

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

1. Deskripsi Wilayah Penelitian

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) adalah salah satu perguruan tinggi di Yogyakarta yang beralamat di Kampus Terpadu Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jalan Brawijaya, Kasihan, Bantul, DI Yogyakarta. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta memiliki misi untuk menghasilkan lulusan yang memiliki integritas kepribadian dan moralitas yang islami dalam konteks kehidupan individual maupun sosial. Ada beberapa budaya islami yang ingin di tegakkan, salah satunya adalah budaya tidak merokok. Hal ini tampak pada Keputusan Rektor Nomor 64/SK-UMY/XII/2011 yang memutuskan bahwa merokok dilarang di seluruh area kampus Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) baik *indoor* maupun *outdoor* bagi semua pegawai edukatif, pegawai administratif, mahasiswa dan semua *stakeholder* UMY yang lainnya. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta memiliki 11 Fakultas, salah satunya adalah Fakultas Teknik.

Fakultas Teknik UMY didirikan pada tanggal 24 Rab'ul Akhir 1401H, bertepatan dengan tanggal 1 Maret 1981 M, berdasarkan Surat Keterangan dari PWM DIY No.: A-1/01.E/PWM/1981. Fakultas

Teknik UMY terdiri dari 4 program studi, yaitu Teknik Elektro, Teknik Mesin, Teknik Sipil, dan Teknik Informatika. Program studi Teknik Mesin berada di gedung G dan memiliki visi menjadi program studi Teknik Mesin kelas dunia yang dapat menghasilkan lulusan unggul dalam penguasaan ilmu pengetahuan dan teknologi serta luhur dalam perilaku. Fakultas Teknik sendiri memiliki berbagai fasilitas yang dapat mendukung perkuliahan mahasiswa selain ruang perkuliahan ada juga beberapa Laboratorium seperti Laboratorium Fabrikasi Logam, Laboratorium Prestasi Mesin, Laboratorium CNC, Laboratorium Fenomena Dasar Mesin, Laboratorium Mekanika dan lain-lain. Selain itu ada juga ruang pelayanan Mahasiswa yang berguna untuk membantu mahasiswa dalam mengurus berbagai kegiatan perkuliahan baik Tugas Akhir, Kerja Praktek, Key-In Mata Kuliah, dan lain sebagainya.

Jadwal kuliah mahasiswa teknik mesin angkatan 2016 berbeda-beda tiap masing-masing anak. Seluruh mahasiswa kuliah dan praktikum dari hari senin sampai sabtu dengan jadwal yang padat yaitu kuliah pagi dimulai pukul 07.30 WIB dan sore berakhir pukul 17.00 WIB. Materi kuliah yang diberikan tidak ada yang berkaitan dengan kesehatan terlebih waktu kuliah yang padat sehingga membuat mahasiswa kekurangan informasi secara formal tentang hidup sehat. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa teknik mesin angkatan 2016 yang aktif merokok. Selain itu, disekitar gedung Teknik Mesin sering terlihat mahasiswa yang merokok dan ketika memasuki gedung tersebut selalu tercium bau asap rokok. Hal

tersebut tidak sesuai dengan peraturan yang ada di UMY, yaitu dalam Surat Keputusan Rektor Nomor 64/SK-UMY/XII/2011 yang memutuskan bahwa merokok dilarang di seluruh area kampus Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Program studi Teknik Mesin UMY didominasi oleh mahasiswa laki – laki. Mahasiswa program studi Teknik Mesin angkatan 2016 berjumlah 180 orang dengan jumlah laki-laki sebanyak 177 orang dan perempuan sebanyak 3 orang. Sehingga terdapat banyak jumlah perokok aktif di program studi Teknik Mesin angkatan 2016 yaitu sebanyak 114 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan responden yang aktif merokok dan masih aktif kuliah dengan total responden 35 mahasiswa.

2. Gambaran Karakteristik Responden

Karakteristik responden pada penelitian ini diklasifikasikan menurut usia responden, usia awal merokok, alasan merokok, banyaknya rokok yang dihisap dalam satu hari, lama merokok dan pernah berhenti merokok atau tidak. Berikut distribusi frekuensi karakteristik responden penelitian yang disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=35)

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Usia Responden		
	a. 19 tahun	16	45,7
	b. 20 tahun	14	40,0
	c. 21 tahun	5	14,3
2	Usia awal merokok		
	a. 13 tahun	7	20,0
	b. 14 tahun	6	17,1
	c. 15 tahun	5	14,3
	d. 16 tahun	5	14,3
	e. 17 tahun	12	34,3
3	Alasan merokok		
	a. Lingkungan	18	51,4
	b. Keluarga	3	8,6
	c. menenangkan pikiran	10	28,6
	d. Menghilangkan stress	4	11,4
4	Banyak rokok yang dihisap/hari		
	a. 1 – 10	21	60,0
	b. 11 – 20	11	31,4
	c. > 20	3	8,6
5	Lama merokok		
	a. 1 – 3 tahun	15	42,9
	b. 4 – 6 tahun	11	31,4
	c. 7 – 9 tahun	3	8,6
	d. > 9 tahun	6	17,1
6	Pernah berhenti merokok		
	a. Ya	29	82,9
	b. Tidak	6	17,1

Sumber: data primer 2019

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa usia responden sebagian besar adalah 19 tahun yaitu sebanyak 16 orang (45,7%), kemudian yang berusia 20 tahun sebanyak 14 orang (40,0%) dan yang berusia 21 tahun sebanyak 5 orang (14,3%).

Tabel 4.1 juga memperlihatkan bahwa usia pertama kali responden merokok sebagian besar pada usia 17 tahun yaitu sebanyak 12 orang

(34,3%), kemudian usia 13 tahun sebanyak 7 orang (20,0%), berusia 14 tahun sebanyak 6 orang (17,1%) dan berusia 16 tahun serta 17 tahun masing-masing sebanyak 5 orang (14,3%).

Tabel 4.1 juga menunjukkan bahwa alasan merokok responden sebagian besar karena lingkungan yaitu sebanyak 18 orang (51,4%), selanjutnya untuk menenangkan pikiran sebanyak 10 orang (28,6%), untuk menghilangkan stress sebanyak 4 orang (11,4%) dan karena keluarga sebanyak 3 orang (8,6%).

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa responden yang merokok antara 1 – 10 batang rokok perhari sebanyak 21 orang (60,0%), antara 11 – 20 batang rokok perhari sebanyak 11 orang (31,4%) dan lebih dari 20 batang rokok perhari sebanyak 3 orang (8,6%). Hal ini berarti sebagian besar mahasiswa teknik mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta merokok antara 1 – 10 batang rokok perhari.

Tabel 4.1 juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang sudah merokok antara 1 – 3 tahun sebanyak 15 orang (42,9%), antara 4 – 6 tahun sebanyak 11 orang (31,4%), antara 7 – 9 tahun sebanyak 3 orang (8,6%) dan lebih dari 9 tahun sebanyak 6 orang (17,1%). Hal ini berarti sebagian besar mahasiswa teknik mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta sudah merokok antara 1 – 3 tahun.

Berdasarkan pernah tidaknya berhenti merokok, menunjukkan bahwa sebanyak 29 orang (82,9%) menyatakan pernah berhenti merokok,

sedangkan sebanyak 6 orang (17,1%) menyatakan tidak pernah berhenti merokok.

3. Gambaran Motivasi Berhenti Merokok pada Mahasiswa Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Berikut ini adalah persebaran motivasi mahasiswa teknik mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang disajikan dalam bentuk tabel:

Tabel 4.2 Motivasi Berhenti Merokok

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	20	57,1
Sedang	9	25,8
Rendah	6	17,1
Jumlah	35	100,0

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai motivasi yang tinggi untuk berhenti merokok, yaitu sebanyak 20 orang (57,1%). Untuk mengetahui persebaran masing-masing aspek motivasi berhenti merokok dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

a. Keinginan berhenti merokok

Dimensi keinginan berhenti merokok dalam penelitian ini terbagi menjadi dua kategori yaitu ya dan tidak.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Keinginan Berhenti Merokok

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tidak	4	11,4
Ya	31	88,6
Jumlah	35	100,0

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden menyatakan mempunyai keinginan untuk berhenti merokok jika bisa yaitu sebanyak 31 orang (88,6%).

b. Ketertarikan untuk berhenti merokok

Ketertarikan responden untuk berhenti merokok dalam penelitian ini terbagi menjadi empat kategori. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Ketertarikan untuk Berhenti Merokok

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tidak sama sekali	2	5,7
Sedikit	8	22,9
Sedang	9	25,7
Sangat tertarik	16	45,7
Jumlah	35	100,0

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden sangat tertarik untuk berhenti merokok yaitu sebanyak 16 orang (45,7%).

c. Mencoba berhenti merokok dalam 2 minggu ke depan

Dimensi mencoba untuk berhenti merokok dalam 2 minggu ke depan terbagi dalam empat kategori. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Mencoba Berhenti Merokok

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat tidak ingin	3	8,6
Mungkin tidak ingin	4	11,4
Kemungkinan ingin	13	37,1
Sangat ingin	15	42,9
Jumlah	35	100,0

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden sangat ingin mencoba untuk berhenti merokok dalam 2 minggu ke depan yaitu sebanyak 15 orang (42,9%).

d. Kemungkinan menjadi seorang non perokok dalam 6 bulan

Dimensi kemungkinan untuk menjadi seorang non perokok dalam 6 bulan terbagi dalam 4 kategori. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Menjadi Seorang Non Perokok dalam 6 Bulan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat tidak ingin	2	5,7
Mungkin tidak ingin	4	11,4
Kemungkinan ingin	12	34,3
Sangat ingin	17	48,6
Jumlah	35	100,0

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden sangat ingin menjadi seorang non-perokok dalam 6 bulan mendatang yaitu sebanyak 17 orang (48,6%).

B. PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a. Usia Responden

Berdasarkan tabel 4.1 karakteristik responden, mayoritas responden berusia 19 tahun yaitu sebanyak 16 orang (45,7%). Hal ini berarti rata-rata mahasiswa Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta berusia 19 tahun. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Kumalasari (2013) yang menunjukkan bahwa sebanyak 49,51% santri putra yang merokok berusia 16-19 tahun. Motivasi

untuk berhenti merokok dapat terjadi pada semua usia, dengan alasan yang berbeda-beda. Seseorang yang sudah dewasa (berusia antara 25-45 tahun) umumnya mempunyai karakteristik kemandirian ekonomi dan mampu membuat keputusan atau sudah mampu berpikir dan menentukan sikap yang lebih baik daripada remaja. Seseorang yang sudah dewasa mempunyai alasan berhenti merokok karena alasan kesehatan. Hal ini dikarenakan orang dewasa sudah memahami akan masalah dan pentingnya kesehatan daripada anak-anak remaja (Wibowo, 2015).

Saputra dan Sary (2013) dalam Ardita (2016) menunjukkan hasil yang berbeda. Seseorang yang masih remaja, mempunyai motivasi untuk berhenti merokok yang cenderung tinggi. Hal ini disebabkan pengaruh dari lingkungan seperti keluarga, teman-teman sebaya yang tidak merokok dan orang-orang terdekat.

b. Usia Awal Merokok

Berdasarkan tabel 4.1 karakteristik responden, mayoritas usia awal responden merokok adalah usia 17 tahun, yaitu sebanyak 12 orang (34,3%). Hal ini berarti rata-rata mahasiswa Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta sudah merokok mulai usia 17 tahun. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Ardita (2016) yang menunjukkan bahwa sebanyak 72,2% responden mulai merokok pada rentang usia 14-18 tahun. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil Riskesdas (2018) yang menunjukkan bahwa prevalensi perilaku

merokok usia pertama kali di atas 15 tahun sebanyak 33,8%. Jumlah ini lebih tinggi daripada hasil Sirkesnas 2016 sebanyak 32,8%.

Semakin muda usia seseorang memulai merokok akan semakin sulit untuk berhenti merokok. Rokok memiliki *dose-response effect*, yaitu semakin muda usia merokok akan semakin besar pengaruhnya. Kebiasaan merokok yang bertahun-tahun mempunyai pengaruh terhadap kesehatan fungsi otak dan psikis. Salah satu zat di dalam rokok yang mempunyai efek terhadap otak adalah nikotin. Zat ini dapat menyebabkan ketergantungan dan toksisitas pada fungsi kognitif (Yuliarti dkk, 2014).

c. Alasan Merokok

Berdasarkan tabel 4.1 karakteristik responden, mayoritas alasan responden merokok adalah karena faktor lingkungan, yaitu sebanyak 18 orang (51,4%). Hal ini berarti rata-rata alasan mahasiswa Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta merokok adalah karena faktor lingkungan. Kurt Lewin dalam Sinuhaji dkk (2018) menyebutkan bahwa terdapat banyak alasan seseorang untuk merokok, diantaranya adalah lingkungan sosial. Lingkungan sosial merupakan faktor penguat yang mendorong individu untuk merokok. Lingkungan sosial yang mungkin memberikan pengaruh besar dalam perilaku merokok adalah teman sebaya (Sinuhaji dkk, 2018).

Faktor lingkungan memberikan pengaruh yang kuat terhadap perilaku merokok. Seseorang yang dari kecil tinggal di lingkungan

yang mempunyai kebiasaan merokok, mempunyai kecenderungan untuk menjadi perokok aktif saat usia remaja. Hal ini dikarenakan remaja sudah terbiasa melihat orang-orang disekitarnya merokok dan terbiasa dengan asap rokok (Sinuhaji dkk, 2018).

d. Banyak Rokok yang Dihisap perhari

Berdasarkan tabel 4.1 karakteristik responden, mayoritas responden merokok antara 1 – 10 batang rokok perhari yaitu sebanyak 21 orang (60,0%). Hal ini berarti rata-rata mahasiswa Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta termasuk dalam perokok ringan yaitu yang menghabiskan antara 1 – 10 batang rokok sehari (Setyanda dkk, 2015). Keadaan ini dikarenakan sebagian besar masyarakat terutama mahasiswa sudah mengetahui akan bahaya merokok. Rata-rata mahasiswa merokok dengan alasan tertentu bukan karena kecanduan. Alasan yang mendasari mereka merokok antara lain rokok dapat memberikan ketenangan dan menghilangkan stress (Ariestiyanto dan Ida, 2012). Seperti yang diungkapkan oleh Partodiharjo (2006) dalam Ariestiyanto dan Ida (2012) yang menyebutkan bahwa merokok bisa memberikan ketenangan, menghilangkan stress dan sakit kepala serta dapat menghilangkan perasaan malas. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Ariestiyanto dan Ida (2012) yang menunjukkan bahwa sebanyak 86,7% responden termasuk dalam kelompok perokok ringan, 10%

termasuk kelompok perokok sedang dan 3,3% termasuk dalam kelompok perokok berat.

Semakin banyak jumlah rokok yang dihisap maka akan semakin sulit seseorang untuk berhenti merokok. Hal ini disebabkan di dalam rokok terdapat zat nikotin yang menyebabkan seseorang menjadi ketergantungan. Dampak dari zat nikotin berbanding lurus dengan dosis yang digunakan. Seorang perokok akan melewati batas toleran setelah beberapa waktu. Apabila sebelumnya hanya memerlukan 1 batang rokok per hari untuk merasa nyaman, maka setelah merokok selama 1 bulan, dia akan memerlukan 2 batang rokok setiap hari agar dapat merasakan kenyamanan kembali (Yuliarti dkk, 2014).

e. Lama Merokok

Berdasarkan tabel 4.1 karakteristik responden, mayoritas responden telah merokok selama 1 – 3 tahun yaitu sebanyak 15 orang (42,9%). Hasil ini sesuai dengan hasil Riskesdas yang menunjukkan bahwa usia mulai merokok mayoritas pada usia remaja dan remaja akhir yaitu sebesar 28,8% (Riskesdas, 2018). Hal ini dikarenakan kondisi psikologis remaja masih belum matang sehingga mudah dipengaruhi.

Semakin lama seseorang merokok akan semakin sulit untuk menghentikan perilaku merokoknya. Seperti telah disebutkan di atas, bahwa di dalam rokok terdapat zat nikotin yang menyebabkan seseorang menjadi kecanduan terhadap rokok. Dengan semakin lama

seseorang merokok, maka dia akan semakin kecanduan dan akhirnya akan semakin sulit untuk berhenti merokok (Yuliarti dkk, 2014).

f. Pernah berhenti merokok

Berdasarkan tabel 4.1 karakteristik responden, mayoritas responden menyatakan bahwa pernah berhenti merokok, yaitu sebanyak 29 orang (82,9%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden sudah menyadari akan bahaya dari rokok, sehingga mendorongnya untuk berhenti merokok, walaupun akhirnya gagal. Tidak sedikit perokok yang menyadari resiko dari merokok dan mempunyai motivasi untuk berhenti merokok, namun menemui kesulitan untuk berhenti merokok. Sulastri dkk (2018) menyatakan bahwa di Inggris dan Amerika Serikat sebanyak 40% perokok melaporkan sudah melakukan percobaan untuk berhenti merokok dan 50% dari usaha untuk berhenti merokok tidak mengikutsertakan pra-perencanaan dan 75% usaha yang dilakukan berhenti gagal pada minggu pertama. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Kumalasari (2013) yang menunjukkan bahwa sebanyak 83,01% responden menyatakan pernah berhenti merokok sebelumnya.

Seseorang yang pernah berhenti merokok akan semakin sulit untuk berhenti secara total dari perilaku merokoknya. Saat seseorang mencoba untuk mengurangi atau berhenti merokok, maka menurunnya kadar nikotin yang ada di dalam tubuh akan menyebabkan gejala yang biasa disebut “gejala stop nikotin” baik secara fisik ataupun mental.

Gejala-gejala tersebut meliputi pusing, mulut kering, cemas, gelisah, sulit tidur, tidak sabaran atau mudah marah, sulit berkonsentrasi, berat badan naik dan lain-lain. Gejala ini kurang lebih berjalan selama 2 minggu. Jadi, apabila selama 2 minggu perokok tidak mampu mengatasi gejala tersebut, maka dia akan merokok kembali untuk memulihkan kadar nikotin di dalam tubuhnya (Rosita dkk, 2012).

2. Motivasi Berhenti Merokok

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai motivasi yang tinggi untuk berhenti merokok, yaitu sebanyak 20 orang (57,1%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai keinginan untuk berhenti merokok, karena sudah menyadari akan bahaya yang terdapat di dalam rokok. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Ardita (2016) yang menunjukkan bahwa sebanyak 96,3% responden mempunyai motivasi yang tinggi untuk berhenti merokok.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata responden menyatakan ingin berhenti merokok jika bisa yaitu sebanyak 31 orang (88,6%), sebanyak 16 orang (45,7%) sangat tertarik untuk berhenti merokok, sebanyak 15 orang (42,9%) sangat ingin mencoba untuk berhenti merokok dalam 2 minggu ke depan dan sebanyak 17 orang (48,6%) sangat ingin menjadi seorang non-perokok dalam 6 bulan mendatang. Hal ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang mempunyai keinginan untuk berhenti merokok, karena menyadari risikonya dan terdorong untuk

berhenti merokok. Namun, di tengah usahanya untuk berhenti merokok mengalami kesulitan. Hasil survey yang dilakukan oleh lembaga penanggulangan masalah rokok, diperoleh data bahwa sebanyak 66,20% perokok pernah mencoba berhenti merokok namun tidak berhasil. Hal ini disebabkan tidak mengetahui caranya sebanyak 42,90%, terikat sponsor rokok sebanyak 2,90%. Sedangkan perokok yang berhasil menghentikan kebiasaan merokoknya sebanyak 76% karena kesadaran sendiri, 16% karena sakit dan 8% karena tuntutan profesi (Sulastri, 2018).

Berhenti merokok tidak mudah, harus dimulai dengan niat yang kuat dan dibantu dengan metode yang biasa digunakan untuk berhenti merokok yang sudah dikembangkan oleh ahli. Nururrahmah (2014) menyebutkan bahwa tidak ada obat yang mampu menghilangkan kebiasaan merokok, walaupun ada harganya sangat mahal. Oleh karena itu, untuk berhenti merokok juga perlu adanya dukungan dari orang-orang di sekitarnya. Firzawati (2015) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa cara-cara yang sudah dikembangkan ahli untuk berhenti merokok pertama adalah melakukan identifikasi perokok untuk memperoleh kesadaran dan niat, selanjutnya memberikan motivasi kepada perokok untuk berhenti merokok. Dilanjutkan dengan memberi dukungan melalui konseling, farmakoterapi dan *follow up* secara teratur.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Sulasti (2018) yang menunjukkan bahwa hampir semua perokok mempunyai keinginan untuk berhenti merokok, diantaranya pernah mencoba berhenti merokok dalam

12 bulan terakhir, rata-rata perokok menyadari apabila ada kemauan mereka dapat berhenti merokok, dan sebagian besar sudah pernah memperoleh nasehat dari teman ataupun keluarga serta dari program berhenti merokok dari ahli.

C. KEKUATAN DAN KELEMAHAN PENELITIAN

1. Kekuatan Penelitian

- a. Penelitian ini sebagai dasar bagi penelitian selanjutnya yang terkait dengan motivasi berhenti merokok.
- b. Penelitian ini memberikan gambaran mengenai motivasi berhenti merokok pada mahasiswa.

2. Kelemahan Penelitian

Penelitian ini hanya memberikan gambaran mengenai motivasi berhenti merokok pada mahasiswa, sehingga tidak bisa diketahui korelasi antara faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi berhenti merokok.