

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI MOTIVASI BERHENTI  
MEROKOK PADA MAHASISWA TEKNIK MESIN UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA ANGKATAN 2015**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Derajat Sarjana Ilmu Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas  
Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh  
**HAFIDZ ARDITA**  
20120320111

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2016**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berhenti Merokok Pada  
Mahasiswa Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Angkatan  
2015**

Telah disetujui dan diseminarkan pada 31 Agustus 2016

Oleh:

**HAFIDZ ARDITA**

**20120320111**

Pembimbing

**Dianita Sugiyo, Ns., MHID**

Penguji

**Romdzati, S.Kep., Ns., MNS**

Mengetahui

Kepala Prodi Ilmu Keperawatan FKIK UMY  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

**Sri Sumaryani, M.Kep., Ns., Sp.Mat., HNC**

***Factors that Influencing Students of Mechanical Engineering year 2015 in Universitas Muhammadiyah Yogyakarta as Their Motivation to Stop Smoking.***

**Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berhenti Merokok pada Mahasiswa Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2015.**

Hafidz Ardita<sup>1</sup>, Dianita Sugiyo<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK UMY, <sup>2</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK UMY

**ABSTRACT**

Ministry of Healthy of Republic of Indonesia in 2011 reported almost 6 million people per year are smokers, which are categorized in two types; 5 million people are active smokers and ex-active smokers, 600.000 people is pasive smokers. Diseases that caused by cigarretes and end up with death motly found like cancer, heart disease, lungs, and stroke. Thus, motivation is the important things for them to cession smoked. The motivation is divided in two types; intrinsic and extrinsic.

The purpose of this research is to know what factors that motivating the students of Mechanical Engineering year 2015 in Muhammadiyah Yogyakarta University.

This research is a quantitative. Non experimental by using *Cross Sectional* method. The research is done in August 2016 with 54 correspondences.

Analysis result of *Chi Square* test showed that there is a significance relation between self control and motivation to cessation smoked with value  $p = 0,020$ . Whereas, another factors are not influencing.

There is a significance relation between self control and motivation to cessation smoked of students in Mechanical Engineering year 2015 in Muhammadiyah Yogyakarta University.

Key Words : Motivation to Smoking Stop, Factors that Influencing Motivation.

## INTISARI

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2011 melaporkan hampir 6 juta orang pertahun, diantaranya 5 juta orang perokok dan mantan perokok serta 600.000 orang perokok yang terpapar asap rokok. Penyakit yang mengakibatkan kematian oleh karena rokok yang paling sering dijumpai adalah kanker, penyakit jantung, paru-paru, dan *stroke*. Motivasi merupakan hal yang penting dalam proses berhenti merokok. Terdapat dua faktor yang mempengaruhi motivasi seseorang untuk berhenti merokok yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi berhenti merokok mahasiswa Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2015.

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, *Non experimental* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2016, dengan responden 54 orang.

Hasil analisis uji *Chi Square* dalam penelitian ini menghasilkan adanya hubungan yang signifikan pada faktor kontrol diri terhadap motivasi untuk berhenti merokok dengan nilai  $p= 0,020$ . Sedangkan faktor lain tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap motivasi berhenti merokok.

Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor kontrol diri terhadap motivasi berhenti merokok pada mahasiswa Teknik Mesin UMY angkatan 2015. Peneliti berharap pada peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian ini agar lebih efektif kedepannya.

Kata Kunci : Motivasi Berhenti Merokok, Faktor yang Mempengaruhi Motivasi

## PENDAHULUAN

Merokok merupakan suatu masalah di dalam masyarakat yang dapat menimbulkan banyak kerugian baik dari segi sosial ekonomi maupun kesehatan bahkan kematian (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2011). Rokok merupakan hasil dari olahan tembakau yang terbungkus, termasuk cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana tobacum*, *Nicotiana rustica* dan spesies lainnya atau sintetisnya yang mengandung nikotin, tar, dan zat adiktif dengan atau tanpa bahan tambahan (Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta, 2009). Masalah utama yang ditimbulkan rokok adalah adanya peningkatan prevalensi perokok yang menjadi semakin tinggi tiap tahunnya.

Menurut *Global Adult Tobacco Survey* (GATS, 2015) laki laki Indonesia menduduki rangking pertama di dunia dengan prevalensi 67%, diikuti Rusia dengan 61%. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 menyebutkan bahwa Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) memiliki persentasi perokok aktif dengan usia penduduk diatas 10 tahun sebesar 21,2%.

Umumnya perokok aktif maupun pasif tidak menyadari bahwa didalam sebatang rokok terdapat ribuan senyawa

kimia, yang 43 diantaranya merupakan zat karsinogenik (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2012).

Al-qur'an juga menjelaskan tentang bahaya merokok, didalam surat Al-Baqarah (2:195) yang Artinya :

*"Dan belanjakanlah (apa yang ada pada kamu) karena (menegakan) agama Allah, dan janganlah kamu sengaja mencampakkan diri kamu ke dalam bahaya kebinasaan (dengan bersikap bakhil) dan baikilah (dengan sebaik-baiknya segala usaha dan) perbuatan kamu karena sesungguhnya Allah mengasihi orang-orang yang berusaha memperbaiki amalannya".*

Dari surah Al-Baqarah (2:195) dapat disimpulkan bahwa orang yang merokok menyalahgunakan uang yang dimiliki untuk suatu hal yang memberikan dampak buruk yang dapat menyebabkan berbagai penyakit bahkan kematian pada dirinya sendiri dan seharusnya uang tersebut dapat digunakan untuk hal yang lebih baik.

"Rokok dapat menyebabkan kanker, serangan jantung, impotensi, gangguan kehamilan dan janin." Pesan ini tertera dalam setiap bungkus rokok yang ada di Indonesia. Setiap perokok, sebelum mengambil dari bungkus rokok dan

menghisapnya akan membaca tulisan tersebut (Widati, 2013)

Melihat dari efek efeknya yang begitu banyak terhadap kesehatan, tidak mengherankan jika 70% perokok ingin berhenti merokok (Williams, Herzogb, & Simmons, 2011). Berhenti merokok dipengaruhi oleh niat dan motivasi. Motivasi adalah suatu proses psikologis yang mencerminkan interaksi antara sikap, kebutuhan, persepsi dan keputusan yang terjadi pada diri seseorang (Ayu, 2014). Faktor faktor yang mempengaruhi motivasi untuk berhenti merokok ada dua yaitu faktor intrinsik meliputi usia, pengetahuan, nilai dan persepsi, pengalaman, sedangkan faktor ekstrinsik meliputi lingkungan, orang terdekat (keluarga), ekonomi (Marquis dan Huston, 2000 dalam Barus, 2012).

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk meneliti tentang Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berhenti Merokok Pada Mahasiswa Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Angkatan 2015 dikarenakan masih banyaknyaperilaku merokok di kalangan mahasiswa teknik mesin.

## **METODE**

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif bersifat deskriptif dengan jenis

penelitiannon eksperimental. Metode yang digunakan adalah metode regresi ganda dengan rancangan penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini diambil sebanyak 50% dari populasi penelitian yaitu 54 orang, dari 107 orang. Sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dimana sampel ditentukan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti Penelitian ini berlangsung selama bulan bulan Juni sampai Juli 2016.

Kueisioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kueisioner adaptasi dari berbagai sumber kemudian dipilih sesuai kebutuhan penelitian.

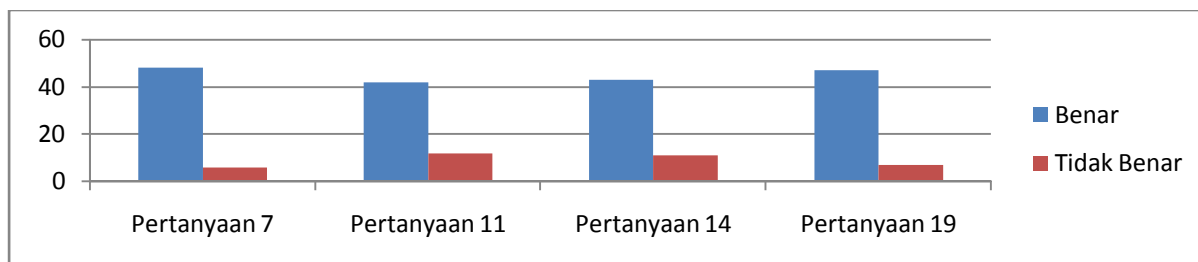
Kuesioner ini memiliki 2 domain yaitu intrinsik dan ekstrinsik. Domain intrinsik memiliki 4 sub domain dan ekstrinsik memiliki 2 sub domain. Skala yang digunakan untuk penilaian kueisioner adalah skala Guttman dengan data ordinal.

## **HASIL PENELITIAN**

Dari hasil kuesioner mengenai masalah kesehatan didapatkan hasil bahwa 88,9% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 7 mengenai adanya gejala fisik yang diakibatkan oleh rokok yang mulai menyerang responden. Sebanyak 77,8% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 11 mengenai

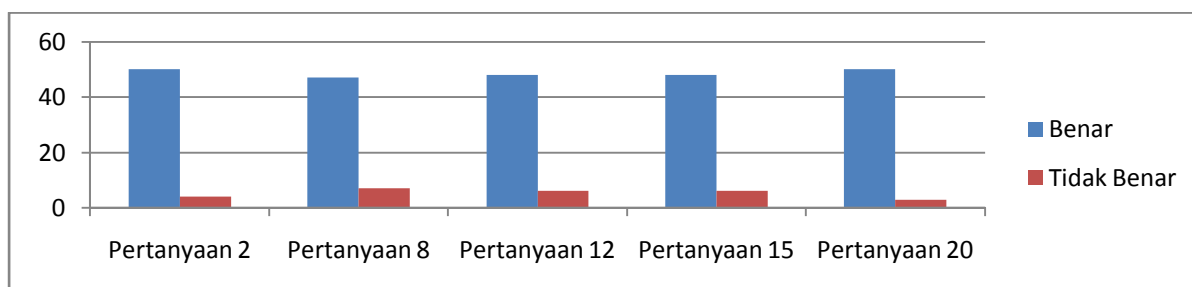
kemampuan responden untuk menggambarkan secara grafis efek merokok pada tubuh responden. Responden menjawab benar pada pernyataan nomor 14 mengenai bahaya merokok yang telah terlihat secara nyata

pada kehidupan orang lain sebanyak 79,6%. Responden menjawab benar pada pernyataan nomor 19 mengenai kekhawatiran responden bahwa merokok dapat memperpendek umurnya sebanyak 87%.



Dari hasil kuesioner mengenai kontrol diri mahasiswa didapatkan hasil bahwa 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 2 mengenai keinginan responden untuk menunjukkan padanya dirinya sendiri bahwa responden mampu dan bisa untuk berhenti mereokok. Sebanyak 87% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 8 tentang perasaan responden jika responden mampu untuk berhenti meorokok. Responden yang menjawab benar pada pernyataan nomor

12 bahwa responden merasakan ada kontrol diri didalam diri mereka sebanyak 88,9%. Sebanyak 88,9% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 15 bahwa responden akan merasa bahwa responden telah mencapai hal yang penting dalam dirinya dan 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 20 bahwa responden ingin membuktikan bahwa responden tidak kecanduan pada rokok.

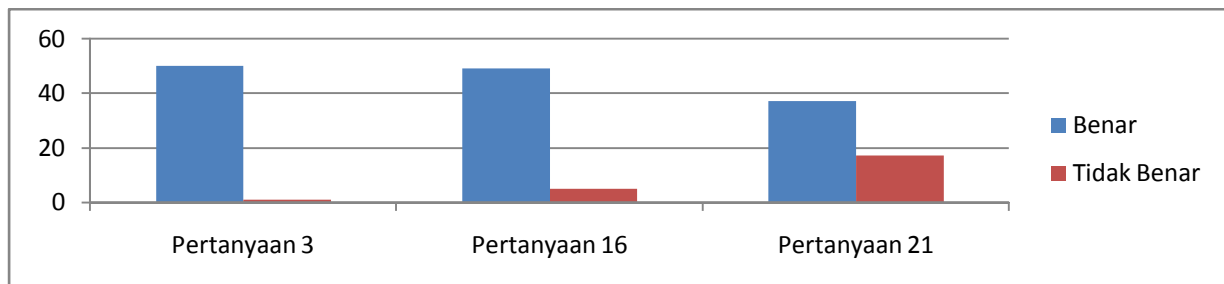


Dari hasil kuesioner mengenai pengetahuan responden tentang bahaya merokok didapatkan hasil, 98,1%

menjawab benar pada pernyataan nomor 3 mengenai rokok yang mengandung zat berbahaya dan lebih dari 40 zat yang dapat

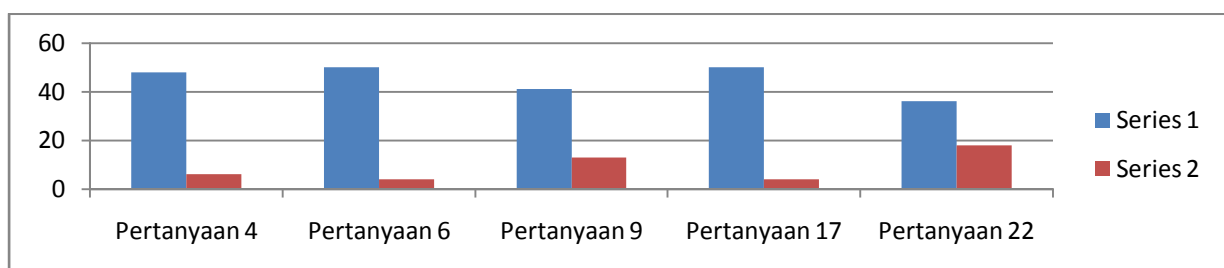
memicu kanker, serangan jantung, impotensi, dan stroke. Sebanyak 90,7% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 16 mengenai bahaya rokok pada perokok pasif dan 68,5%

responden menjawab benar pada pernyataan nomor 21 mengenai pengetahuan responden tentang larang merokok di tempat umum.



Dari hasil kuesioner mengenai penguatan segera (*immediate respond*) terkait dengan ekonomi didapatkan hasil bahwa 88,9% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 4 tentang alasan responden ingin berhenti merokok supaya rambut dan pakaian responden tidak bau. Sebanyak 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 6 mengenai dampak ekonomi yang lebih boros dirasakan oleh responden. Responden yang menjawab benar pada pernyataan nomor 9

tentang keinginan responden untuk tidak melubangi pakaian, sofa, sprei dan karpet dengan bara api rokoknya sebanyak 88,9%. Sebanyak 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 17 mengenai keinginan responden untuk menyimpan uang yang biasa dibelikan rokok dan 66,7% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 22 tentang responden yang tidak perlu membersihkan abu rokok dikamarnya.



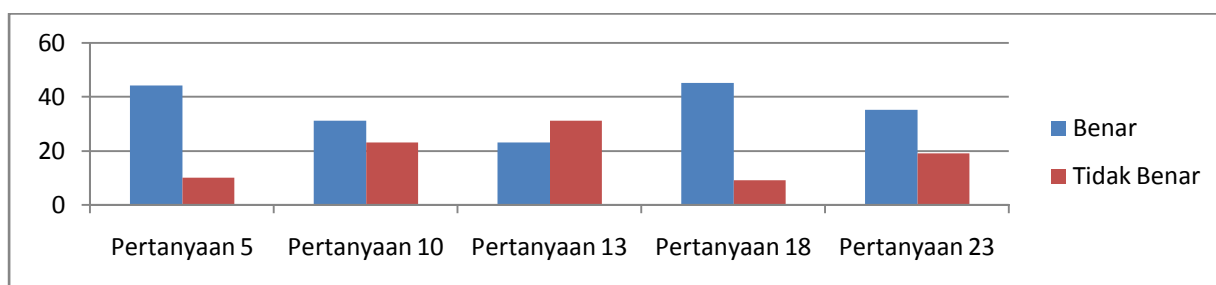
Dari hasil kuesioner mengenai pengaruh sosial dan lingkungan didapatkan hasil bahwa, 81,5% responden menjawab

benar pada pernyataan nomor 5 tentang keinginan responden untuk mengakhiri omelan dari orang tua, saudara dan orang



terdekat responden. 54,7% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 10 tentang pengakuan responden yang pernah mendapatkan peringatan karena perilaku merokoknya. 57,4% responden menjawab tidak benar pada pernyataan nomor 13 bahwa mereka akan mendapatkan hadiah spesial apabila

berhenti merokok. 83,3% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 18 tentang perasaan orang lain yang sedih jika melihat responden masih merokok. 64,8% responden menjawab tidak benar mengenai imbalan berupa uang dari keluarga, teman, kampus jika responden mampu dan bisa berhenti merokok.



### Karakteristik Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini berjumlah 54 orang perokok yang merupakan mahasiswa Program Studi Teknik Mesin angkatan 2015 Universitas

Muhammadiyah Yogyakarta. Hasil dari karakteristik responden digunakan untuk mengetahui gambaran umum responden berdasarkan usia. Berdasarkan hasil penelitian karakteristik responden dapat dideskripsikan dalam tabel berikut ini.

Karakteristik	Jumlah Responden	Persentase
Usia sekarang		
a. $\leq 20$ tahun	22	40,7
b. $> 20$ tahun	32	59,3

### Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berhenti Merokok

Distribusi Frekuensi faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual

pranikah yaitu usia, jenis kelamin, usia mulai merokok, motivasi, peduli dengan masalah kesehatan, kontrol diri, pengetahuan, penguatan segera dan pengaruh sosial dan lingkungan ditampilkan pada tabel berikut.

No.	Variabel	n	%
1.	Usia		
	19	22	40,7
	$\geq 20$	32	59,3

No.	Variabel	n	%
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	49	90,7
	Perempuan	5	9,3
3.	Mulai merokok		
	10-13 tahun	19	22,8
	14-18 tahun	39	72,2
4.	Motivasi		
	Tinggi	52	96,3
	Rendah	2	3,7
5.	Perduli dengan Masalah Kesehatan		
	Tinggi	35	64,8
	Rendah	19	35,2
6.	Kontrol Diri		
	Tinggi	39	72,2
	Rendah	15	27,8
7.	Pengetahuan		
	Tinggi	34	63,0
	Rendah	20	37,0
8.	Penguatan Segera		
	Tinggi	32	59,3
	Rendah	22	40,7
9.	Sosial Lingkungan		
	Tinggi	31	57,4
	Rendah	23	42,6

Menurut tabel diatas distribusi usia dikategorikan tinggi sebanyak 32 responden (90,7%), distribusi usia mulai merokok dikatakan tinggi sebanyak 39 responden (72,8%), distribusi motivasi dikatakan tinggi sebanyak 52 responden (96,3%), distribusi data tentang kepedulian terhadap masalah kesehatan dikatakan tinggi sebanyak 35 responden (64,8%), distribusi data kontrol diri dikatakan tinggi sebanyak 39 responden (72,2%), distribusi data tentang pengetahuan responden dikatakan tinggi sebanyak 34 responden (63%), distribusi data penguatan segera dikatakan tinggi sebanyak 32 responden (59,3%), distribusi

responden (59,3%), distribusi jenis kelamin dikategorikan tinggi sebanyak 49 data pengaruh sosial dan lingkungan dikatakan tinggi sebanyak 31 responden (57,4%).

### **Hasil Analisis Bivariat Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Motivasi Berhenti Merokok**

Analisis bivariat dilakukan dengan uji *Chi-Square* dilakukan untuk menyeleksi variabel yang akan dimasukkan dalam analisis multivariat. Variabel yang dimasukkan dalam analisis multivariate adalah variabel yang pada analisis bivariat mempunyai nilai  $p < 0,25$  (Dahlan, 2013).

Adapun hasil analisis Bivariat ditampilkan pada tabel berikut.

No	Variabel	Tinggi		Rendah		P	RO	IK95%		
		n	%	N	%			Min	Maks	
1	Usia	<=20	21	38,9	1	1,9%	0,0786	0,677	0,040	11,440
		>20	31	57,4	1	1,9%				
2	Masalah Kesehatan	Tinggi	35	64,8	2	3,7	0,050	1,118	0,958	1,304
		Rendah	17	31,5						
3	Kontrol Diri	Tinggi	39	72,2	2	3,7	0,020	1,154	0,946	1,407
		Rendah	13	24,1						
4	Pengetahuan	Tinggi	34	63,0	2	3,7	0,060	1,111	0,960	1,286
		Rendah	18	33,3						
5	Penguatan Segera	Tinggi	32	59,3	2	3,7	0,082	1,100	0,964	1,255
		Rendah	20	37,0						
6	Sosial dan Lingkungan	Tinggi	31	57,4	2	3,7	0,094	1,095	0,965	1,242
		Rendah	21	38,9						

Sumber: Data Primer (2016)

Menurut tabel diatas hubungan faktor usia terhadap motivasi berhenti merokok diperoleh data bahwa responden di dominasi oleh usia >20 tahun dan memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi sebanyak 31 responden (57,4%), kemudian nilai P menunjukkan nilai 0,0786 yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dan motivasi berhenti merokok. Dari hasil analisa data didapatkan pula nilai RO yaitu 0,677. Selanjutnya hubungan kepedulian terhadap masalah kesehatan terhadap motivasi berhenti merokok yang didominasi oleh kesadaran akan masalah kesehatan yang tinggi dan memiliki motivasi yang tinggi sebanyak 35 responden (64,8%), serta memiliki nilai P 0,050 yang artinya

terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berhenti merokok dengan faktor pengaruh kepedulian terhadap masalah kesehatan, dari hasil analisis juga didapatkan RO 1,118.

Tabel diatas juga menjelaskan bahwa faktor kontrol diri didominasi oleh kontrol diri yang tinggi dan memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi, yaitu sebanyak 39 responden (72,2%). Selain itu didapatkan juga nilai P 0,02 yang artinya faktor kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan terhadap motivasi berhenti merokok dan dari tabel didapatkan RO 1,154. Selanjutnya adalah faktor pengetahuan, dimana dalam tabel diatas data didominasi oleh pengetahuan yang tinggi serta motivasi berhenti merokok yang tinggi. Nilai P yang didapatkan yaitu

0,06 artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor pengetahuan dengan motivasi berhenti merokok. Nilai RO didapatkan 1,111.

Tabel diatas juga menunjukkan bahwa data di dominasi oleh faktor penguatan segera yang tinggi dan motivasi tinggi untuk berhenti merokok yaitu sebanyak 32 responden (59,3%). Nilai P yang didapatkan adalah 0,082 yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor penguatan segera dan motivasi berhenti merokok. Nilai RO yang didapatkan sebesar 1,100. Kemudian faktor sosial dan lingkungan budaya, dimana data yang mendominasi adalah pengaruh sosial dan lingkungan budaya yang tinggi dan motivasi berhenti merokok yang tinggi yaitu sebanyak 31 responden (57,4%). Nilai P yang didapatkan adalah 0,094 dimana tidak ada hubungan yang signifikan antara pengaruh sosial dan lingkungan terhadap motivasi berhenti merokok. Selain itu dari dalam tabel diatas didapatkan nilai RO 1,095.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Motivasi Berhenti Merokok**

#### ***a. Hubungan Antara Usia dengan Motivasi Berhenti Merokok***

Hasil analisis uji korelasi antara faktor usia terhadap motivasi berhenti

merokok diperoleh data bahwa responden di dominasi oleh usia >20 tahun dan memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi sebanyak 31 responden (57,4%), kemudian nilai  $p$  menunjukkan nilai 0,0786 yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan motivasi berhenti merokok.

Faktor yang menyebabkan tidak terdapatnya hubungan antara faktor usia dengan motivasi berhenti merokok adalah fakta bahwa keinginan untuk berhenti merokok dapat muncul pada semua usia walau dengan alasan yang berbeda pada setiap tingkatan usia. Hal tersebut dijelaskan oleh Wibowo (2015) dimana seseorang yang sudah dewasa (umur 25-45) memiliki karakteristik kemandirian ekonomi dan kemandirian dalam membuat keputusan atau lebih mampu berpikir dan mengambil sikap dalam menentukan pilihan dibandingkan dengan anak-anak remaja. Kemudian, orang dewasa menjadikan pilihan berhenti merokok atau tidak karena pertimbangan kesehatan, hal itu juga berhubungan dengan fakta bahwa orang dewasa lebih paham akan masalah dan fungsi kesehatan dibandingkan dengan anak remaja. Sebaliknya, Saputra & Sary (2013)

dalam Jurnal Kesehatan Masyarakat menjelaskan bahwa, seseorang yang masih remaja, motivasi untuk berhenti merokok cenderung timbul dan tinggi dikarenakan penagruh positif dari faktor lingkungan seperti keluarga, teman sebaya yang tidak merokok dan orang terdekat, hal ini berhubungan dengan masih belum patennya sikap dan perilaku yang ada pada remaja tersebut. Oleh karena itu, sangat jelas bahwa alasan tidak adanya hubungan antara usia dengan motivasi berhenti merokok dikarenakan pada setiap tingkatan usia, motivasi bisa muncul pada setiap usia dengan alasan yang berbeda.

***b. Hubungan Antara Kepedulian Terhadap Masalah Kesehatan Dengan Motivasi Berhenti Merokok***

Hasil analisis uji korelasi antara faktor kepedulian terhadap masalah kesehatan terhadap motivasi berhenti merokok yang didominasi oleh kesadaran akan masalah kesehatan yang tinggi dan memiliki motivasi yang tinggi sebanyak 35 responden (64,8%), serta memiliki nilai  $p=0,050$  yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berhenti merokok dengan faktor pengaruh kepedulian terhadap masalah kesehatan. Adapun hasil distribusi jawaban kuesioner

mengenai kepedulian terhadap masalah kesehatan yang menyatakan bahwa dari hasil kuesioner mengenai masalah kesehatan didapatkan hasil bahwa 88,9% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 7 mengenai adanya gejala fisik yang diakibatkan oleh rokok yang mulai menyerang responden. Sebanyak 77,8% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 11 mengenai kemampuan responden untuk menggambarkan secara grafis efek merokok pada tubuh responden. Responden menjawab benar pada pernyataan nomor 14 mengenai bahaya merokok yang telah terlihat secara nyata pada kehidupan orang lain sebanyak 79,6%. Responden menjawab benar pada pernyataan nomor 19 mengenai kekhawatiran responden bahwa merokok dapat memperpendek umurnya sebanyak 87%.

Adapun alasan dibalik tidak terdapatnya hubungan antara kepedulian terhadap masalah kesehatan dengan munculnya motivasi berhenti merokok responden pada penelitian ini adalah persepsi responden yang menganggap bahwa penyakit akibat merokok tidak mengancam. Hal tersebut diutarakan oleh penelitian yang dilakukan oleh Kumboyono (2011), bahwa 50%

responden penelitian menyebutkan bahwa mereka berpikir penyakit akibat merokok tidaklah berbahaya daripada penyakit lainnya, responden penelitian tersebut mayoritas tidak setuju mengenai akibat merokok yang dapat memperpendek umur dan mempercepat kematian, namun hal tersebut berbeda dengan hasil yang didapatkan oleh peneliti bahwasanya 87% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 19 mengenai kekhawatiran responden bahwa merokok dapat memperpendek umurnya.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Heikkinen, *et al* (2010) di Finlandia menyebutkan, mayoritas responden dalam penelitian tersebut menyebutkan bahwa merokok bukanlah hal yang berbahaya dan mengancam jiwanya, sehingga para responden terus meyakinkan peneliti bahwa merokok tidak mengganggu kehidupannya serta orang yang ada disekitarnya. Pada penelitian ini, sebagian besar responden juga menganggap bahwa bahaya penyakit akibat rokok tidaklah lebih berbahaya daripada penyakit lainnya. Disamping itu, responden juga berpersepsi bahwa rokok tidak menimbulkan kematian dan hanya mengakibatkan penyakit jantung,

impotensi, gangguan kehamilan dan janin. Beberapa persepsi tersebut dapat mempengaruhi perokok untuk terus merokok, sehingga motivasi untuk berhenti merokoknya rendah.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan antara kepedulian responden terhadap masalah kesehatan adalah akibat adanya persepsi yang salah mengenai bahaya rokok.

### ***c. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Motivasi Berhenti Merokok***

Faktor kontrol diri didominasi oleh kontrol diri yang tinggi dan memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi, yaitu sebanyak 39 responden (72,2%). Selain itu didapatkan juga nilai  $p=0,020$  yang artinya faktor kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan terhadap motivasi berhenti merokok. Adapun hasil distribusi jawaban kuesioner mengenai kepedulian terhadap kontrol diri yang menyatakan bahwa dari hasil kuesioner mengenai kontrol diri mahasiswa didapatkan hasil bahwa 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 2 mengenai keinginan responden untuk menunjukkan padanya dirinya sendiri bahwa responden mampu dan bisa untuk berhenti merokok. Sebanyak 87% responden menjawab benar pada

pernyataan nomor 8 tentang perasaan responden jika responden mampu untuk berhenti merokok. Responden yang menjawab benar pada pernyataan nomor 12 bahwa responden merasakan ada kontrol diri didalam diri mereka sebanyak 88,9%. Sebanyak 88,9% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 15 bahwa responden akan merasa bahwa responden telah mencapai hal yang penting dalam dirinya dan 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 20 bahwa responden ingin membuktikan bahwa responden tidak kecanduan pada rokok. Adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan motivasi berhenti merokok tersebut berhubungan dengan fakta bahwa kontrol diri merupakan tameng untuk tidak berperilaku negatif. Machali (2014) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa, seseorang yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung memiliki perilaku yang baik dan dapat menahan diri dari perbuatan yang dapat memberikan efek negatif di kemudian hari. Penjelasan tersebut sesuai dengan hasil jawaban responden yang mengatakan bahwa responden terbanyak merasakan ada kontrol diri didalam diri mereka sebanyak 88,9%

diikuti 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 2, mengenai keinginan responden untuk menunjukkan padanya dirinya sendiri bahwa responden mampu dan bisa untuk berhenti merokok yang membuktikan bahwa kontrol diri cenderung dapat membuat responden menahan keinginan merokok sebagai pembuktian diri. Selain itu, penjelasan mengenai kontrol diri dapat dijadikan tameng terbukti dengan jawaban responden yang menunjukkan bahwa 87% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 8 tentang perasaan responden jika responden mampu untuk berhenti merokok yang menunjukkan bahwa kontrol diri memicu adanya keinginan untuk berhenti merokok.

Kemudian faktor yang menyebabkan tingginya kontrol diri pada seseorang berhubungan dengan faktor usia responden yang termasuk dewasa awal. Hal tersebut dijelaskan oleh Puspitadesi, Yuliadi, & Nugroho (2013), dimana dewasa awal telah mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Kemampuan untuk mengendalikan dirinya sendiri bahkan dapat menghentikan perilaku yang tidak sesuai. Hal tersebut sesuai dengan hasil yang didapatkan oleh peneliti pada

pernyataan nomor 15 bahwa responden akan merasa mencapai suatu hal yang penting apa bila dapat berhenti merokok, selain itu 88,9% responden merasakan adanya kontrol diri dalam diri mereka untuk mengurangi bahkan berhenti merokok.

Selain itu, Jaelani (2013) juga menjelaskan bahwa, terdapat hubungan yang nyata antara religiusitas dengan kontrol diri, semakin tinggi perilaku taat agama seseorang, semakin tinggi juga kontrol diri yang dia miliki. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Palupi (2013) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara religiusitas dengan kenakalan remaja seperti merokok dan perilaku seksual. Palupi (2013) kemudian menjelaskan bahwa, sikap religiusitas remaja tersebut memicu tingginya kontrol diri dan mencegah mereka untuk berperilaku negatif. Oleh karena itu, jelas bahwa adanya hubungan antara kontrol diri dengan tingginya motivasi berhenti merokok berhubungan dengan adanya faktor religiusitas dan perkembangan usia yang menjadi tameng dalam berperilaku negatif.

#### ***d. Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Motivasi Berhenti Merokok.***

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden didominasi oleh pengetahuan yang tinggi serta motivasi berhenti merokok yang tinggi. Nilai  $p= 0,060$  artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara faktor pengetahuan dengan motivasi berhenti merokok. Adapun hasil distribusi jawaban kuesioner mengenai pengetahuan responden tentang bahaya merokok yang menyatakan bahwa dari hasil kuesioner mengenai pengetahuan responden tentang bahaya merokok didapatkan hasil, 98,1% menjawab benar pada pernyataan nomor 3 mengenai rokok yang mengandung zat berbahaya dan lebih dari 40 zat yang dapat memicu kanker, serangan jantung, impotensi, dan stroke. Sebanyak 90,7% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 16 mengenai bahaya rokok pada perokok pasif dan 68,5% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 21 mengenai pengetahuan responden tentang larang merokok di tempat umum.

Hasil pada penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmadi, Lestari, & Yenita (2013) yang juga menunjukkan tidak terdapat



hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan keinginan untuk berhenti merokok. Hal tersebut dikarenakan, keinginan dan sikap seorang perokok sangat kuat dipengaruhi oleh orang tua, teman sebaya, kepribadian, dan media informasi yang mengiklankan tentang rokok. Menurut Rahmadi, Lestari, & Yenita (2013) teman sebaya mempunyai peran yang sangat berarti bagi remaja, karena remaja lebih sering menghabiskan waktunya bersama teman sebaya. Di antara remaja yang memiliki kebiasaan merokok, 87% diantaranya mempunyai sekurang-kurangnya satu atau lebih sahabat yang memiliki kebiasaan merokok begitu pula dengan remaja non perokok.

Tetapi, hasil yang didapat pada penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Asma, Zulkifli, & Thaha (2015) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan motivasi berhenti merokok ( $p=0,000$ ). Hal tersebut dijelaskan oleh Ali (2014), seseorang yang paham akan merokok dan bahayanya, akan menjadi faktor pencetus dari dalam dirinya untuk tidak melakukan perilaku merokok tersebut. Oleh karena itu, fakta

yang telah dijelaskan oleh Ali tersebut sesuai dengan hasil *crosstab* yang ditunjukkan pada penelitian ini dimana, responden didominasi oleh pengetahuan yang tinggi serta motivasi berhenti merokok yang tinggi diikuti fakta jawaban 98,1 % responden yang memiliki pengetahuan tinggi mengenai bahaya rokok dan 90,7% mengerti bahaya rokok terhadap perokok pasif, walaupun tidak terdapat hubungan yang bermakna antara variabel pengetahuan dan motivasi.

***e. Hubungan Antara Penguatan Segera (Immediate Responds) Dengan Motivasi Berhenti Merokok***

Hasil pada penelitian ini di dominasi oleh faktor penguatan segera yang tinggi dan motivasi tinggi untuk berhenti merokok yaitu sebanyak 32 responden (59,3%). Nilai  $p=0,082$  yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor penguatan segera dan motivasi berhenti merokok. Adapun hasil distribusi jawaban kuesioner mengenai penguatan segera (*immediate respond*) yang menyatakan bahwa dari hasil kuesioner mengenai penguatan segera (*immediate respond*) terkait dengan ekonomi didapatkan hasil bahwa 88,9% responden menjawab benar pada pernyataan nomor

4 tentang alasan responden ingin berhenti merokok supaya rambut dan pakaian responden tidak bau. Sebanyak 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 6 mengenai dampak ekonomi yang lebih boros dirasakan oleh responden. Responden yang menjawab benar pada pernyataan nomor 9 tentang keinginan responden untuk tidak melubangi pakaian, sofa, sprei dan karpet dengan bara api rokoknya sebanyak 88,9%. Sebanyak 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 17 mengenai keinginan responden untuk menyimpan uang yang biasa dibelikan rokok dan 66,7% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 22 tentang responden yang tidak perlu membersihkan abu rokok dikamarnya.

Adapun adanya faktor yang menyebabkan tidak adanya hubungan antara penguatan segera dengan motivasi berhenti merokok adalah adanya uang saku yang lebih besar daripada orang lain sehingga hal tersebut mengakibatkan perokok merasa tidak masalah apabila uang sakunya berkurang akibat konsumsi rokok (Noor, 2004). Walaupun responden pada penelitian ini sebanyak 92,6% responden menjawab benar pada

pernyataan nomor 17 mengenai keinginan responden untuk menyimpan uang yang biasa dibelikan rokok, Kumboyono (2011) menjelaskan bahwa, masih banyak responden tidak merasa mendapatkan keuntungan baik dari segi ekonomi, fisiologi dan sosial apabila mereka berhenti merokok. Selain itu adanya rasa ketergantungan terhadap rokok menyebabkan responden sulit untuk berhenti merokok. Berbeda dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dimana sebanyak 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 6 mengenai dampak ekonomi yang lebih boros dirasakan oleh responden dan juga sebanyak 92,6% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 17 mengenai keinginan responden untuk menyimpan uang yang biasa dibelikan rokok

#### ***f. Hubungan Antara Sosial dan Lingkungan Dengan Motivasi Berhenti Merokok***

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh sosial dan lingkungan budaya yang tinggi dan motivasi berhenti merokok yang tinggi yaitu sebanyak 31 responden (57,4%). Nilai  $p=0,094$  dimana tidak ada hubungan yang signifikan antara sosial dan

lingkungan terhadap motivasi berhenti merokok. Adapun hasil distribusi jawaban kuesioner mengenai pengaruh sosial dan lingkungan terhadap motivasi berhenti merokok yang menyatakan bahwa dari hasil kuesioner mengenai pengaruh sosial dan lingkungan didapatkan hasil bahwa 81,5% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 5 tentang keinginan responden untuk mengakhiri omelan dari orang tua, saudara dan orang terdekat responden. Sebanyak 54,7% responden menjawab benar pada pernyataan nomor 10 tentang pengakuan responden yang pernah mendapatkan peringatan karena perilaku merokoknya. Responden yang menjawab tidak benar pada pernyataan nomor 13 bahwa mereka akan mendapatkan hadiah spesial apabila berhenti merokok sebanyak 57,4%. Responden menjawab benar pada pernyataan nomor 18 tentang perasaan orang lain yang sedih jika melihat responden masih merokok sebanyak 83,3%, dan 64,8% responden menjawab tidak benar mengenai imbalan berupa uang dari keluarga, teman, kampus jika responden mampu dan bisa berhenti merokok.

Adapun faktor yang menyebabkan tidak adanya hubungan antara faktor lingkungan sebaya dengan motivasi berhenti merokok adalah karena kuatnya pengaruh teman sebaya dibandingkan sosial dan lingkungan. Hal tersebut dijelaskan oleh Hartati (2014), Teman sebaya memegang peranan yang sangat besar dalam kehidupan remaja. Agar tetap diterima dalam kelompoknya, remaja selalu berusaha untuk dapat menyesuaikan diri dan menyamakan pendapatnya dengan kelompoknya. Walaupun responden pada penelitian ini didominasi menjawab benar pada pernyataan nomor 5 tentang keinginan responden untuk mengakhiri omelan dari orang tua, saudara dan orang terdekat responden sebanyak 81,5%, Pramintari, Hastuti, & Djamaludin (2014) menjelaskan bahwa teman sebaya menunjukkan kekuatan hubungan yang lebih besar dengan tingginya perilaku merokok di kalangan remaja. Selain itu, Kilo, Rahim, & Kau, (2014) dalam penelitiannya memaparkan bahwa teman sebaya memiliki peran yang lebih kuat dibandingkan keluarga dalam pembentukan sikap dan perilaku semasa remaja. Hal tersebut dijelaskan sebagai teori kekuatan kohevititas atau

kelekatan dimana, kekuatan kohevititas antara remaja dengan teman sebaya lebih kuat dibandingkan dengan keluarga. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2015), yang menjelaskan bahwa dibandingkan pengaruh orang tua, teman sebaya memiliki kekuatan korelasi yang lebih kuat dalam mempengaruhi intensitas merokok seseorang yang juga berarti berhasil mempertahankan perilaku merokok tanpa adanya keinginan untuk berhenti. Oleh karena itu, sangat jelas alasan dibalik tidak adanya hubungan antara lingkungan sosial dengan motivasi berhenti merokok dikarenakan teman sebaya memiliki pengaruh yang lebih kuat dalam mempertahankan perilaku merokok remaja.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi berhenti merokok pada mahasiswa teknik mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2015, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden penelitian berdasarkan usia didominasi oleh usia  $\geq 20$  tahun, berdasarkan jenis kelamin

mahasiswa perokok mayoritas adalah laki-laki dan usia mulai merokok responden dalam penelitian ini didominasi oleh rentang usia 14-18 tahun, kemudian dari hasil penelitian juga didapatkan motivasi mahasiswa untuk berhenti merokok tinggi, kepedulian mahasiswa perokok terhadap masalah kesehatan tinggi, pengetahuan mahasiswa tentang bahaya merokok tinggi, *immediate respond* terkait dengan perekonomian mahasiswa tinggi, pengaruh sosial dan lingkungan terhadap mahasiswa dalam perilaku merokoknya tinggi

2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor usia, kepedulian mahasiswa terhadap masalah kesehatan, pengetahuan, *immediate respond*, pengaruh sosial dan lingkungan dengan motivasi berhenti merokok.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor kontrol diri terhadap motivasi mahasiswa untuk berhenti merokok.

## **SARAN**

1. Bagi Responden

Pada penelitian ini diharapkan responden dapat memotivasi dirinya untuk berhenti merokok, sehingga dapat menerapkan

motivasi tersebut dikehidupan sehari-hari.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mencari faktor faktor yang lebih spesifik sehingga dapat mencari faktor yang paling berhubungan dengan motivasi berhenti merokok.

## 3. Bagi Institusi Pendidikan

Peneliti berharap institusi pendidikan mengadakan penyuluhan tentang bahaya merokok dan motivasi berhenti merokok, dan mengadakan program pembelajaran mengenai narkoba, psikotropika, dan zat adiktif lainnya disetiap program studi.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ulhaq, M. K. (2008). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku merokok pada siswa siswi SMAN 1 Parakan.
- Wulandari, H. (2015). Hubungan Usia, Pola Asuh Orang Tua dan Lingkungan Sosial dengan Kejadian Merokok pada Remaja di Dusun Widoro Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta. Other thesis, STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta. *Skripsi Strata 1 Stikes Aisyiyah Yogyakarta*.
- Wibowo, H. S. (2015). Pengaruh Terpaan Iklan Televisi Pictorial Health Warning Rokok Pada Kemasan Rokok Terhadap Sikap Berhenti Merokok Pada Perokok Dewasa Di Kota Yogyakarta. *Skripsi Strata 1 Universitas Ahmad Jaya Yogyakarta*.
- Widati, S. (2013). Efektifitas Pesan Bahaya Merokok pada Bungkus Rokok Terhadap Perilaku Merokok Masyarakat Miskin. *Jurnal Promosi Kesehatan*.
- Williams, R. J., Herzog, T. A., & Simmons, V. N. (2011). Risk perception and motivation to quit smoking: A partial test of the Health Action Process Approach. *Addict Behaviour* 36(7), 789–791.
- Winardi. (2012). Health Behaviour Theory: A Review. *Indonesian Journal of Public Health*.
- Wisudawati, E. R. (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang ASI Eksklusif Terhadap Dukungan Suami Kepada Istri Dalam pemberian ASI Eksklusif. *Skripsi Strata 1 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*.
- White, A., Kenrick, D., & Neel, R. (2013). From the bedroom to the budget deficit: Mate competition changes men's attitudes toward economic redistribution. *Journal of personality Vol 105(6)*, 924-940.
- World Health Organization. (2015). *WHO Report on the Global Tobacco Epidemic Country Profile: Indonesia*. WHO.
- World Health Organization. (2014). *Adolescent Health*. Retrieved 2015 25-October from Health Topic: [http://www.who.int/topics/adolescent\\_health/en/](http://www.who.int/topics/adolescent_health/en/)
- World Health Organization. (2012). *Global Adult Tobacco Survey: Indonesia Report 2011*. Indonesia: World Health Organization and Indonesia Ministry of Health.
- Yashinta Octavian Gita Setyanda, D. S. (2015). Hubungan Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Laki-Laki Usia 35-65 Tahun di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2015; 4(2).
- Ayu, Z. W. (2014). Tingkat Ketergantungan Merokok dan Motivasi Berhenti Merokok pada Pegawai FKG USU dan Supir Angkot Medan. *Strata Satu Universitas Sumatra Utara*.
- Alaouie H, A. H. (2013). Effectiveness of pictorial health warnings on cigarette packs among Lebanese school and university students. *Tobaccocontrol BMJ*.
- Ali, M. (2014). Pengetahuan, Sikap, Dan Faktor Psikologis Berhubungan dengan Perilaku Merokok Pada Pegawai Poltekkes Kemenkes Jakarta III. *Jurnal Ilmu Teknologi Kesehatan Vol.2 Nomor 1*, 101-107.
- Alimul, A. (2011). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika.
- Andrews, J. C., Netemeyer, R. G., Kees, j., & Burton, S. (2014). How Graphic Visual Health Warnings Affect Young Smokers' Thoughts of Quitting. *Journal of Marketing Research Vol.51, Issue 2*, 165-183.
- American Cancer Society. (2014). *Cigarette Smoking*. Retrieved 2015 7-June from American Cancer Society: <http://www.cancer.org/acs/groups/cid/documents/webcontent/002967-pdf.pdf>
- Amin, A. (2014 3-September). Pedagang jual sticker pengganti gambar seram bungkus rokok. Jakarta, DKI Jakarta, Indonesia.
- Asma, A., Zulkifli, A., & Thaha, I. L. (2015). Analisis Motivasi Berhenti Merokok Laki-Laki Dewasa Awal di Pesisir Puskesmas Pundata Baji. *Skripsi Strata 1 Universitas Hasanuddin*.
- Astuti, A. P. (2015). Pengaruh Pemberian Online Self Help Group Melalui Media Sosial Facebook Terhadap Motivasi Berhenti Merokok Pada Siswa Di Salah Satu SMK Swasta di Bantul. *Skripsi Strata 1 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*.
- Astuti, A. P. (2015). Pengaruh Pemberian Online Self-Help Group Melalui Media Sosial Facebook Terhadap Motivasi Berhenti Merokok Pada Siswa SMK 1 Muhammadiyah Gamping. *Skripsi Strata 1 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*.
- Ardini, & Hendriani. (2012). Proses Berhenti Merokok Secara Mandiri pada Mantan Pecandu Rokok dalam Usia Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Vol. 1 No. 02*.
- Arikunto, S. (2010). *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: Bina Aksara.
- Baert, S., Omey, E., Verhaest, D., & Vermeir, A. (2014). Mister Sandman, Bring Me Good Marks! On the Relationship Between Sleep Quality And Academic Achievement. *Forschungsinstitut Zur Zukunft der Arbeit Discussion Paper No 8232*.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Bantul. (2015). *Kecamatan Kasihan Dalam Angka*. Bantul: Badan Pusat Statistik Kabupaten Bantul.