

INTISARI

Latar belakang : Merokok merupakan salah satu faktor risiko terjadinya penyakit-penyakit kronis penyebab utama kematian di seluruh dunia seperti penyakit jantung iskemik, paru obstruktif dan kanker. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) adalah salah satu Kawasan Tanpa Rokok (KTR) berdasar surat keputusan rektor SK No. 164/SK-UMY/XII/2011. Surat keputusan tersebut telah dipublikasikan sejak tahun 2011 tetapi, dari hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan pada bulan Maret 2016 masih ditemukan 45 dari 120 mahasiswa adalah perokok aktif. Sebelum dapat menurunkan angka perokok aktif diperlukan adanya pemahaman mengenai faktor pendorong motivasi berhenti merokok agar perokok aktif dapat sungguh-sungguh berniat untuk berhenti merokok.

Metode : penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan model fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam yang dilakukan pada tujuh informan yang didapat melalui teknik *snowball sampling*. Data dianalisis dengan menggunakan metode analisis kualitatif.

Hasil : Tingginya keinginan untuk berhenti merokok pada mahasiswa dikarenakan banyaknya faktor pendorong motivasi berhenti merokok yang meliputi masalah kesehatan yang dialami, kemampuan untuk mengontrol diri, pengetahuan yang masuk dalam motivasi intrinsik ditambah adanya motivasi ekstrinsik seperti faktor penguatan segera serta pengaruh sosial dan lingkungan. Namun, faktor pendorong ini dapat dihambat oleh motivasi awal merokok, lingkungan yang kurang kondusif, adanya kesempatan dan kemudahan dalam mengakses rokok, rendahnya pengetahuan yang dimiliki, rasa kecanduan akan rokok, sikap tertutup yang menimbulkan *coping stress* kurang baik dan tidak adanya niat dari perokok untuk berhenti. Baru tiga orang dari total informan yang memiliki faktor-faktor pendorong motivasi berhenti merokok dengan satu orang yang mempunyai faktor penghambat lebih kecil dibandingkan faktor pendorongnya.

Kesimpulan : Penurunan angka perokok aktif tidak hanya memerlukan pemahaman mengenai faktor pendorong motivasi berhenti merokok, tetapi juga faktor - faktor penghambatnya. Keberhasilan untuk berhenti merokok dapat dilakukan dengan cara menaikkan faktor - faktor pendorong motivasi berhenti merokok dan menurunkan faktor - faktor penghambat yang dimiliki.

Kata Kunci : Faktor – faktor pendorong, motivasi berhenti merokok, mahasiswa

ABSTRACT

Backgorund : Smoking is one of the risk factors of chronic diseases with high mortality rate around the world, such as ischemic heart disease, chronic obstructive pulmonary disease, and cancer. As stated by the university head (written in SK No. 164/SK-UMY/XII/2011), Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) is a smoking-free region. The statement was published since 2011, nevertheless, prior study conducted on March 2016 found that 45 out of 120 students are active smokers. To decrease the number of active smokers, understanding of factors that lead someone to smoke is needed; hence, active smokers can sincerely have the intention to stop smoking.

Methods : This is a descriptive qualitative study with phenomenology model. Data was collected by conducting deep interview with seven informants who were picked using a snowball sampling method. Data were analyzed with qualitative analysis method.

Result : The high intention to stop smoking in students is caused by many factors, including health issues, self –control ability, knowledge associated with intrinsic motivation, and the presence of external motivation such as advantages of stoping smoking, and social & environmental factors. But, those leading factors can be inhibited by the motivation to smoke in the first place, non supportive environment, the chances to smoke and access to cigarettes, poor knowledge, addiction to smoking, individualism that causes stress coping to be uneffective, thus making no progression of intention to stop smoking. Of all informants, only three have had factors leading to smoking cessation motivation, and one was found to have a weaker inhibiting factors compared to the leading factors.

Conclusion : The decrease of active smokers numbers doesn't only need understanding about factors leading to smoking cessation motivation, but also the inhibiting factors. A successful smoking cessation can be reached by enhancing the leading factors and suppressing the inhibiting factors.

Keywords : Leading factors, smoking cessation motivation, student