

Bab IV

Hasil dan Pembahasan

A. Deskripsi Data

1. Gambaran Umum Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Menurut pedoman PTM (2012) pada bab 1 (pasal 1, ayat 1) menjelaskan mengenai PTM (perguruan Tinggi Muhammadiyah) dalam hal ini termasuk Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) yang merupakan amal usaha Muhammadiyah yang dimiliki oleh pimpinan pusat Muhammadiyah dan secara resmi didirikan pada tanggal 24 Rabiul Akhir 1401 H, bertepatan dengan tanggal 1 Maret 1981 berdasarkan Surat Keputusan Pimpinan Wilayah Muhammadiyah Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor: A-1/O1.E/PW/1981, pertama kali pelaksanaan perkuliahan berada di Gedung SPG Muhammadiyah 1 Yogyakarta hingga akhirnya UMY menjadi kampus terpadu sejak tahun 1988, yang berlokasi di Dusun Ngebel, Desa Tamantirto, Kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul, Yogyakarta dengan tanah seluas 25 hektar (STATUTA, 2013). UMY telah lulus dan terakreditasi A berdasarkan Surat Keputusan Dari Badan Akreditasi Nasional - perguruan tinggi SK BAN PT No. 061/SK/BAN-PT/Ak-IV/PT/II/2013. UMY sebagai perguruan tinggi swasta yang mengikuti kurikulum standar nasional (Pedoman, 2012) ini memiliki 8 fakultas di dalamnya.

2. Deskripsi Narasumber

Responden atau informan adalah orang yang dimanfaatkan untuk memberikan informasi tentang situasi dan kondisi latar penelitian (Moleong, 2007). Dalam rangka proses pengumpulan data, peneliti melakukan wawancara dengan informan secara langsung agar dapat memperoleh data dan informasi selengkap-lengkapnyanya. Jumlah informan dalam penelitian ini sebanyak tujuh orang. Informan tersebut merupakan mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Adapun data informan tersebut antara lain:

- a. R1 adalah mahasiswi jurusan ilmu ekonomi. Jurusan ilmu ekonomi ini masuk ke dalam fakultas ekonomi di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Responden berdomisili di salah satu kos putri selama berada di Yogyakarta. Responden merupakan suku Jawa dan sudah menjadi perokok aktif selama 6 tahun semenjak umur 14 tahun.
- b. R2 adalah mahasiswa jurusan Pendidikan Dokter yang masuk ke dalam fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Responden berdomisili di sebuah kontrakan bersama teman-teman yang berasal dari daerah yang sama dengannya selama menuntut ilmu di Yogyakarta. Responden merupakan suku Jawa dan sudah merokok selama 10 tahun sejak umur 13 tahun.

- c. R3 adalah mahasiswa jurusan Pendidikan Dokter yang masuk ke dalam fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Responden berdomisili di sebuah kontrakkan bersama teman-teman seangkatannya selama di Yogyakarta. responden merupakan suku Jawa dan sudah merokok selama 9 tahun sejak umur 18 tahun.
- d. R4 adalah mahasiswa jurusan akutansi yang masuk ke dalam fakultas ekonomi di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Responden tinggal di salah satu kos putra selama di Yogyakarta. Responden merupakan suku Jawa dan sudah merokok selama 5 tahun sejak usia 18 tahun.
- e. R5 adalah mahasiswa jurusan ilmu pemerintahan yang masuk ke dalam fakultas ilmu sosial dan ilmu politik. Responden tinggal di salah satu kos putra selama berada di Yogyakarta. responden merupakan suku sumatera dan sudah merokok selama 10 tahun sejak usia 13 tahun.
- f. R6 adalah mahasiswa jurusan Pendidikan Dokter yang masuk ke dalam fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Responden berdomisili di sebuah kontrakkan bersama teman-teman seangkatannya selama di Yogyakarta. Responden merupakan suku Jawa dan sudah merokok selama 12 tahun sejak usia 9 tahun.

- g. R7 adalah mahasiswa jurusan ilmu ekonomi yang masuk ke dalam fakultas ekonomi di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. responden tinggal di sebuah kontrakan dengan teman-teman yang berasal dari daerah yang sama dengannya. Responden merupakan suku Sumatera dan sudah merokok selama 10 tahun sejak usia 10 tahun.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini berfokus pada identifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi berhenti merokok pada mahasiswa UMY. Sedangkan motivasi mengacu pada adanya dorongan yang menggerakkan seseorang untuk berperilaku tertentu (Notoatmojo S., 2011).

Faktor – faktor motivasi ini berperan dalam membentuk intensi untuk mencapai suatu perubahan perilaku pada seseorang, dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang merokok di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

1. Dimensi Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik/internal yang ditemukan dalam wawancara dengan responden yaitu:

a. Masalah Kesehatan

... sakiit tapi gak sakit kayak apa ya kayak sesak gitu gak enak, pusing juga (R1)
ya kayak ibaratnya dulu itu aku cuma bisa muterin lapangan itu 2 kali aja, kalo sekarang bisa sampe 5 kali kalo pas aku lagi berhenti ngerokok beberapa bulan gitu (R1)

sesak, udah ngerasa sesak akhir-akhir ini. Kayak aku mikir 'kok napasku ini pendek ya.. apa karena aku memang udah jarang olahraga atau karena ini ya?' itu tuh kita kayak sudah ngerasa gituloh, apa karena sudah overload ya asap dalam paru-paru ku ini gitu. Ya jadi kayak udah ngerasa ada tanda dan gejala gitu, jadi kayak ngerasa wah penting banget kesehatan itu gituuu (R2)

sesak, udah ngerasa sesak akhir-akhir ini. Kayak aku mikir 'kok napasku ini pendek ya.. apa karena aku memang udah jarang olahraga atau karena ini ya?' itu tuh kita kayak sudah ngerasa gituloh, apa karena sudah overload ya asap dalam paru-paru ku ini gitu. Ya jadi kayak udah ngerasa ada tanda dan gejala gitu, jadi kayak ngerasa wah penting banget kesehatan itu gituuu (R3)

rasanya pusing karena itu aku ngerokoknya yang berat namanya rokok surya, berat banget kandungannya, tapi ya memang rokokku itu dari dulu, jadinya ya aku pusing pertama (R4)

iyaa, jantungku berdebar, kepalaku pusing (sambil menunduk) habis itu gak mau ngerokok itu lagi, cuma berapa kali isap trus aku matiin, kukasihin temen (R4)

paling nggak enak ditenggorokan gitu, dulu kan nggak enak ditenggorokan nggak enak waktu baru-baru itu, kalau saya dulu begitu, trus dulu itu saya nggak akan ngerokok kalau nggak ada minuman manis (R5)

ya aku udah ngerasa, fisik ku kurang banget. Lari sudah gak ada, sudah gak kuat lari lamakan. Terus nafas juga kadang pas mandi di kolam renang tuh terasa banget (R6)

... Dada sudah kayak berat gitukan. Ya aku sudah ngerasa aja sih kalo badanku sudah gak beres ini... (R6)

... sakit itu saya berhenti ngerokok, bener-bener berhenti nggak ngerokok sama sekali (R7)

b. Self control (kontrol diri)

pengen ya pengeen tapi kayak ya imanmu aja gimana gituu haha (R1)

enggak, ya paling kayak kalo ada cobaan gituu. Tapi cobaan ya bukan godaan kalo Cuma digodain 'eh kamu ngerokoklah ngerokok nih' kalo kayak gitu enggak (sambil menggeleng yakin) (R1)

pas berhenti itu, mungkin dulu bisa karena dulu smp jadwalnya padat ya, jadi kayak gak ngerasa apa-apa. (R2)

itu ya sedikit-sedikit aku mengurangi, aku mulai-mulai sibuk baru-baru inikan. Nah itu aku mulai sibuk buat mulai

mau nguranginnya. Iya itu salah satu awal aku buat nguranginnya-nguranginnya (sambil menunjuk-nunjuk) (R2)

pernah shin, larinya itu ke makan. Jadi rasanya aku pengen ngemiil terus gitu dan aku gak kuat. Perutnya gak kuat, terus apa ya.. oh pernah minum banyak air putih juga sih dulu itu tapi rasanya aneh gitu gak ngerokok tapi aku coba nahan (R2)

kadangkan aku pernah pas itu dulu sangat-sangat pengen berhenti.. minum bear brand selama seminggu buat bersihin paru-paru (R4)

...nggak ngerokok paling selesai makan nyumpelnya permen... ya buat gantiin rokoknya (R7)

c. Pengetahuan

sd, smp, sma, kuliah dicekokin tentang itu. Eh kuliah enggak. Sd, smp, sma aja kan biasanya suruh-suruh bikin artikel bahaya merokok gitu (R1)

he'em, dan aku itu malah nyaman, maksudnya kayak jadi dong itu sama penjelasannya dokter Y. Itu malah aku nerima banget dan aku masih inget sampe sekarang (R2)

aku malah suka nasehatin temen-temen ku itu loh, bukannya nasehatin sih ngomongin cuman nyindir-nyindir gitu loh “ wih paru-paru mu ngene loh coba kamu rontgen paru-parumu gini” yaah sering becandaan nakut-nakutin gituloh padahal sama-sama perokok gitu kan cuman dengan kita melihatnya lebih, wih ngerokoknya kok gitu banget gitu loh (R3)

menurut saya sesungguhnya saya itu dari sekolahnya sekolah islam selama sekolah itu ngga dibebasin ya emang ngrokok nggak boleh, ya dalam islam kan ngerusak tubuh kan nggak boleh, ibaratnya kalo kita makan ngerusak tubuh kan diharamin, rokok itu kayak gitu rokok itu haram, saya pernah diajarin gitu di islamI (R7)

...ada cerita dari omnya tremenku, dia sampe kena paru-parunya terus dioperasi, di sininya ada lubang (menunjuk tenggorokkannya) pas itu sempet berhenti karena itu, ya aku tau itu perusak negatifnya, terus positifnya gak ada kalo menurut aku gak ada... (R4)

bukan kalo nyari sih nggak, tapi dengan sendirinya saya tau orang tua sakit, ayah skit, kakek juga gitu, saudara-saudara juga ngalamin ya bukan karena rokok aja kan bener kan (wajah meminta persetujuan), tapi kalo nyari nggak.. saya tau sendiri, nggak tau darimana.. darah tinggi, jantung, darah tingginya yang nggak boleh dia ngerokok makanya dia

berhenti, kan kentel darahnya gitu, nggak tau nggak tau bener apa nggak kan dokter yang ngomong (R5)

... Mbahku juga kebetulan meninggal sakitnya karena rokok juga kan mbahku, karena pas mudanya itu ngerokok terus mbahku... (R6)

2. Dimensi Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik yang dapat ditemukan dari hasil *interview* dengan responden sebagai berikut:

a. Faktor penguatan segera

... buat ngirit juga (R1)

mahaaal, dulu dua belas ribu itu dapet. Sekarang 20ribuan baru dapet (R1)

...Pasti, kalo aku sendiri sih bukan karena penyakit sih faktornya, tapi uang (R2)

Makanya pas kemaren ada isu harga rokok mau naik, nah itu aku setuju karena banyak dari mereka bilang 'wah berhenti, kalo udah sampe harga segitu pasti berhenti' soalnya kalo kayak sekarang ini harganya aja udah sampe 15 ribu itu aja ada dari mereka yang kayak udah press sama uang makan, kayak istilah uang selownya itu sudah gak ada karena udah buat rokok, makanya mau berhenti (R2)

karena itu lagi musim dan rokok pas itu katanya mau naikkan jadi 50ribu, maka nya aku mau nyoba itu (tangan mengayun-ayun ke depan). ya iyalah, gak mungkin aku mau ngerokok. Mahal banget. Ya itu satu rokok itu juga boros uangkan. Bakar uang, aku juga mikirnya di situ 'ih borosnya uangku, bisa buat aku beli yang lain' (R4)

biasa pas nggak ada duit haha... (R5)

satu juta sebungkus baru gak beli aku (R5)

iya karena duit juga (tersenyum sedikit). ya ibaratnya gini, jujur aja ya.. aku itu sekarang sebulan dikasih sejuta setengah. Sejuta setengah itu ibaratnya berarti sehari 50ribu, rokok sebungkus ekitar 15an, terus makan 2 kali ya 20 apa 30, terus belum yang lain, sabun habislah segala macam. Ya aku mikir, aku kapan nabungnya kalo gini teruskan. Aku ini sudah ngerasa semenjak kuliah. Ya aku itu sudah ngerasa sejak makan beli itu, sudah ngerasa gitu sih sebenarnya. Duitnya sayang banget kalo buat beli rokok, bisa buat yang lain (R6)

itu dikirimin duit bulanan,mingguan, itu duitnya kan boros untuk ngerokok itu kadang mikir kan gitu sehari bisa satu bungkus yaa udah lah berhenti (R7)

... pasti soalnya orang perokok pasti ada rasa mau berhenti ngerokok karena rata-rata orang ngerokok itu sehari bisa 20rb kadang juga kita mikir sehari 20rb, kita taroh lah sehari sebungkus itu 20rb kalo dua bungkus taro lah sehari 50 rb kalo misalnya perokok berat itu 50rb, 50 rb itu sehari sebulan aja sudah satu juta lima ratus coba kalo setahun jadi ibaratnya kalo kita nabung bisnis segala macem itu kan udah banyak ada pikiran kayak gitu... (R7)

Responden berkeinginan untuk berhenti karena faktor uang dan bila harga rokok naik atau semakin mahal.

b. Pengaruh sosial dan lingkungan

yaudah mereka ngedukung aja gituu (R1)

terus kayak dikasih tau 'kamu tuh sudah gede ya kamu tau bedainlah yang mana yang baik buat kamu, yang mana yang enggak. Kalo baik ya lanjutin, kalo enggak ya berhenti.' Gituuu, yang buat aku mau berhenti (masih menutp mata dengan tangan kanannya) (R1)

jadi kayak yang aku bilang tadi diawal pas asrama itu kau berhenti, ya karena aku memang ketemu temen yang memang gak ngerokok terus tempatnya juga memang gak ada yang ngejual rokok gitu di lingkungan sekolah, terus kegiatanku juga memang ya cuma sekolah di smp terus pulang ke asrama gitu (R2)

...ada yang memang sama-sama temennya pengen ngurangin itu juga ada. Jarang banget ngerokoknya kalo kayak gitu memang, jadi jarang banget walaupun kita lagi ngumpul bareng gitu. Malah istilahnya sampe kadang kita tarohan gitu siapa yang paling tahan gak ngerokok (R2)

... Tapi ya aku sadar kalo ada anak kecil itu aku jangan ngerokok, soalnya aku itu sadar kalo aku dulu kenanya itu gara-gara kayak gitu. Makanya jangan sampe kita ngajarin ke anak kecil yang kayak gitu, udah tau kalo dulu kita kenanyakayak gitu jadi ya jangan sampe kita kayak gitu juga ke anak kecil yang selanjutnya. Jadi kalo sama ponakkan gak pernah sih aku (R2)

... kan nggak jual kan.. (R3)

kayak kalo aku pulang ke rumah, kecuali kalo abis itu aku keluar tapi kalo posisi di rumah trus nggak pengen keluar

satu-dua hari nggak pengen keluar yaa aku nggak ngerokok (R3)

iya nolak, ya karena aku gak pernah boleh sama orang tua, takut dulu aku sama orang tua jadi gak berani ngerokok. Baunya itukan bau bajunya, bau mulutnya ...Tapi ya kalo aku bareng keluarga ya pasti aku gak akan ngerokok, gak bisa ngerokok.... (R4)

Tapi setiap telpon pasti ditanyain, misal kalo di sini nih 'kamu sudah pulang?' (tangan membentuk telpon dan menepel di telinga) 'iyaa' 'kamu jangan ngerokok-ngerokok loh' 'iya maah' (mengangguk) sudah tak bilang gitu doang. Kalo selanjut-selanjutnya ya ngerokok sedikitlah jadinya aku (R4)

ibu paling yang lebih, belakangan ini yaa kalo kita ngomongin flash back itu kan jauh yaa lupa kalo belakangan ini ibu sih yang suka... kalo nggak bisa berhenti yaa dikurangin, selalu nasehatin gitu (R5)

...dulu saya pernah berhenti ngerokokk satu bulan itu karena saya pengen masuk ipdn dulu, selesai SMA mau masuk ipdn saya berhenti sebulan saya nggak ngerokok (R5)

... disaat pekerjaan kita penghasilan kita menjanjikan lebih besar dan mewajibkan karyawannya untuk tidak merokok... (R5)

ya biasa ya dimarahin, nah habis itukan ada fase di mana satu tahunan aku ak nyentuh rokok lagi pas itu karna masih takut ya... hehe (R6)

ya sering sih, ibu ku itu dari smp nyampe sekarang gak pernah bosan kok ngomongin aku... Masalahnya sekarang ibuku sudah tau kalo aku di sini juga sudah susah gitu buat mau berhenti ngerokok itukan. Paling kemaren doang sih uang jajanku dipotong gara-gara aku ngerokok di sini (R6)

ibunya yaa marah, terus ngasih tau bapaknya, trus ngasih tau ke bapaknya, bapaknya cuman yang pertama aku di lelepin di bak, bak mandi dilelepin sampe nangis trus abis itu ditanya kamu ngerokok sama siapa aja (R7)

iya sampe sekarang, nggak boleh ngerokok, trus kalo libur kuliah sebulan dua bulan itu bisa berhenti kalo di rumah (R7)

... dia nyuruh berhenti ngerokok itu yaa dari orang tua itu, bapak berhenti ngerokok, trus bilang bapak kamu aja bisa masa kamu nggak... yawdah dari itu tuh kalo di rumah ya sebenarnya di bolehin sih dibolehin cuman jangan sampe di depan mereka ngerokoknya, itu juga kan jangan sampe ketawan mereka ngerokoknya kan gitu kan sedih kalo mereka ngeliatnya, kan ibu sendiri yang bilang, ibu ini sedih kalo ngeliat anaknya ngerokok (R7)

Wawancara dengan tujuh informan menghasilkan total 898 kode. Kode-kode yang sama dianalisis dan dijadikan kategori. Kategori-kategori yang sama juga dimasukkan ke dalam tema yang sama sebagai berikut:

Tabel 4.1 Hasil Penelitian

No.	Kategori	Tema
1.	Role model keluarga	
2.	Lingkungan sekitar mayoritas merokok	
3.	Teman tidak mendukung	Lingkungan kurang
4.	Keluarga mayoritas merokok	kondusif
5.	Teman mayoritas merokok	
6.	Ketergantungan teman	
7.	Coba-coba	
8.	Penasaran	Motivasi merokok
9.	<i>Image</i>	
10.	Alat sosial	
11.	Murah	
12.	Dukungan ekonomi	Kemudahan akses
13.	Kemudahan akses	
14.	Lingkungan tak acuh	
15.	Kurang pengawasan (kesempatan)	
16.	Kurang komunikasi	Kesempatan
17.	Larangan tidak tegas	
18.	Peraturan tidak jalan	
19.	Tidak ada larangan	
20.	Tidak ada pengetahuan	Kurang informasi
21.	Tidak takut	
22.	Rasa	
23.	Stress/masalah	
24.	Keinginan kuat	Kecanduan
25.	Sugesti	
26.	Kebiasaan	
27.	Sulit percaya	Sikap tertutup
28.	Tertutup	
29.	Tidak siap	
30.	Informan tak acuh	Tidak ada niat
31.	Tidak niat	
32.	Rasa bersalah	
33.	Larangan tegas	
34.	Sulit akses	
35.	Pengawasan ketat	Sosial & lingkungan
36.	Keluar/ganti lingkungan	kondusif
37.	Teman mendukung	
38.	Dukungan orang tua	
39.	Kagum pada non perokok	
40.	Fasilitas	
41.	Hemat	Faktor ekonomi
42.	Mahal	
43.	Butuh terapi	
44.	Niat	
45.	Keyakinan	Motivasi internal
46.	Takut	
47.	Kondisi fisik/sakit	
48.	Ada pengetahuan	
49.	Berkeluarga	Masa depan
50.	Permintaan pasangan	

51.	Anak	
52.	Pekerjaan	
53.	Makan/minum	
54.	Menurunkan frekuensi	Cara berhenti
55.	Meningkatkan kesibukan	

Secara keseluruhan diperoleh 55 kategori dengan 13 tema dari hasil wawancara dengan total 7 informan.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menggali faktor-faktor pendorong motivasi berhenti merokok pada mahasiswa UMY. Sejak tahun 2011, Bapak Ir. H. M. Dasron Hamid, M. Sc selaku rektor UMY menetapkan sebuah peraturan yang dipublikasikan sebagai sebuah surat keputusan (SK) rektor mengenai Kawasan Tanpa Rokok (KTR) UMY : SK No. 164/SK-UMY/XII/2011 yang memuat implementasi program kampus Universitas Muhammadiyah Yogyakarta sebagai kawasan tanpa rokok. Surat keputusan ini dapat menjadi sebuah tindakan lebih lanjut dalam menanggapi peraturan Menteri Kesehatan Nomor 188/MENKES/PB/I/2011 Nomor 7 tahun 2011 tentang Pedoman Pelaksanaan Kawasan Tanpa Rokok atau bisa juga Kawasan Tanpa Asap Rokok (Menkes, 2011).

Dari wawancara ditemukan berbagai faktor yang telah dimasukkan ke dalam tema yang terlampir di bagian hasil dalam tabel 4.1 oleh karena itu pembahasan ini berisi mengenai motivasi merokok dan motivasi berhenti merokok yang dimiliki oleh informan (mahasiswa UMY).

1. Motivasi berhenti merokok

a. Sosial dan Lingkungan Kondusif

Motivasi berhenti merokok menurut Pokhrel (2015) dipengaruhi oleh sosial yang meliputi orang tua, saudara, pasangan, dan lingkungan.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa informan memiliki keinginan untuk berhenti karena adanya dukungan dari orang tua dan pasangan. Hal ini didukung oleh adanya penelitian dari Rosemary (2014) yang mengutip penelitian kualitatif terapi berhenti merokok, hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa keputusan berhenti merokok dipengaruhi oleh 3 faktor yang salah satunya yaitu faktor keluarga. Tworek *et al* (2014) dan Barus (2012) juga menyebutkan adanya dukungan moral dari orang tua/keluarga dapat mendukung motivasi berhenti merokok. dukungan dari keluarga ini dapat meliputi perhatian, emosional dan penilaian.

Adanya larangan tegas dari orang tua mengenai hal merokok dalam keluarganya juga ikut andil dalam mendorong motivasi berhenti merokok pada informan, yang terbukti dengan terdapatnya keinginan menolak ajakan teman untuk merokok saat berada jauh dari orang tua dan perilaku berhenti merokok yang dilakukan informan saat berada di rumah. Hal ini didukung oleh penelitian Kumalasari, I (2013) yang

menyebutkan bahwa keluarga menjadi salah satu prediktor penting untuk mempengaruhi motivasi berhenti merokok dalam membentuk suatu intensi. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa keluarga dapat menjadi salah satu faktor proteksi dari perilaku merokok. hal ini sama dengan hasil yang didapat oleh Buczwoski *et al* (2014) yang menyatakan adanya larangan merokok di rumah dapat membuat perokok berusaha untuk mengurangi dan menghentikan perilaku merokoknya.

Lingkungan merupakan suatu media bagi individu untuk mengembangkan perilaku yang telah dimiliki (Notoatmojo S. , 2011). Hasil penelitian ini menemukan bahwa motivasi berhenti merokok dapat meningkat dengan adanya peraturan larangan merokok yang benar-benar dijalankan dan tidak adanya fasilitas maupun akses untuk mendapatkan rokok. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Buckzwoski (2014) yang menyatakan banyaknya lingkungan yang melarang perilaku merokok dan melarang penjualan rokok di lingkungannya dapat menekan perokok sehingga seorang perokok akan berusaha untuk mengurangi jumlah batang rokoknya dan berhenti merokok.

Lingkungan pertemanan yang mendukung berhenti merokok juga merupakan hal terpenting bagi seorang individu untuk tercapainya suatu perubahan perilaku. Hal ini seperti

yang terdapat dalam penelitian Ardita, H (2016) yang menyebutkan tingginya motivasi berhenti merokok didukung oleh adanya lingkungan kondusif yang tercipta oleh dukungan untuk tidak merokok dari orang tua, teman sebaya dan orang terdekat. Hal ini dikarenakan belum paten atau menetapnya perilaku.

b. Faktor ekonomi

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa semua informan mengatakan ingin berhenti karena masalah finansial. Mereka mengakui bahwa anggaran yang digunakan untuk membeli rokok seharusnya dapat dialokasikan untuk kebutuhan lain maupun ditabung. Pernyataan ini didukung oleh penelitian dari Kumalasari, I (2013) keberhasilan berhenti merokok dapat ditingkatkan dengan menekankan pada perokok mengenai keuntungan-keuntungan yang bisa langsung diperoleh. Contoh nyata hal tersebut yaitu masalah ekonomi, dimana berhenti merokok ini dapat menurunkan pengeluaran uang perokok.

Penelitian ini juga menemukan alasan ingin berhenti lainnya karena ingin berhemat. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Rosdiana (2015) yang menyebutkan besarnya motivasi perokok karena adanya keinginan untuk menghemat uang.

Adanya isu beberapa bulan lalu mengenai akan naiknya harga rokok juga mengakibatkan semua responden mulai berpikir cara untuk berhenti merokok, hal tersebut berarti semakin tingginya harga rokok maka akan semakin naiknya tingkat motivasi berhenti merokok. hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Buckzowski (2014) yang menyebutkan tingginya biaya rokok juga akan meningkatkan motivasi berhenti merokok. salah satu langkah yang dapat diambil untuk menekan angka perokok dan penggunaan tembakau yaitu dengan menaikkan pajak dan harga tembakau dalam hal ini yaitu rokok (WHO, 2015).

c. Motivasi internal

Motivasi internal ini adalah adanya dorongan yang berasal dari diri sendiri baik dari pengetahuan atau pengalaman yang dimiliki maupun keyakinan yang kuat.

Informan menyebutkan adanya keyakinan yang kuat untuk bisa berhenti bila dengan terapi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Twozerck (2014) bahwa terapi dapat membantu menurunkan kecanduan yang dialami oleh perokok aktif.

Adanya rasa takut yang diakui oleh informan karena mengetahui bahaya merokok dan menyaksikan sendiri orang di sekitarnya telah terkena dampak merokok membuat semakin tingginya keinginan untuk segera berhenti merokok. hal ini

didukung oleh adanya penelitian yang dilakukan oleh Hidayaningsih *et al* (2011) yang menunjukkan bahwa tingkat pendidikan berhubungan secara signifikan dengan perilaku termasuk perilaku merokok.

Penelitian Barus (2012) yang mengutip penelitian dari Potter dan Perry yang kebiasaan berpikir rasional akan meningkat secara tetap pada masa dewasa awal seiring dengan adanya pengalaman pendidikan formal, informal, maupun pengalaman hidup secara umum. Penelitian yang dilakukan oleh Barus (2012) juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki pengetahuan lebih tinggi juga memiliki motivasi lebih tinggi untuk berhenti merokok. Asma *et al* (2015) juga mendukung adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan motivasi berhenti merokok.

d. Masa depan

Masa depan yang dimaksud di sini adalah bila nantinya informan telah berkeluarga, memiliki pasangan dan anak. Informan menguraikan niatnya untuk berhenti bila adanya permintaan dari orang terdekatnya seerta bila telah berkeluarga dan memiliki anak karena tidak ingin keluarga dan anaknya terkena dampak buruk dari perilaku tersebut, serta tidak ingin menjadi contoh buruk bagi anaknya sebab para informan telah belajar dari pengalaman masa kecilnya.

Hal di atas sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari *et al* (2014) yang menyebutkan bahwa figur orang tua terutama orang tua sendiri bila merokok, maka anaknya sangat berkemungkinan untuk mencontoh atau menirunya. Penelitian Sukma & Kurniajati (2013) juga mendukung bahwa orang tua harus menjadi teladan bagi anaknya dengan tidak merokok atau berhenti merokok agar perilaku merokok tidak ditiru oleh anak.

e. Cara berhenti

Cara berhenti yang pernah dilakukan oleh informan yaitu dengan cara berusaha mengontrol perilaku merokoknya dengan mengalihkan ke hal lain seperti makan atau minum. Menurut Ardita (2016) adanya kontrol diri dari seorang perokok yang ingin berhenti sangat berhubungan secara signifikan dengan motivasi berhenti merokok oleh individu tersebut.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penjelasan Calhoun & Acocela (dalam Adrian, 2013) yakni kontrol diri adalah kemampuan untuk menekan impuls dengan pengaturan proses baik fisik, psikologis dan perilaku seseorang. Puspitadesi *et al* (2013) menjelaskan bahwa tingginya kontrol diri dipengaruhi oleh faktor usia terutama usia dewasa awal yang berusaha menekan keinginan merokoknya.

Cara lainnya yaitu meningkatkan kesibukan, dan menurunkan frekuensi bertemu dengan teman-teman perokok. Hal tersebut didukung oleh adanya penelitian yang dilakukan oleh Sukma & Kurniajati (2013) yang menyebutkan sebisa mungkin untuk menjauhkan diri dari teman perokok. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian oleh Ardita, H (2016) yang menyatakan bahwa teman sebaya yang tidak merokok dapat meningkatkan motivasi berhenti merokok.

2. Motivasi merokok

a. Motivasi awal merokok

Informan menyebutkan motivasi awal merokok yang dimiliki diantaranya adalah coba-coba, rasa penasaran, membangun *image* yang diinginkan dan sebagai alat sosial. Hasil ini didukung oleh adanya penelitian dari Yamlen, M (2012) yang menyatakan bahwa adanya tekanan teman sebaya menyebabkan seseorang menjadi perokok agar dapat diterima secara sosial.

Enam informan mengaku bahwa mulai merokok pada usia remaja karena adanya rasa penasaran melihat orang merokok (baik itu teman, anggota keluarga, maupun orang lain). Penelitian Yamlen, M (2013) memiliki hasil yang sama yang menyebutkan bahwa seringkali remaja memiliki rasa penasaran dan ingin coba termasuk dalam hal perilaku

merokok. Syafiie *et al* (2009) menyatakan bahwa motivasi merokok yaitu untuk membangun *self image*. Adanya persepsi yang menghambat motivasi berhenti merokok yakni persepsi merokok itu akan membuat image yang lebih jantan pada laki-laki seperti banyaknya iklan rokok yang menonjolkan sisi kejantanan laki-laki dengan rokok (Kumboyono, 2012).

b. Kesempatan

Penelitian ini menemukan bahwa perilaku merokok ini terbentuk oleh adanya salah satu faktor yakni adanya kesempatan informan untuk merokok. kesempatan ini muncul karena adanya lingkungan tak acuh, kurangnya pengawasan orang tua, kurangnya komunikasi dengan keluarga, tidak adanya larang dari orang tua mengenai rokok, dan larang atau peraturan kawasan tanpa rokok yang tidak dijalankan.

Adanya larangan merokok di kampus beserta ancaman denda, penulhan dan kampanye anti rokok dapat meningkatkan motivasi berhenti merokok pada mahasiswa yang merupakan perokok aktif (Kumboyono, 2012). Namun seperti yang dijelaskan oleh semua informan bahwa UMY belum menjalankan SK Rektor mengenai KTR dengan benar, yakni tidak adanya teguran atau tindakan tegas dari warga kampus saat informan ataupun orang lain yang merokok di lingkungan kampus UMY. Hal ini juga menggambarkan

semakin tidak pedulinya lingkungan dengan hal yang diperbuat oleh orang lain pada lingkungan yang sama.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kumboyono (2012) yang menguraikan mengenai orang tua yang tidak memberi larangan dan batasan merokok pada anaknya akan berdampak anak tersebut akan merokok terus-menerus. Sukma dan Kurniajati (2013) juga menyebutkan bahwa faktor keluarga yang mendorong perilaku merokok adalah ketidak harmonisan dan kurangnya komunikasi antar anggota keluarga. Hal tersebut penting karena itu berarti pengawasan orang tua akan menurun terhadap perilaku yang dimiliki oleh anaknya.

c. Kemudahan akses

Kemudahan akses atau telah terfasilitasinya perokok termasuk sebagai motivasi merokok diantaranya yaitu harga rokok yang murah, adanya dukungan ekonomi, dan kemudahan mendapatkan rokok tersebut.

Faktor yang mendukung seseorang untuk merokok salah satunya yaitu faktor keluarga seperti keuangan yang berlebihan yang juga diberikan pada anak, sedangkan masa dewasa awal merupakan masa transisi dari masa remaja ke dewasa sehingga sering muncul perilaku tidak terkontrol yang dapat menyalahgunakan uang dari orang tua dengan perilaku

merokok (Sukma & Kurniajati, 2013). Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian dari Lestari (2014) yang dilakukan di UNIMUS juga menyatakan bahwa pemberian uang saku yang tidak bijak dapat menyebabkan mahasiswa menjadi boros dan tidak menghargai uang.

Harga rokok yang murah dan mudah didapatkan merupakan kebalikan dari motivasi berhenti merokok yang dibahas sebelumnya. Hasil dari penelitian ini sekitar 5 informan yang menyatakan bahwa pada saat ini 1 batang rokok bisa didapatkan dengan harga 1500 rupiah di berbagai tempat termasuk warung-warung makan. Kemudahan mengakses rokok inilah yang dapat meningkatkan motivasi merokok seseorang.

d. Lingkungan kurang kondusif

Lingkungan yang kurang kondusif ini menjadi salah satu penghambat motivasi berhenti merokok pada informan. Lingkungan kurang kondusif yang terdapat dalam hasil penelitian ini adalah keluarga yang mayoritas merokok dengan role model orang tua, lingkungan sekitar tempat tinggal dan teman-teman yang juga mayoritas merokok, adanya teman-teman yang tidak mendukung berhenti merokok, ketergantungan dengan teman yang merokok.

Lingkungan yang berasal dari orang tua, tempat tinggal dan teman dengan mayoritas merokok akan memicu individu untuk memiliki kebiasaan merokok (Rosemary *et al*, 2013).

Hal ini didukung oleh adanya penelitian dari Rahmadi *et al* (2013) yang menyatakan bahwa teman sebaya mempunyai peran yang sangat penting karena waktu yang dihabiskan dengan teman sebaya lebih banyak dibandingkan dengan keluarga, saudara maupun kelompok lain, sehingga muncul rasa ketergantungan dengan teman. Penelitian dari Pramintari *et al* (2014) juga menyebutkan bahwa teman sebaya memegang peranan yang sangat penting sehingga seorang individu akan berusaha menyesuaikan diri dan menyamakan persepsinya agar dapat diterima oleh lingkungan temannya.

Hal ini juga sesuai dengan penelitian Sukma & Kurniajati (2013) yang menyebutkan bahwa anak adalah peniru orang tua, sehingga bila orang tua atau orang terdekatnya merokok maka akan muncul penasaran dan keinginan mencoba perilaku tersebut seperti merokok.

e. Kurang informasi

Pengetahuan yang masih tergolong rendah dari informan mengakibatkan tidak adanya rasa takut akan dampak bahaya dari rokok tersebut.

Hasil di atas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hasil yang sebanding dengan tingkat motivasi berhenti merokok, hasil tersebut sama seperti yang disampaikan oleh Ardita, H (2016). Namun, di dalam penelitiannya tersebut juga menyebutkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan motivasi dalam prakteknya.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian ini yang telah diakui oleh informan bahwa adanya pengetahuan maupun pengalaman yang menimbulkan rasa takut untuk merokok hanya sesaat karena adanya lingkungan di dekatnya yang merupakan lingkungan mayoritas merokok. hal ini dikarenakan pentingnya teman sebaya seperti yang telah dijelaskan pada pembahasan sebelumnya.

f. Sikap tertutup

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa semua informan memiliki sikap tertutup yang terlihat dari uraian informan bahwa dirinya tidak mudah percaya dengan orang lain, dan tertutup/sulit terbuka bila ada masalah serta cenderung untuk memilih teman yang memiliki kesamaan yaitu kesamaan dalam hal merokok. Hal ini dapat menjadi suatu faktor predisposisi untuk menjadikan rokok sebagai pelarian bila terdapat paparan masalah kepada informan.

Hal ini didukung oleh adanya penelitian dari Lestari (2014) yang menyatakan bahwa rokok digunakan untuk mengurangi perasaan negatif seperti marah, cemas, gelisah dan stress. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa perokok yang lebih menyukai untuk berteman dengan sesama perokok maka akan mengalami kesulitan yang lebih dibandingkan dengan perokok yang berteman dengan non perokok. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian ini yaitu motivasi berhenti merokok yang rendah pada informan yang memiliki teman mayoritas merokok. hal ini juga didukung oleh Lestari (2014) yang memaparkan hasil penelitiannya yaitu adanya hubungan antara sifat antisosial dengan kebiasaan merokok seseorang

g. Kecanduan

Kecanduan didefinisikan sebagai dosis rokok yang semakin bertambah (Kusumadewi, 2009). kecanduan ini disebabkan oleh sugesti/pemikiran mengenai rasa, kebiasaan, keinginan yang kuat dan adanya masalah hingga informan merasa stress.

Informan telah menjelaskan sulitnya melepas rokok karena rokok telah menjadi kebiasaan yang dilakukan sehari-hari. Hal ini didukung oleh penelitian Syafiie *et al* (2009) yang menyatakan bahwa kondisi perokok yang telah menjadikan rokok kebiasaan adalah kondisi dimana rokok tidak hanya

dikonsumsi untuk mengendalikan perasaan tetapi telah menjadi hal rutin yang dilakukan. Sehingga telah mempengaruhi psikologis dari perokok dan menjadi faktor negatif bagi motivasi berhenti merokok.

Keinginan yang kuat dapat membuat seseorang tidak dapat mengontrol dirinya sendiri. Seperti hasil penelitian Lestari (2014) yang juga mendukung hasil ini dengan pernyataan bahwa alasan merokok karena adanya keinginan kuat untuk kesenangan tersebut dengan mempertaruhkan kesehatan akan dampak buruk yang telah diketahuinya.

Informan mengaku bila ada masalah yang menimpanya maka ia akan merokok karena rasa gelisah dan pusing yang dialaminya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan di UNIMUS oleh Lestari (2014) dan Kumboyono (2012) yang berisi bahwa rasa gelisah dan pusing menjadi faktor penghambat berhenti merokok, selain itu juga didapatkan hasil yang sama yakni, perokok akan merasa lebih santai bila melakukan kegiatan merokok.

Hasil ini juga didukung oleh penelitian Kumboyono (2012) yang menyatakan bahwa keinginan kuat untuk merokok kembali disebabkan oleh ketidakadekuatan koping terhadap stress dan masalah.

h. Tidak berniat berhenti

Adanya niat dalam diri untuk berhenti merokok sangat penting untuk meningkatkan motivasi berhenti merokok. Namun sebaliknya, tidak adanya niat dari diri sendiri dapat menjadi penghalang motivasi berhenti merokok karena informan akan merasa kesulitan maupun keberatan dalam upaya berhenti merokok tanpa adanya niat.

Tidak adanya niat dari dalam diri meskipun informan memiliki pengalaman maupun pengetahuan mengenai bahaya merokok ini dapat dikarenakan oleh usia dewasa awal, dimana individu pada usia ini merasa bahwa dirinya tidak memiliki risiko mengenai masalah kesehatan (Barus, 2012).