2010), suatu alat tes dinyatakan memiliki validitas yang baik jika mampu memberikan pengukuran yang sesuai dengan tujuan penelitian dengan melihat pada nilai minimum koefisien korelasi aitem total sebesar 0,30 (Azwar, 2015). Hasil uji validitas Skala Persepsi Bahaya Merokok menunjukkan nilai *Corrected Item Total Correlation* total bergerak dari 0,185 – 0,554. Berdasarkan hasil validitas tersebut, dinyatakan 2 aitem pernyataan gugur karena memiliki skor validitas kurang dari 0,30. Hasil validitas dapat dilihat pada tabel 1 (terlampir).

Reabilitas Skala Penelitian

Hasil uji reliabilitas skala Persepsi Bahaya Merokok menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,782 yang berarti bahwa skala ini mampu mencerminkan 78,20% variasi skor murni subjek. Sehingga skala persepsi bahaya merokok layak untuk digunakan sebagai alat ukur taraf persepsi bahaya merokok. Hasil reabilitas dapat dilihat pada tabel 2 (terlampir).

Profil Demografis

Berdasarkan dari perhitungan data yang diperoleh, didapatkan hasil untuk masing-masing variabel, pada persepsi bahaya merokok mean sebesar 32,07, median sebesar 34,00, dan standar deviasi sebesar 4,207. Sedangkan, pada tingkat ketergantungan merokok mean sebesar 7,71, median sebesar 8,00, dan standar deviasi sebesar 1,682. Profil demografis dapat dilihat pada tabel 3 (terlampir).

Uji Asumsi Penelitian

Tabel Hasil Uji Normalitas

Variabel	P-Value Of Shapiro Wilk
Persepsi Bahaya Merokok	<0.000
Tingkat Ketergantungan Merokok	<0.000

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Shapiro Wilk didapatkannya signifikansi (p) untuk skala Persepsi Bahaya Merokok dan angket Tingkat Ketergantungan Merokok ialah 0.000 yang mana hal tersebut menunjukkan bahwa (p)<0.050, dengan itu bisa dikatakan bahwa kedua variabel dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal, maka dalam hal ini analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis yaitu non parametrik. Menurut (Santoso, 2010) jika ada asumsi yang tidak terpenuhi, maka masih bisa dilakukan transformasi data dan tetap menggunakan prosedur parametrik. Hasil uji asumsi dapat dilihat pada tabel 4 (terlampir).

Tabel Kategorisasi Skor Persepsi Bahaya Merokok

Kategori	Batas Nilai	N	Presentase
Rendah	$X \leq 29,012$	16	22,2%
Sedang	$29,012 \leq X \leq 30,988$	1	1,4%
Tinggi	$30,988 \leq X$	55	76,4%
Total		72	100%

Pengukuran pada persepsi bahaya merokok menggunakan skala persepsi bahaya merokok yang terdiri 12 aitem valid dengan 4 sebagai skor tertinggi dan 1 sebagai skor terendah yang dinyatakan dengan kriteria sebagai berikut:

Tabel Tingkat Ketergantungan Merokok

Kategori	Batas Nilai	N	Presentase
Rendah	$X < 4,606$	0	0%
Sedang	$4,606 \leq X \leq 5,394$	9	12,5%
Tinggi	$5,394 \leq X$	63	87,5%
Total		72	100%

Tabel Kategori Skor

Kategori	Batas Nilai	N	Presentase
Rendah	$X \leq 5$	0	0%
Sedang	$X = 5$	9	12,5%
Tinggi	$X \geq 5$	63	87,5%
Total		72	100%

Kategori :

0-2 Sangat Rendah Ketergantungan

3-4 Ketergantungan Rendah

5 Sedang Ketergantungan

6-7 Tinggi Ketergantungan

8-10 Sangat Tinggi Ketergantungan

Uji Hipotesis Penelitian

Tabel Hasil Uji Normalitas

	Uji Korelasi Spearman Rho
Koefisien	0.281
Sig.	0.017
Keterangan	Uji Hipotesis Terpenuhi

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan dengan uji korelasi *Spearman Rho*, didapatkan hasil signifikansi sebesar 0.017 yang berarti memenuhi $p < 0.05$, artinya hipotesis alternatif (H_a) diterima. Selain itu, skor koefisien menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0.281. Menurut (Periantalo, 2016), nilai $r = 0.281$ dapat diklasifikasikan bahwa hubungan ke dua variabel berada pada kategori rendah. Terdapat nilai positif pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara tingkat ketergantungan merokok dengan persepsi bahaya merokok. Yang artinya kalau tingkat ketergantungan merokoknya tinggi maka persepsi bahaya merokoknya juga tinggi.

Pada penelitian ini, peneliti akan melihat hubungan antara tingkat ketergantungan merokok dengan persepsi bahaya merokok. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *spearman rho* untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Proses analisis ini menggunakan bantuan program SPSS 25 for windows.

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat ketergantungan merokok dengan persepsi bahaya merokok di Universitas Swasta X, di Kota Bekasi, selain itu terdapat arah hubungan antara variabel yang bersifat positif dan signifikan yang artinya semakin tinggi ketergantungan merokoknya maka semakin tinggi persepsi bahaya merokoknya.

Merokok adalah membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa. Merokok menjadi kebiasaan yang sangat umum dan meluas di masyarakat. Meskipun telah terbukti dapat menyebabkan munculnya berbagai kondisi patologis, secara sistemik maupun lokal dalam rongga mulut, tetapi kebiasaan merokok ini sangat sulit untuk dihilangkan (Kusuma, 2018).

Menurut (Sodik & Setyani, 2018) timbul kebiasaan merokok biasanya diawali dari melihat individu sekitarnya merokok dan banyak yang menganggap dengan merokok menjadikannya lebih dewasa. Dan bagi separuh wanita, kebiasaan merokok akan dianggap dapat mengurangi kebimbangan, menguruskan tekanan, dan menenangkan diri. Kesan perokok yang merusak organ pertama badan akibat asap rokok ialah

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Badan Pusat Statistik. (2021). *Persentase Penduduk Berusia >5 Tahun yang Merokok*.
<https://dataindonesia.id/sektor-riil/detail/sebanyak-238-penduduk-indonesia-merokok-pada-2021>
- Benowitz, N. L. (2010). Nicotine Addiction. *New England Journal of Medicine*, 362(24), 2295–2303.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1056/NEJMra0809890>
- Ghods, H. (2002). *Drugs and Addictive Behavior. A Guide to Treatment. Third Edition*. Cambridge University Press.
- Kahnert, S., Schaller, K., & Langer, M. P. (2013).

paru-paru. Asap rokok masuk ke dalam paru-paru menyebabkan paru-paru mengalami radang, bronkitis, radang paru-paru. Jadi lebih baik berhenti merokok sebelum ini berlaku

Hasil pembakaran rokok mengandung berbagai jenis toksin dan agen karsinogen yang dapat membahayakan, tidak hanya pada orang yang merokok (perokok aktif), tetapi juga pada orang disekitar perokok (perokok pasif). Selain dapat menyebabkan terjadinya penyakit sistemik seperti kanker paru, penyakit kardiovaskuler, risiko terjadinya neoplasma larynx, esophagus, merokok juga terbukti berhubungan dengan munculnya berbagai kelainan gigi dan rongga mulut (Kusuma, 2018).

Pelaksanaan penelitian ini tidak terlepas dari berbagai keterbatasan yang dihadapi peneliti, seperti penyebaran kuesioner secara online melalui google formulir yang memungkinkan adanya responden yang tidak dapat bertanya secara langsung jika ada pernyataan yang kurang dipahami, terdapatnya responden yang tidak sesuai kriteria ikut mengisi kuesioner, dan kurangnya spesifikasi pada kriteria penelitian sehingga sampel yang diterima tujuan cangkupannya kurang detail dan kurang menggambarkan keseluruhan populasi yang ada.

Dapat disimpulkan bahwa hasil pembakaran rokok mengandung berbagai jenis toksin dan agen karsinogen yang dapat membahayakan, tidak hanya pada orang yang merokok (perokok aktif), tetapi juga pada orang disekitar perokok (perokok pasif). Selain dapat menyebabkan terjadinya penyakit sistemik seperti kanker paru, penyakit kardiovaskuler, risiko terjadinya neoplasma larynx, esophagus, merokok juga terbukti berhubungan dengan munculnya berbagai kelainan gigi dan rongga mulut. Sebagai mahasiswa, kita dapat mengambil peranan penting dalam mengedukasi dan memotivasi masyarakat khususnya mahasiswa yang merokok aktif untuk menghindari rokok, dengan memberikan gambaran tentang berbagai bahaya merokok.

Penelitian ini dapat menjadikan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti tingkat ketergantungan merokok dengan persepsi bahaya merokok. Peneliti selanjutnya untuk memperbaiki penamaan pada faktor persepsi hasil penelitian dan diharapkan dapat memberikan kriteria penelitian yang lebih spesifik agar dapat mengetahui keadaan sampel yang sebenarnya dan dapat menggambarkan populasi penelitian.

- Effectiveness of Pictorial Health Warnings on Cigarette Packages. *Jurnal Online German Cancer Research Center*. www.tabakkontrolle.de
- Kumboyono, K. (2011). Relationship Between Smoking Behavior and Motivation to Learn a Teenager. *Jurnal Keperawatan*, 2.
- Kusuma, A. R. P. (2018). Pengaruh Merokok Terhadap Kesehatan Gigi an Rongga Mulut. *Journal: World Class Islamic University Unissula Sultan Agung Ilamic University*.
- Muzzamil, F. (2013). *Penerapan Self Control untuk Mengurangi Perilaku Merokok pada Klien di Biro*

- Psikologi Safaro Konsuling Jakarta Timur*. Thesis. Universitas Persada Indonesia Y.A.I.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Santoso, S. (2010). *Statistik Non Parametri Konsep dan Aplikasi dengan SPSS*. PT Elex Media Komputindo.
- Sarwono, S. W. (2009). *Pengantar Psikologi Umum*. PT Raja Grafindo Persada.
- Smet, & Bart. (2016). *Psikologi Kesehatan*. PT Grasindo.
- Sodik, M. A., & Setyani, A. T. (2018). *Effect of Smoking For Teens Against Behavior and Social Interaction*.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kuantitatif dan R&D*. PT Alfabet.
- Virly, M. (2013). *Hubungan Persepsi tentang Bahaya Rokok dengan Perilaku Merokok pada Karyawan di PT Sintas Kurama Perdana Kawasan Industri Pupuk Kujang Cikampek*.
- Volkow, N. D. (2014). *Drugs, Brains, and Behavior The Science of Addiction*. National Institute on Drug Abuse. https://nida.nih.gov/sites/default/files/soa_2014.pdf
- Wibowo. (2016). Persepsi Peringatan Gambar Bahaya Merokok pada Kemasan Rokok dengan Perilaku Merokok Remaja Laki-Laki. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 11, 154–164. <https://jurnal.stikes-aisyiyahpalembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/267>