

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Perilaku merokok merupakan salah satu perilaku yang mudah kita jumpai di Indonesia. Baik di tempat-tempat umum seperti *mall* hingga tempat paling pribadi sekalipun, yaitu di rumah. Berdasarkan data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar (2010) diketahui prevalensi perokok di Indonesia mencapai 34,7% dari keseluruhan jumlah penduduk Indonesia. Perokok terdiri dari berbagai tingkatan usia, strata ekonomi, pendidikan, dan lainnya. Sementara, menurut data *World Health Organization* (2008) sebanyak 5,4 juta orang diperkirakan meninggal akibat rokok di dunia. Di kawasan ASEAN terdapat 124 juta orang dewasa yang merokok, dimana sebanyak 46% berada di Indonesia (Aritonang, E. S., 2010).

Terdapat berbagai efek negatif dari merokok. Selain efek psikis yaitu ketergantungan rokok (*tobacco dependency*), terdapat pula efek negatif yang terjadi pada fisik atau tubuh. Banyak penelitian membuktikan kebiasaan merokok berhubungan dengan sedikitnya 25 jenis penyakit dari berbagai alat tubuh manusia seperti jantung dan gangguan pembuluh darah, kanker paru-paru, kanker rongga mulut, kanker *laring*, kanker *oesofagus*, *bronchitis*, tekanan darah tinggi, impotensi, serta gangguan kehamilan dan cacat janin (Nurhayati, 2009). Hal yang menarik adalah meskipun sudah diketahui berbagai efek negatif dari merokok, jumlah perokok bukannya semakin menurun tetapi semakin meningkat dan usia merokok semakin bertambah muda (Komalasari & Helmi, 2000).

Salah satu usia yang rentan untuk menjadi perokok adalah usia remaja. Perilaku merokok pada kalangan remaja disebabkan oleh berbagai hal, salah satunya adalah dipengaruhi oleh iklan. Hampir 70% remaja memiliki kesan positif terhadap iklan rokok. Lima puluh persen remaja perokok merasa dirinya lebih percaya diri seperti yang dicitrakan iklan rokok dan 37% remaja perokok merasa dirinya 'keren' seperti yang dicitrakan iklan rokok. Pada remaja putri terdapat persepsi pula bahwa perokok cenderung memiliki banyak teman (Koalisi Indonesia Sehat, 2008). Tetapi, tanpa disadari, merokok mendorong remaja untuk semakin terbiasa terhadapnya. Bahkan, lebih dari suatu kebiasaan, merokok juga dapat mengakibatkan ketergantungan secara fisik dan psikis hingga kemudian mengakibatkan kematian (Wagner, 2003).

Selain pengaruh dari iklan, hal lain yang membuat remaja mudah terpengaruh untuk merokok adalah kondisi di lingkungannya. Remaja memang rentan terhadap perilaku merokok, kuatnya pengaruh kelompok sebaya dalam perubahan sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku memang lebih kuat dibandingkan dengan pengaruh keluarga. Apabila anggota kelompok mencoba meminum alkohol, obat-obatan, maupun merokok, maka remaja cenderung mengikutinya tanpa memperdulikan dirinya dan akibat dari hal yang dilakukannya secara mendalam (Hurlock, 1980).

Menurut Yayasan Jantung Indonesia (2011), prevalensi angka kejadian merokok pada remaja di Indonesia pada tahun 2011 mencapai 79%. Hal tersebut mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2010 yang mencapai 45%. Jakarta meduduki peringkat pertama dengan prevalensi angka kejadian merokok pada

remaja sekitar 87% , Bandung 73%, Bekasi 70%, Bogor 59%, Tangerang 52% . Di tingkat Jawa Barat angka kejadian merokok pada remaja paling tinggi adalah di Kota Bandung, yaitu 73% (<http://indrirubiantini.web.id>, diakses pada tanggal 10 September 2011).

Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok, dan sering mengakibatkan mereka mengalami ketergantungan (Laventhal dan Cleary, 2005). Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan di Indonesia, jumlah remaja pria yang merokok memang lebih banyak dibandingkan dengan remaja wanita. Remaja pria yang terbiasa merokok sebanyak 11-20 batang sehari sekitar 49,8% dan yang terbiasa merokok sebanyak lebih dari 20 batang sehari sekitar 5,6%. Yayasan Kanker Indonesia (YKI) menemukan bahwa 27,1% dari 1961 siswa SMA/SMK sudah mulai atau terbiasa merokok setiap harinya (Sirait, 2001).

Meskipun tidak ada data pasti mengenai jumlah pelajar yang merokok di SMA 'X', tetapi hal tersebut tidak berarti bahwa perilaku merokok di kalangan pelajar SMA 'X' tidak ada sama sekali. Pada jarak kurang lebih satu kilometer dari sekolah, terdapat sebuah warung yang menjadi tempat bermain beberapa pelajar SMA 'X' selepas sekolah. Di warung tersebutlah biasanya beberapa pelajar ini bebas merokok, bahkan seringkali para pelajar menghutang untuk mendapatkan rokok dari warung ini. Terkadang guru-guru melakukan inspeksi ke warung yang bersangkutan, namun tetap saja warung tersebut menjadi tempat favorit bagi para pelajar untuk sekedar mengobrol sambil merokok. Salah satu

mantan Ketua OSIS dari SMA 'X' pun menjelaskan bahwa perilaku merokok di sekolahnya banyak terjadi namun memang masih sembunyi-sembunyi. Bahkan terkadang ada saja pelajar yang merokok di dalam kelas, terutama kelas yang berada jauh dari ruang guru, kemudian membuang puntung rokok ke kebun yang berada di belakang sekolah jika guru akan masuk kelas. Kegiatan pentas seni yang dilakukan pun terkadang harus 'dinodai' dengan ulah beberapa pelajar yang nekat untuk merokok di dalam lingkungan sekolah meskipun sebenarnya hal tersebut dilarang. Oleh karena itulah, pihak sekolah tidak mengizinkan untuk mengadakan pentas sekolah kembali.

Menurut guru yang ditemui di SMA 'X', memang tidak banyak kejadian pelajar yang merokok ketahuan oleh pihak sekolah. Dalam satu semester, hanya sekitar satu sampai dua kejadian saja yang terjadi dimana guru menemukan ada pelajar yang merokok di sekitar sekolah. Akan tetapi, gurupun tidak dapat menjamin bagaimana perilaku pelajarnya di luar sekolah karena keterbatasan dari pihak sekolah itu sendiri yang tidak bisa terus menerus memantau perilaku pelajarnya setiap saat. Karena itulah guru-gurupun merasa kebingungan untuk memberantas perilaku merokok di kalangan pelajarnya selama para pelajar ini masih terdaftar sebagai pelajar di SMA 'X' Kota Bandung.

Berbagai upaya sudah banyak dilakukan untuk menghentikan kebiasaan merokok. Salah satu upaya yang dilakukan di SMA 'X' misalnya. Untuk mengurangi perilaku merokok para pelajar, guru-guru memang melakukan razia sewaktu-waktu. Bahkan terdapat aturan bahwa dalam jarak satu kilometer dari sekolah, pelajar tidak diperbolehkan untuk merokok. Hukuman-hukuman yang

diberikan kepada pelajar yang ketahuan merokok pun akan langsung diberikan jika memang dibutuhkan. Berbagai pengumuman mengenai bahaya rokok dan larangan merokok juga dipasang di sekitar lingkungan sekolah, tetapi hal tersebut juga belum dapat mengurangi perilaku merokok pelajar SMA 'X' secara efektif. Hal tersebut menunjukkan bahwa berbagai upaya untuk menghentikan kebiasaan merokok tersebut harus dikembalikan kepada para pelakunya, apakah mereka memang benar-benar ingin berhenti merokok atau tidak. Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan pada mahasiswa di Universitas Jordania, ditemukan bahwa terdapat pola untuk berhenti merokok yang tidak berbeda jauh dengan negara lainnya di seluruh dunia. Pola tersebut di antaranya adalah: kesiapan yang tinggi untuk berhenti merokok, pengalaman dalam menghadapi kendala untuk berhenti merokok, dan pengalaman menghentikan kebiasaan merokok (Haddad, G. Linda, 2006).

Selain pola berhenti seperti yang dijelaskan di atas, terdapat pula lima tahapan berhenti merokok yang harus dihadapi saat seseorang berhenti merokok, yaitu tahapan dimana seorang perokok belum mau untuk berhenti merokok sama sekali di masa yang akan datang, biasanya pada 6 bulan mendatang (*pre-contemplation*); sudah memiliki niat untuk berhenti merokok di masa yang akan datang, biasanya pada 6 bulan mendatang (*contemplation*); mempersiapkan diri untuk berhenti merokok dalam waktu dekat, biasanya pada 1 bulan mendatang (*preparation*); menjalankan perilaku berhenti merokok dalam waktu tertentu, biasanya dalam 6 bulan terakhir (*action*); meneruskan perilaku berhenti merokok dan hasrat untuk merokok sudah mulai berkurang (*maintanance*) (Velicer, 1998).

Menurut Ketua Umum Lembaga Menanggulangi Masalah Merokok (LM3), sangatlah sulit bagi seseorang untuk berhenti merokok. Dari beberapa penelitian, sekitar 70% dari jumlah perokok di seluruh dunia ingin berhenti merokok, tetapi hanya 3% yang berhasil melakukannya (Syafie, dkk, 2007). Berdasarkan hasil penelitian lain di Swiss, dilaporkan bahwa 90% wanita dan 85% pria mengaku mengalami kesulitan dalam usahanya untuk berhenti merokok. Hanya 73% perempuan dan 71% laki-laki di antaranya benar-benar berniat untuk berhenti merokok (Marques, Vidal., 2011).

Setiap perilaku, termasuk perilaku berhenti merokok pada pelajar SMA diawali dengan *intention*. *Intention* adalah suatu indikasi dari bagaimana niat yang dimiliki seseorang untuk mencoba melakukan perilaku tertentu, bagaimana usaha yang direncanakan seseorang untuk kemudian ditampilkan secara nyata dalam bentuk perilaku tertentu (Ajzen, 1991). Semakin kuat *intention* untuk berhenti merokok, maka akan semakin besar kemungkinan munculnya perilaku tersebut. *Intention* terdiri dari determinan-determinan, yaitu *attitude toward behavior*, *subjective norm*, dan *perceived behavioral control*. Bagaimana pelajar SMA yang merokok memperoleh informasi mengenai rokok akan memupuk keyakinan mengenai perilaku berhenti merokok itu sendiri. Keyakinan ini merupakan dasar dari terbentuknya *attitude toward behavior* terhadap perilaku berhenti merokok. Persepsi pelajar SMA yang merokok terhadap tuntutan lingkungannya dalam memunculkan perilaku berhenti merokok, akan membentuk *subjective norm* seorang remaja perokok yang kemudian berkontribusi terhadap *intention*-nya untuk berhenti merokok. Saat pelajar SMA yang merokok semakin

meyakini bahwa dirinya mampu berhenti merokok dan memiliki kesempatan untuk itu, maka semakin kuat pula *perceived behavioral control* pelajar itu untuk berhenti merokok. Ketiga hal tersebut yang membentuk *intention* pelajar SMA yang merokok untuk berhenti merokok.

Berdasarkan keterangan dari para pelajar SMA 'X', ditemukan bahwa 3 orang ingin berhenti merokok. Hal yang menjadi penghalang bagi 3 pelajar yang ingin berhenti untuk menghentikan perilaku merokoknya adalah karena pengaruh dari teman-teman di sekolahnya. Saat ada pelajar yang mengutarakan bahwa dirinya ingin berhenti merokok, maka pelajar lain akan mengejek dan menganggap bahwa berhenti merokok tidaklah 'keren'. Enam puluh tujuh persen dari 3 orang pelajar yang ingin berhenti merokok bahkan mengungkapkan bahwa orang tuanya sudah menyuruh untuk berhenti merokok, bahkan memarahi, akan tetapi pelajar ini tidak dapat menjalankan niatnya untuk berhenti merokok karena teman-teman sekolah yang terus menerus memaksa untuk tetap merokok seperti biasa (*subjective norms*). Tiga orang pelajar yang berhenti merokok menyadari bahwa perilaku berhenti merokok dapat memberikan efek yang baik bagi kesehatan tubuhnya, begitu pula bagi keuangannya. Tetapi meski demikian, mereka tetap belum bisa berhenti 100% (*attitude towards behavior*). Tiga orang pelajar yang berhenti merokok memang merasa belum yakin akan kemampuannya untuk mengontrol diri hingga benar-benar bisa berhenti secara total. Kemudahan dalam mendapatkan rokok, kebiasaan untuk merokok saat menghadapi masalah, dan meningkatnya kepercayaan diri saat merokok dirasakan menjadi hal yang membuat mereka tidak yakin untuk benar-benar bisa berhenti merokok (*perceived*

behavioral control). Hal-hal di atas merupakan determinan-determinan *intention* yang dimiliki beberapa pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok. Ketiga determinan tersebut akan saling berkontribusi satu sama lainnya terhadap *intention* untuk berhenti merokok di kemudian hari.

Dengan melihat penjelasan di atas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “kontribusi determinan-determinan *intention* terhadap *intention* untuk berhenti merokok pada pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang Merokok” secara lebih lanjut.

1.2. Identifikasi Masalah

Dari penelitian ini ingin diketahui bagaimana determinan-determinan *intention* berkontribusi terhadap *intention* untuk berhenti merokok pada pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok.

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran mengenai determinan-determinan *intention* dan *intention* untuk berhenti merokok pada pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi determinan-determinan *intention* terhadap *intention* untuk berhenti merokok pada pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

- a. Memberikan informasi teoretik kepada pembaca mengenai *intention* untuk berhenti merokok pada remaja perokok.
- b. Memberikan informasi kepada peneliti lain yang tertarik untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai *intention* untuk berhenti merokok pada perokok dalam rangka mengembangkan ilmu pengetahuan, dalam hal ini adalah ilmu Psikologi Sosial dan Psikologi Klinis.

1.4.2. Kegunaan Praktis

- a. Memberikan informasi kepada klinisi (seperti Yayasan Jantung Indonesia) mengenai *intention* untuk berhenti merokok pada remaja perokok, dalam hal ini adalah pelajar SMA 'X' di Kota Bandung. Hal ini dimaksudkan agar para klinisi dapat membantu para remaja perokok dalam usaha menghentikan kebiasaan merokoknya.
- b. Memberikan informasi kepada pelajar SMA 'X' di Kota Bandung mengenai *intention* untuk berhenti merokok pada remaja perokok melalui media majalah dinding (mading). Hal ini dimaksudkan untuk memberikan informasi mengenai determinan apakah yang paling memberikan kontribusi terbesar dalam menghasilkan perilaku berhenti merokok, sehingga membantu pelajar SMA 'X' di Kota Bandung untuk melakukan upaya berhenti merokok.

- c. Memberikan informasi kepada pihak sekolah, terutama guru-guru mengenai *intention* untuk berhenti merokok pada pelajar SMA 'X' di yang merokok. Hal ini diharapkan agar guru-guru dapat membantu pelajar yang merokok untuk berhenti merokok dengan meninjau determinan-determinan yang berkontribusi terhadap *intention* itu sendiri.
- d. Memberikan informasi kepada orang tua mengenai *intention* untuk berhenti merokok pada remaja perokok, dalam hal ini adalah pelajar SMA 'X' di Kota Bandung melalui bantuan dari pihak guru di sekolah. Hal ini dimaksudkan agar orang tua lebih waspada dengan perilaku merokok dan dapat membantu para pelajar SMA 'X' di yang merokok untuk berusaha mengurangi kebiasaan merokok.

1.5. Kerangka Pemikiran

Perilaku merokok merupakan suatu perilaku membakar dan menghisap rokok serta dapat menimbulkan asap rokok yang dapat terhisap oleh orang-orang yang berada di sekitar pelaku (Levy, 1984). Perilaku merokok dapat menimbulkan ketergantungan/ kecanduan terhadap rokok. Hal tersebut dikarenakan adanya kandungan nikotin di dalam rokok yang dapat menimbulkan efek candu. Untuk mencegah ketergantungan yang hebat, tentunya para perokok harus memiliki keinginan untuk menghentikan kebiasaannya tersebut dan berusaha melakukan tindakan berhenti merokok.

Intention diasumsikan sebagai suatu dasar dalam menangkap motivasi yang dapat mempengaruhi suatu perilaku. *Intention* merupakan indikasi dari seberapa keras keinginan seseorang untuk mencoba, seberapa banyak usaha yang dikeluarkan seseorang dengan tujuan menampilkan perubahan perilaku tertentu. Secara umum, semakin kuat *intention* untuk menampilkan suatu perilaku, semakin besar kemungkinan perilaku tersebut dilakukan (Ajzen, 1991). Semakin kuat *intention* remaja perokok untuk berhenti merokok, maka semakin besar pula kemungkinan perilaku berhenti merokok dilakukan. *Intention* sendiri dipengaruhi oleh tiga determinan, yaitu evaluasi yang dimiliki remaja perokok terhadap perilaku berhenti merokok yang akan membentuk sikapnya terhadap perilaku berhenti merokok (*attitude toward behavior*), persepsi mengenai lingkungan apakah mendukung atau tidak mendukung remaja perokok untuk menampilkan perilaku berhenti merokok (*subjective norms*), dan persepsi mengenai kemampuan diri untuk mengontrol perilaku berhenti merokok (*perceived behavioral control*).

Terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi ketiga determinan *intention* (*attitude toward behavior*, *subjective norms*, dan *perceived behavioral control*) secara tidak langsung dan dibagi ke dalam tiga kategori, yaitu faktor personal, faktor sosial, dan faktor informasi (Ajzen, 2005). Keseluruhan faktor-faktor tersebut dibagi lagi ke dalam sub-faktor yang lebih spesifik sifatnya, yaitu faktor personal yang terdiri dari karakteristik kepribadian (*personality traits*). Faktor personal yang dimiliki masing-masing pelajar SMA yang merokok ini akan mempengaruhi *subjective norms* yang dimiliki untuk berhenti merokok dan kemudian berpengaruh pula pada *intention*-nya. Misalnya, pelajar SMA yang

ekstrovert dan memiliki nilai yang belum begitu mantap dalam hidupnya, akan lebih mudah terpengaruh lingkungan dalam melakukan perilaku berhenti merokok.

Selain faktor personal, terdapat pula faktor sosial yang terdiri dari jenis kelamin (*gender*) dan tingkatan kelas (*education*). Faktor sosial ini yang menjadi latar belakang seorang pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok dalam memandang perilaku berhenti merokok. Saat ini di Indonesia sudah terdapat pergeseran persepsi bahwa wanita yang merokok tidaklah menjadi hal yang tabu seperti dulu. Karena itu pula tuntutan masyarakat bagi seorang pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok dan berjenis kelamin wanita untuk menghentikan kebiasaannya merokok lambat laun menjadi berkurang. Hal ini dapat mengurangi derajat *intention* untuk berhenti merokok baik pada pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok yang berjenis kelamin wanita. Sementara tingkatan kelas dirasa penting karena adanya tuntutan yang berbeda dari tingkatan yang berbeda itu pula. Misalnya pada pelajar kelas 1, mereka memiliki tuntutan yang lebih dalam beradaptasi di lingkungan SMA yang baru, sehingga mereka membutuhkan penerimaan yang lebih dari lingkungan sekolahnya yang baru. Karena itu terdapat pula kemungkinan yang lebih besar bahwa siswa kelas 1 ini dapat dengan mudah terpengaruh pendapat lingkungan sekitar agar dapat diterima dengan baik di lingkungan SMA-nya. Salah satu pendapat tersebut misalnya adalah pandangan bahwa merokok itu 'keren', sehingga akan mempengaruhi derajat *intention* untuk berhenti merokok di kemudian hari.

Faktor terakhir adalah faktor informasi yang terdiri dari pengalaman (*experiences*), pengetahuan umum (*knowledge*), dan *media exposure*. Bagaimana pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok memperoleh informasi mengenai keuntungan maupun kerugian yang dapat diperoleh dari perilaku berhenti merokok dapat menjadi bahan pertimbangan mereka untuk memutuskan apakah mereka mau menghentikan kebiasaannya merokok dan sebaliknya. Informasi inilah yang akan mempengaruhi *attitude toward behavior* dan kemudian mempengaruhi *intention* yang dimiliki oleh pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok untuk berhenti merokok. Ditinjau dari segi pengalaman, seorang pelajar SMA 'X' yang merokok dan memiliki pengalaman yang berkaitan dengan perilaku merokok misalnya akan mempengaruhi *perceived behavioral control* yang dimiliki kemudian mempengaruhi pula *intention* untuk berhenti merokok. Ditinjau dari pengetahuan umum, seorang pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok dan lebih banyak memiliki pengetahuan umum mengenai bahaya merokok mungkin saja akan membentuk *attitude toward behavior* mengenai perilaku berhenti merokok yang lebih *favorable*. Sementara *media exposure* dapat dilihat dengan mempertimbangkan media-media di sekitar pelajar SMA 'X' itu sendiri, jika media menggambarkan bahwa merokok adalah hal yang baik, maka tentunya akan mempengaruhi *attitude toward behavior*. Faktor-faktor tersebut memberikan pengaruh terhadap pembentukan *belief* (terdiri dari *behavioral belief*, *normative belief*, dan *control belief*) yang dimiliki oleh seorang remaja perokok kemudian mempengaruhi determinan yang ada dan *intention* untuk berhenti merokok di kemudian hari.

Pada penelitian ini juga terdapat hal yang ingin diketahui yaitu mengenai tingkat keparahan merokok yang dimiliki oleh pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok. Peneliti berasumsi bahwa semakin tinggi tingkat keparahan merokok yang dimiliki, maka akan semakin besar pula kemungkinan lemahnya derajat *intention* untuk berhenti merokok. Seseorang dengan tingkat keparahan yang tinggi dalam merokok artinya berarti sudah terbiasa dengan rokok dan bahkan sudah sampai pada tahap kecanduan zat nikotin yang terdapat dalam rokok sehingga membuatnya mengalami kesulitan yang lebih tinggi dalam menghentikan kebiasaan merokok dibandingkan dengan seseorang yang lebih rendah tingkat keparahan merokoknya.

Setiap perilaku, memiliki *intention* sebagai titik awal dalam memunculkan perilaku. Begitu pula perilaku berhenti merokok. Para pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok sendiri memiliki *intention* untuk berhenti merokok yang terdiri dari tiga determinan yang ada. Determinan-determinan tersebut, yaitu *attitude toward behavior*, *subjective norms*, dan *perceived behavioral control* (Ajzen, 2005).

Attitude toward Behavior dapat ditentukan dengan melihat bagaimana *belief* atau keyakinan seorang pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok terhadap konsekuensi yang akan ditimbulkan dari perilaku berhenti merokoknya atau biasa disebut sebagai *behavioral belief*. Konsekuensi tersebut diperoleh dengan mempertimbangkan efek positif dan negatif setelah berhenti merokok yang dapat ditinjau dari berbagai segi. Jika ditinjau dari segi kesehatan, maka konsekuensi yang dapat diperoleh adalah terhindar dari penyakit jantung, penyakit

pernapasan, gangguan kesehatan gigi dan mulut, dan lain-lain. Namun terdapat pula efek negatif secara kesehatan di awal usaha berhenti merokok dilakukan. Efek mual, pusing, dan lemas biasanya akan muncul saat seseorang berusaha mengurangi atau langsung berhenti merokok sekaligus. Jika ditinjau dari segi ekonomi, maka konsekuensinya adalah dapat menghemat pengeluaran sehari-hari yang biasanya dihabiskan untuk membeli rokok. Jika ditinjau dari segi sosial, maka kemungkinan konsekuensi yang dihadapi adalah bisa menambah teman atau bahkan di jauhi oleh teman yang biasanya menerima keberadaan subjek sebagai seorang perokok.

Selain itu, *attitude toward behavior* dapat pula ditentukan dari bagaimana remaja perokok mengevaluasi hasil yang terkait dengan perilaku berhenti merokok dan seberapa kuat kaitan tersebut. Pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok dapat melihat pengalaman dari orang lain di sekitarnya yang berusaha berhenti merokok dan orang yang memang telah berhenti merokok atau melihat pengalaman diri sendiri dalam usahanya untuk berhenti merokok. Dalam hal ini, pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok melakukan penilaian tentang pengalaman orang lain tersebut maupun pengalaman diri sendiri. Jika pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok memberikan evaluasi bahwa usaha orang lain dan usaha dirinya untuk berhenti merokok memang efektif dan memberikan dampak positif seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, maka pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok akan cenderung mengikuti perilaku tersebut. Namun, jika ternyata mereka menilai bahwa usahanya sama sekali tidak berhasil dan memberikan dampak negatif ditinjau dari berbagai aspek

yang sudah dijelaskan di atas, maka akan ada kecenderungan mereka untuk tidak mengikuti perilaku berhenti merokok. Hasil yang diperoleh dari observasi terhadap orang lain yang sedang berusaha berhenti, yang telah berhenti merokok, maupun yang mengalami kegagalan dalam usaha berhenti merokok juga merupakan suatu dasar dalam pembentukan *attitude toward behavior* terhadap perilaku berhenti merokok. Jika memang para pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok melihat bahwa orang-orang yang sedang berusaha berhenti merokok, maupun yang gagal dan sudah berhenti merokok memperoleh hasil yang positif sesuai dengan konsekuensi yang telah dijelaskan di atas, maka *attitude toward behavior* untuk berhenti merokok menjadi semakin *favorable* atau semakin positif. Begitu pula sebaliknya, jika pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok memperoleh hasil yang negatif dengan melihat pengalaman tersebut, maka *attitude toward behavior* untuk berhenti merokok menjadi semakin *unfavorable* atau semakin negatif.

Subjective Norms ini memiliki dasar, yaitu bagaimana *belief* atau keyakinan seorang pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok terhadap individu atau kelompok spesifik yang ada di sekelilingnya untuk mengizinkan atau tidak mengizinkan dirinya berhenti merokok. Keyakinan ini biasa disebut dengan *normative belief*. Untuk mengetahuinya, hal ini dapat dimulai dengan melihat individu atau kelompok mana yang paling signifikan bagi pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok. Individu atau kelompok tersebut bisa saja merupakan orang tua, saudara, teman sepermainan, guru, dan bahkan pacar yang dimiliki. Bagi seorang remaja, penerimaan lingkungan sekitar, yaitu lingkungan

teman sebaya sangatlah penting (Santrock, 2005). Maka, mungkin saja teman sepermainanlah yang paling signifikan bagi pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok untuk mendukung atau tidak mendukung mereka dalam menghentikan perilakunya. Jika seorang pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok mempersepsi bahwa teman-temannya mendukung, bahkan memberikan masukan-masukan untuk berhenti merokok, maka akan semakin positif *subjective norms* yang dimiliki pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok untuk berhenti merokok. Akan tetapi, jika seorang pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok mempersepsi teman-temannya meminta untuk tetap merokok, bahkan mengajak untuk merokok bersama, maka *subjective norms* yang dimiliki pelajar SMA 'X' di Kota Bandung untuk berhenti merokok akan semakin negatif. Selain teman-teman sepermainan, dukungan individu atau kelompok signifikan lain seperti yang telah dijelaskan di atas juga perlu diketahui.

Misalnya dilihat dari figur orang tua, jika orang tua sudah mengetahui kebiasaan pelajar SMA 'X' di Kota Bandung dalam merokok dan menolak adanya perilaku tersebut, maka orang tua akan cenderung mengarahkan untuk menghentikan kebiasaan merokoknya. Orang tua yang mendukung perilaku anaknya untuk berhenti merokok juga dapat dilihat dari usaha orang tua untuk memberikan *reward* bagi anaknya saat anaknya mengurangi rokok. *Reward* tersebut dapat diberikan melalui pujian maupun memberikan semangat. Selain itu, orang tua yang mendukung pun dapat membantu menyediakan informasi mengenai bagaimana cara mengurangi rokok yang efektif dan hal-hal apa saja yang dapat diperoleh dengan berhenti merokok sehingga anak akan lebih

semangat untuk menghentikan kebiasaannya untuk merokok. Namun, perlu diperhatikan juga apakah hal tersebut berjalan dengan baik atau tidak. Seperti yang telah diketahui bersama bahwa banyak pula orang dewasa yang merupakan perokok atau bahkan pecandu rokok. Jika orang tua yang memberikan arahan untuk tidak merokok bagi anaknya adalah seorang perokok juga, maka biasanya hal tersebut akan menjadi bumerang bagi mereka dimana remaja perokok akan cenderung tidak mengikuti arahan tersebut karena melihat perilaku orang tuanya yang masih merokok.

Subjective norms dapat diukur melalui persepsi pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok mengenai penerimaan orang-orang penting di sekitarnya terhadap perilaku berhenti merokok. Hal ini dapat dilakukan dengan mencari tahu bagaimana pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok dalam melihat penerimaan lingkungan sekitarnya terhadap perilaku berhenti merokok. Hal ini bisa diperoleh melalui pengamatan terhadap orang-orang di sekitar yang sudah berhenti merokok atau berniat berhenti merokok maupun berdasarkan pengalaman pribadi. Jika ternyata orang-orang sekitar yang sudah berhenti merokok atau berniat berhenti merokok diberikan dukungan dan penerimaan dari lingkungan, maka pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok cenderung memiliki *subjective norms* yang positif. Begitu pula jika ternyata pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok sudah pernah mencoba untuk berhenti merokok dan diberikan respon yang baik oleh lingkungannya. Intinya adalah, semakin besar orang tua, saudara, teman sepermainan, guru, pacar, dan figur signifikan lain

menerima perilaku berhenti merokok, maka akan semakin kuat pula *subjective norms* yang dimiliki.

Perceived behavioral control diasumsikan sebagai fungsi dari *control belief*. *Perceived behavioral control* merupakan persepsi yang dimiliki pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok mengenai kemampuan dirinya untuk menghentikan kebiasaan merokok. Determinan ini lebih didasari oleh keyakinan pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok mengenai tersedia atau tidak tersedianya faktor-faktor yang dapat memfasilitasi maupun menghambat munculnya perilaku untuk berhenti merokok atau biasa disebut sebagai *control belief*. Hal-hal yang menghambat upaya berhenti merokok adalah seberapa kuat ketergantungan yang dimiliki pelajar SMA 'X' di Kota Bandung terhadap rokok itu sendiri, kegagalan usaha yang pernah dilakukan untuk berhenti dan riwayat penyakit saluran pernapasan yang dimiliki oleh keluarga dan dirinya sendiri. Semakin kuat ketergantungan seorang perokok terhadap rokok, maka akan semakin sulit pula dirinya untuk menghentikan kebiasaan merokok. Semakin sering kegagalan usaha yang dilakukan untuk berhenti merokok, semakin besar pula hambatan dalam menghentikan kebiasaan merokok. Semakin tidak adanya riwayat penyakit saluran pernapasan dalam keluarga, maka remaja perokok akan semakin sulit memunculkan keinginan untuk menghentikan kebiasaan merokok (Marques, Vidal., 2011).

Keyakinan ini didasari oleh faktor-faktor lainnya yang dapat menambah atau mengurangi hambatan remaja perokok untuk berhenti merokok. Semakin tersedia fasilitas dan kesempatan untuk merokok, dan semakin besar hambatan

untuk berhenti merokok, maka akan semakin kecil pula kemungkinan remaja perokok ini untuk berhenti merokok. Apabila kondisi keuangan yang dimiliki remaja perokok mendukung dirinya untuk mampu membeli rokok setiap hari, maka kecenderungan untuk berhenti akan semakin sulit dilakukan. Jika pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok menemukan bahwa semakin mudah membeli rokok di berbagai kios dan toko, maka akan semakin sulit juga dirinya meyakinkan dan mengontrol diri untuk berhenti merokok. Begitu pula di saat terdapat banyak kesempatan untuk merokok, baik itu di tempat-tempat umum maupun tempat pribadi sekalipun tanpa adanya pihak lain yang mengingatkan agar mereka tidak merokok, maka akan semakin sulit juga para pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok ini dalam meyakinkan diri dan mengontrol diri untuk menghentikan kebiasaannya untuk merokok.

Terdapat berbagai macam faktor yang mendukung dan memfasilitasi pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok untuk menghentikan kebiasaan merokoknya. Misalnya adalah ketatnya penjualan rokok untuk remaja, larangan untuk merokok di tempat-tempat umum bagi remaja, hukuman yang diberikan bagi remaja perokok yang masih tetap melakukan kebiasaannya untuk merokok, dikurangnya uang jajan bagi para remaja perokok, dan sebagainya. Secara keseluruhan, *control belief* akan mengarahkan persepsi pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok mengenai kemampuan yang dimiliki dan kemampuan yang tidak dimilikinya dalam menghentikan kebiasaan merokok.

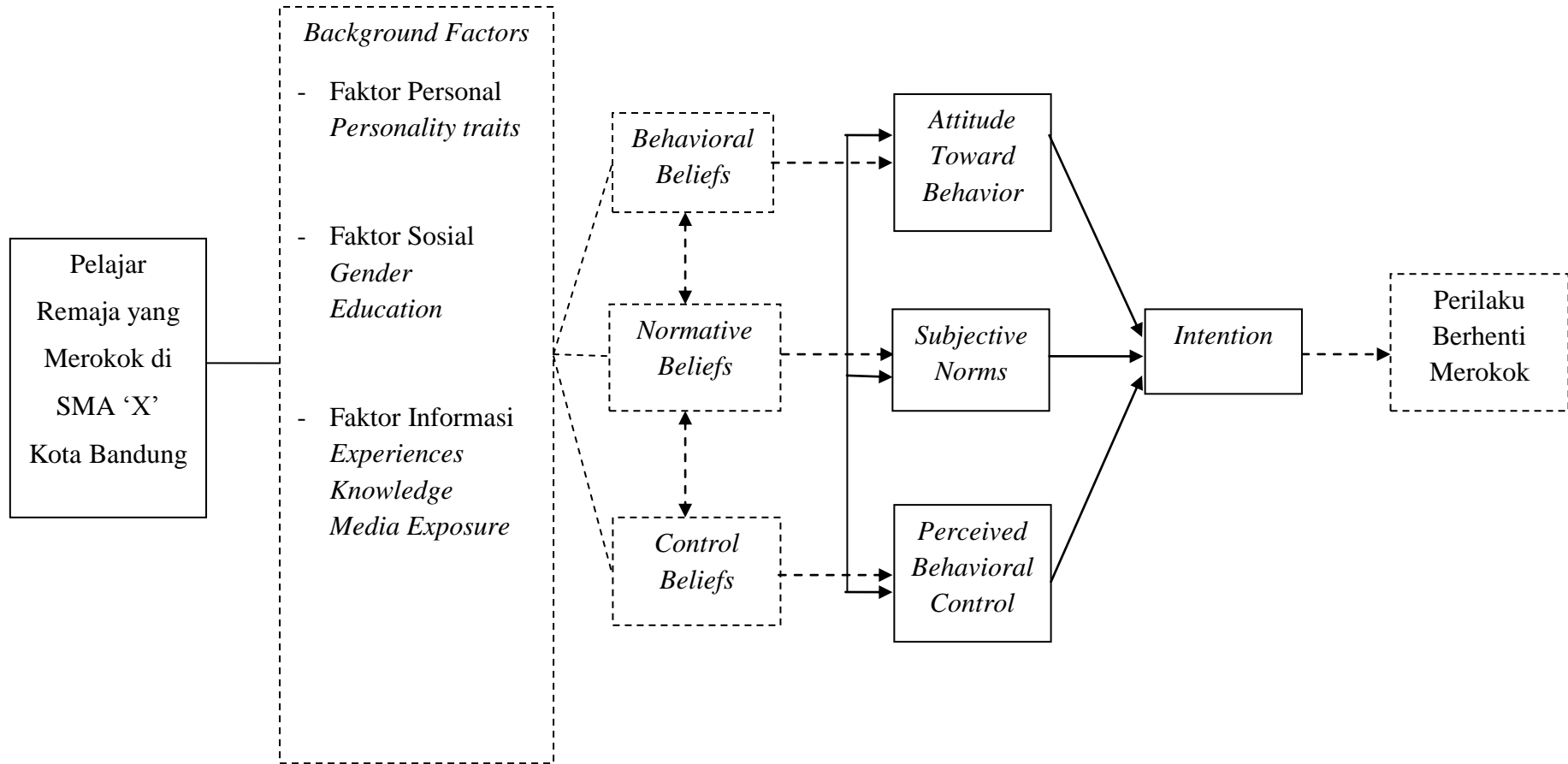
Perceived behavioral control yang didasari oleh hal-hal di atas ini akan mengarahkan keyakinan dalam diri pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang

merokok bahwa dirinya mampu menghentikan kebiasaan untuk merokok. Keyakinan ini akan ada di dalam diri pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok dan tidak akan tergoyahkan oleh lingkungan (*subjective norms*) jika memang keyakinannya memiliki derajat yang positif. Meskipun lingkungan dipersepsi pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok sebagai lingkungan yang tidak mengizinkan mereka berhenti merokok, mereka akan tetap yakin bahwa mereka mampu menghentikan kebiasaan merokoknya karena memang mereka mau dan benar-benar yakin atas kemampuannya sendiri. Misalnya, jika memang pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok sudah mantap akan mengurangi atau bahkan menghentikan kebiasaan merokok, maka meskipun teman-teman di SMA-nya mengajak mereka merokok baik di dalam lingkungan sekolah, yaitu di toilet, kelas dan taman sekolah seperti di SMA 'X', maupun di luar lingkungan sekolah, mereka akan tetap dapat mempertahankan upayanya dalam menghentikan kebiasaan merokok. Namun, apabila pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok ini memiliki *perceived behavioral control* yang negatif, hal yang terjadi adalah mereka akan dapat dengan mudah terpengaruh lingkungannya. Misalnya, remaja ini akan tergoda oleh ajakan teman-temannya untuk merokok dan mungkin tidak akan yakin bahwa dirinya bisa bertahan untuk tidak merokok di antara teman-temannya yang merokok tersebut.

Ketiga determinan ini akan berkontribusi terhadap *intention* untuk berhenti merokok yang dimiliki oleh remaja perokok. Apabila mereka memiliki determinan yang kuat derajatnya, maka *intention* yang dimiliki pun akan semakin kuat dan memungkinkan munculnya perilaku berhenti merokok. Apabila mereka

memiliki determinan yang lemah derajatnya, maka *intention* yang dimiliki pun akan semakin lemah dan memperkecil kemungkinan munculnya perilaku berhenti merokok. Diharapkan, seseorang memiliki kekonsistenan antara ketiga determinan, *intention*, dan tindakan yang benar-benar dilakukan.

Intention sendiri dapat terlihat dengan memperhatikan ketiga determinan tersebut dan memperhatikan pula kekuatan keinginan serta kekonsistenan diri untuk memunculkan perilaku berhenti merokok. Mungkin saja keinginan yang dimiliki seorang remaja perokok untuk menghentikan kebiasaannya memiliki derajat yang kuat, namun dirinya tidak konsisten dalam menampilkan perilaku tersebut karena keyakinan yang negatif untuk mengontrol perilaku berhenti merokok (*perceived behavioral control*).



Bagan 1.1. Kerangka Pemikiran

1.6. Asumsi.

- a. *Attitude toward behavior* yang dimiliki oleh pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok, didasari oleh *behavioral belief* yang dimiliki mengenai perilaku berhenti merokok.
- b. *Subjective norms* yang dimiliki oleh pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok, didasari oleh *normative belief* yang dimiliki mengenai perilaku berhenti merokok.
- c. *Perceived behavioral control* yang dimiliki oleh pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok, didasari oleh *control belief* yang dimiliki mengenai perilaku berhenti merokok.
- d. *Intention* untuk berhenti merokok yang dimiliki oleh pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok, dipengaruhi oleh tiga determinan, yaitu *attitude toward behavior*, *subjective norms*, dan *perceived behavioral control*.
- e. Semakin kuat determinan *intention*, maka akan semakin kuat pula *intention* untuk berhenti merokok yang dimiliki oleh pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok.

1.7. Hipotesis

Hipotesis Umum

Terdapat kontribusi dari determinan-determinan terhadap *intention* untuk berhenti merokok pada pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok.

Hipotesis Khusus

Hipotesis 1: Terdapat kontribusi dari *attitude toward behavior* terhadap *intention* untuk berhenti merokok pada pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok.

Hipotesis 2: Terdapat kontribusi dari *subjective norms* terhadap *intention* untuk berhenti merokok pada pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok.

Hipotesis 3: Terdapat kontribusi dari *perceived behavioral control* terhadap *intention* untuk berhenti merokok pada pelajar SMA 'X' di Kota Bandung yang merokok.