

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

II.1. Intensi Berhenti Merokok

II.1.1. Definisi Intensi

Intensi berhenti merokok merupakan keinginan yang diiringi usaha untuk mewujudkan perilaku berhenti merokok. Dalam perwujudannya diiringi oleh empat aspek di dalamnya. Tindakan berupa hal-hal yang dilakukan upaya mewujudkan perilaku berhenti merokok, objek yang menjadi sasaran perilaku adalah berhenti merokok, konteks/situasi adalah kondisi yang mendukung seseorang untuk mewujudkan perilaku berhenti merokok, dan juga waktu yang spesifik mengenai target perwujudan perilaku berhenti merokok (Mahyarni, 2013).

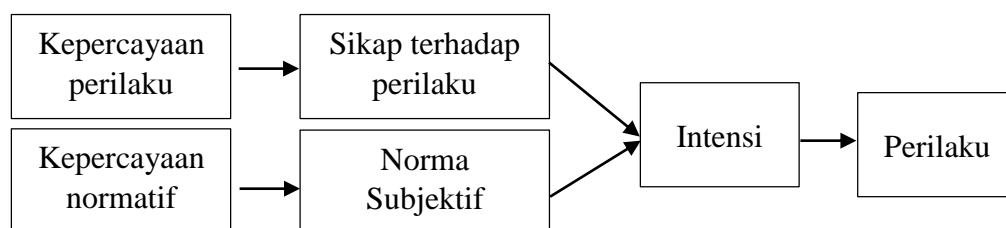
II.1.2. Teori Intensi

Intensi dibahas oleh kedua teori berikut:

a. Teori *Reasoned Action*

Teori ini menjelaskan determinan yang membentuk intensi untuk melakukan sebuah perilaku, yaitu: (Nickerson, 2022)

- 1) *Attitude toward behaviour* adalah evaluasi baik atau buruk terhadap perbuatan tertentu — apakah seseorang menganggap perilaku itu ide yang baik atau buruk.
- 2) *Subjective norm* adalah jumlah dari semua orang penting dalam kehidupan seseorang dan apakah mereka pikir orang-orang itu ingin mereka melakukan perilaku tersebut.



Gambar 1 Teori Reasoned Action Fishbein & Ajzen

Gagasan dari Teori Reasoned Action menunjukkan bahwa penentu intensi dibentuk oleh dua keyakinan, yaitu: (Trafimow, 2007)

- 1) Sikap ditentukan melalui *behavioral beliefs* (keyakinan tentang konsekuensi dari suatu perilaku)
- 2) Norma subjektif ditentukan melalui *normative beliefs* (keyakinan seseorang perlu atau tidak perlu melakukan perilaku tertentu dari orang-orang yang dirasa penting)

b. Teori Planned Behavior

Theory of Planned Behavior (TPB) dimaksudkan untuk memberikan penjelasan untuk semua perilaku dimana manusia memiliki kapasitas untuk melakukan kontrol diri. Faktor kunci dari model ini adalah niat berperilaku; niat perilaku didorong oleh sikap tentang besarnya peluang perilaku tersebut dapat memiliki ekspektasi hasil akhir yang dapat diprediksi dan penilaian subjektif tentang bahaya dan keuntungan dari hasil akhir itu. TPB mengatakan bahwa keberhasilan perilaku tergantung pada motivasi (niat) dan potensi (kontrol perilaku). (LaMorte, 2019).

Kesimpulannya, manusia mempunyai niat untuk melakukan perilaku tertentu setelah pertama mereka menilai secara positif, kedua memiliki tekanan sosial untuk melakukannya, dan ketiga setelah mereka yakin bahwa mereka punya tujuan dan kesempatan untuk melakukannya.

II.1.3. Faktor-faktor yang melatarbelakangi intensi

Niat diasumsikan untuk merebut elemen motivasi yang mempengaruhi perilaku; mereka adalah gambaran bagaimana kecenderungan orang-orang untuk mencoba, betapa banyak usaha yang mereka rencanakan untuk dilakukan. Sebagai aturan general, semakin kuat niat untuk berinteraksi dalam suatu perilaku, semakin besar kemungkinan untuk dilakukan.

Ajzen menyebutkan bahwa banyak variabel tambahan juga dapat berhubungan atau mempengaruhi keyakinan yang dimiliki seseorang, misalnya umur, pendidikan, jenis kelamin, kebangsaan, status ekonomi, etnis, kebangsaan, kepribadian, agama, emosi, keanggotaan, suasana hati, sikap, dan nilai secara luas,

intelegensi, anggota kelompok tertentu, pengalaman masa lampau, paparan informasi, dukungan sosial, kompetensi coping dan lain-lain.

Unsur-unsur yang melatarbelakangi kemudian diklasifikasikan menjadi kategori personal, sosial, dan informasi. Faktor-faktor tersebut bukan termasuk bagian dari *planned behaviour* tetapi dapat diubah dengan mencari tahu faktor-faktor sederhana yang berlaku dan dengan demikian memperdalam pemahaman tentang faktor-faktor penentu perilaku. Faktor-faktor yang melatarbelakangi tersebut merupakan sikap umum yang mempengaruhi niat dan perilaku tidak secara langsung melalui efeknya pada keyakinan terhadap perilaku, normative atau kontrol perilaku dan pengaruhnya terhadap sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioural control*.

II.1.4. Cara pengukuran intensi

Skala likert berguna untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang issue sosial. Pengukuran intensi dicapai dengan kategori skala likert berikut

Tabel 1 Skor Pengukuran Intensi

Pernyataan Favourable				Pernyataan unfavourable			
SS	S	TS	STS	SS	S	TS	STS
4	3	2	1	1	2	3	4

II.1.5. Manfaat Kesehatan dari Berhenti Merokok

Berhenti merokok adalah salah satu langkah vital yang dapat dilakukan manusia untuk dapat meningkatkan kesehatan mereka. Pernyataan ini berlaku tanpa memandang umur atau lama merokok seseorang. Selain manfaat kesehatan, berhenti merokok dapat mengurangi beban keuangan yang ditimbulkan oleh rokok pada orang yang merokok, sistem perawatan kesehatan, dan masyarakat. Orang yang sudah merokok belasan atau puluhan tahun sekalipun akan memperoleh manfaat dari berhenti merokok. Berhenti merokok menjadi satu-satunya jalan yang dapat ditempuh untuk menjaga anggota keluarga, tems, rekan kerja, dan orang sekitar dari bahaya kesehatan yang terkait dengan asap rokok. Semakin dini seseorang berhenti merokok akan menghasilkan keuntungan kesehatan yang lebih

Qoriatuz Zaituni Fathiani, 2022

HUBUNGAN SIKAP, NORMA SUBEKTIF, DAN PERCEIVED BEHAVIORAL CONTROL TERHADAP INTENSI BERHENTI MEROKOK MAHASISWA UPN VETERAN JAKARTA TAHUN 2022

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

besar, pada usia berapapun. Seiring waktu, individu yang berhenti merokok akan melihat banyak manfaat bagi kesehatan dirinya. Setelah rokok terakhir yang dihisap, tubuh akan memulai serangkaian perubahan positif yang berlanjut selama bertahun-tahun (CDC, 2020).

Tabel 2 Manfaat Kesehatan dari Berhenti Merokok Seiring Waktu

Waktu Setelah Berhenti	Manfaat Kesehatan
Menit	Detak jantung turun
24 jam	Tingkat nikotin dalam darah turun menjadi nol
Beberapa hari	Tingkat karbon monoksida dalam darah turun ke tingkat seperti orang yang tidak merokok
1 hingga 12 bulan	Batuk dan sesak nafas berkurang
1 hingga 2 tahun	Risiko serangan jantung turun tajam
3 hingga 6 tahun	Risiko tambahan penyakit jantung koroner turun setengahnya
5 hingga 10 tahun	<ul style="list-style-type: none"> • Risiko tambahan kanker mulut, tenggorokan, dan kotak suara turun setengahnya • Risiko stroke berkurang
10 tahun	<ul style="list-style-type: none"> • Risiko tambahan kanker paru-paru turun setengahnya setelah 10-15 tahun • Risiko kanker kandung kemih, kerongkongan, dan ginjal menurun
15 tahun	Risiko penyakit jantung koroner turun mendekati risiko seseorang yang tidak merokok
20 tahun	<ul style="list-style-type: none"> • Risiko kanker mulut, tenggorokan, dan kotak suara turun mendekati risiko seseorang yang tidak merokok • Risiko kanker pankreas turun mendekati risiko seseorang yang tidak merokok • Risiko tambahan kanker serviks turun sekitar setengahnya

Sumber: *Centers for Disease Control and Prevention* (2020)

II.2. Aspek Pembentuk Intensi

Menurut Ajzen (2005) intensi dapat didefinisikan melalui konsep perilaku terencana yang dikembangkan dari teori tindakan beralasan (*theory of reasoned action*). Ajzen menunjukkan terdapat tiga komponen intensi yaitu:

a. Attitude toward the behaviours

Sikap pribadi kita terhadap perilaku tertentu. Ini adalah jumlah dari semua pengetahuan, sikap, prasangka, positif dan negatif yang kita pikirkan ketika kita mempertimbangkan perilaku (Brookes, 2021). Terdapat dua aspek di dalamnya, yaitu:

- 1) *Behavioral Beliefs*: Keyakinan yang dipegang individu terhadap suatu perbuatan tertentu yang memotivasi terjadinya perilaku.
- 2) *Evaluation Outcome*: Dampak dari perilaku yang diyakini Individu, berupa positif atau negatif

Hasil penelitian Nurussama & Mutiah (2019) menunjukkan terdapat pengaruh sikap terhadap intensi berhenti merokok secara statistik pada mahasiswa UIN Jakarta. Diketahui behavioral beliefs, evaluation outcome pada mahasiswa UIN Jakarta cenderung tinggi. Beberapa penelitian lain yang membuktikan hubungan sikap dengan intensi berhenti merokok. Remaja dengan niat berhenti merokok yang baik cenderung memiliki sikap dengan kategori cukup terhadap perilaku merokok. Namun mereka tetap merasa minder dan merasa kesal jika tidak merokok. Sebagian besar remaja laki-laki memiliki sikap yang cukup (59%) untuk berhenti merokok (Dewi *et al.*, 2019). Sebagian besar siswa perokok pada salah satu SMK di Kota Semarang memiliki sikap yang mendukung terhadap upaya berhenti merokok (58,6%) (Ida *et al.*, 2020). Remaja di SMA Negeri Kota Bima memiliki 62,6% lebih banyak yang memiliki sikap mendukung perilaku berhenti merokok dibandingkan SMA Swasta (Akmal, Widjanarko and Nugraha, 2017). Kemudian bila variabel sikap mengalami peningkatan, maka akan terjadi peningkatan sebesar 0,190 pada variabel intensi (Pratiwi, 2003)

b. Subjective norm

Ini mempertimbangkan bagaimana kita memandang ide-ide orang lain tentang perilaku tertentu. Bukan apa yang orang lain pikirkan tetapi persepsi kita tentang sikap orang lain (Brookes, 2021). Terdapat dua aspek didalamnya, yaitu:

- 1) *Normative Beliefs*: keyakinan pada ekspektasi dari referensi (orang tua, teman dekat, pasangan, teman kerja, expert/senior) yang mempengaruhi individu dalam melakukan perilaku.
- 2) *Motivation to Comply*: Individu akan melakukan apa yang diharapkan orang atau sekelompok orang yang mempengaruhi perilaku mereka

Peran teman, sahabat, orang sekitar, senior, orang tua, dokter, tenaga pendidik hingga masyarakat umum dapat menjadi prediktor kuat terhadap intensi seseorang untuk berhenti merokok. Adanya hubungan antara norma subjektif dibuktikan oleh beberapa penelitian. pada aspek norma subjektif, sebagian besar responden juga memiliki skor cukup (61,9%) dan menunjukkan bahwa mereka kurang dapat menghargai nasihat orang tua untuk berhenti merokok. Norma subjektif dan intensi berhenti merokok memiliki hubungan kekuatan sedang diantara remaja. Mayoritas remaja mempunyai norma subjektif dalam kategori cukup. Norma subjektif yang cukup terhadap niat untuk berhenti merokok menunjukkan bahwa remaja memiliki empati terhadap lingkungannya, dan nasehat guru serta orang tua (Dewi *et al.*, 2019). Sebesar 55,7% siswa SMK di Kota Semarang mempunyai norma subjektif yang mendukung terhadap niat berhenti merokok (Ida *et al.*, 2020). Intensi dapat dipengaruhi secara signifikan pada alpha 5% oleh norma subjektif, 86,9% intensi dapat dijelaskan oleh norma subjektif. Peningkatan terhadap variabel norma subjektif, akan meningkatkan sebesar 0,351 variabel intensi (Pratiwi, 2003). Diantara determinan intensi, satu-satunya yang memiliki koefisien regresi dan yang paling berkontribusi dalam pembentukan intensi berhenti merokok adalah *subjective norm dan perceived behavioral control*. Artinya perokok akan menghentikan perilakunya untuk menyesuaikan harapan dari *significant person* yang meliputi anak, pasangan, dan teman yang bukan perokok (Isharyanto and Mubarak, 2016). Diketahui *normative beliefs, motivation to comply* cenderung tinggi pada mahasiswa UIN Jakarta (Nurussama and Mutiah, 2019). Hasil pengujian hipotesis pada penelitian Bangkara dkk (2021) menyatakan hanya norma Subjektif dan *Perceived Behavioral Control* variabel yang berkontribusi terhadap niat berhenti merokok.

Hubungan yang bermakna antara norma subjektif remaja terhadap intensi berhenti merokok juga terlihat dalam penelitian Palallo dkk (2019). Namun berdasarkan hasil tabel silang 2x2 bahwa proporsi norma subjektif baik masih jauh lebih sedikit dalam pembentukan intensi merokok yang baik dibandingkan pembentukan intensi kurang. Pada siswa SMA Negeri di Kota Bima 62,1% lebih banyak yang memiliki norma subjektif yang mendukung dibandingkan SMA Swasta (Akmal, Widjanarko and Nugraha, 2017).

c. *Perceived behavior control*

Perceived behavioral control diartikan sejauh mana seseorang percaya dapat mengendalikan perilakunya. Ini tergantung pada persepsi seseorang tentang faktor internal seperti kemampuan dan tekad juga faktor eksternal seperti sumber daya dan dukungan yang tersedia bagi kita. Semakin banyak kontrol yang kita pikir kita miliki atas perilaku kita, semakin kuat niat untuk melakukan perilaku tersebut. Itu juga mempengaruhi perilaku kita secara langsung, jika kita merasa bahwa kita memiliki tingkat kontrol yang tinggi, kita akan berusaha lebih keras dan lebih lama untuk berhasil (Brookes, 2021). *Perceived behavioral control* merupakan kemampuan diri dalam mengontrol perilaku upaya perwujudan perilaku. Terdapat dua aspek di dalamnya, yaitu:

- 1) *Control Beliefs*: keyakinan kontrol individu mengenai besarnya kontrol diri terhadap perilaku dalam menghalangi atau memfasilitasi perilaku yang ingin ditampilkan.
- 2) *Power to Control*: merupakan besarnya peranan individu dalam perwujudan perilaku.

Aspek *perceived behavioural control* menunjukkan kaitannya dengan perilaku berhenti merokok. Hasil penelitian Nurussama & Mutiah (2019) menunjukkan adanya pengaruh antara *perceived behavioral control* terhadap intensi berhenti merokok mahasiswa UIN Jakarta. *Perceived behavioral control* remaja dengan niat berhenti merokok menunjukkan bahwa remaja memiliki kapasitas untuk dapat melewati gejala-gejala berhenti merokok yang mungkin muncul dan masih mempunyai keyakinan

yang baik untuk mempertahankan kesehatan. Hal ini dibuktikan oleh Penelitian Dewi dkk (2019) yang menunjukkan remaja dengan persepsi baik tentang berhenti merokok akan mengarahkan dirinya pada kesehatan dan cakup dalam menghemat uang saku (17,3%). Sedangkan kategori sedang menunjukkan bahwa remaja memiliki persepsi yang kurang tentang bahaya merokok (58,3%). Hasil penelitian ini terdapat hubungan yang kuat antara persepsi dan niat berhenti merokok pada remaja. Hubungan tersebut ada dalam kekuatan sedang, di mana mayoritas remaja mempunyai keyakinan dan niat berhenti merokok dalam tingkat cukup. Sebesar 52,9% siswa perokok di salah satu SMK Kota Semarang memiliki persepsi kontrol perilaku yang kuat terhadap kemudahan dan kesulitan responden dalam berhenti merokok (Ida *et al.*, 2020). Intensi dapat dipengaruhi secara signifikan pada alpha 5% oleh *Perceived Behavioral Control* (PBC). Sebanyak 86,9% intensi dapat dijelaskan oleh *Perceived Behavioral Control* (PBC). Intensi akan mengalami peningkatan sebesar 0,487 seiring dengan peningkatan *Perceived Behavioral Control* (PBC). Berdasarkan nilai dari koefisien beta menunjukkan bahwa niat berhenti merokok siswa SMKN 2 Lamongan lebih dominan dipengaruhi oleh *Perceived Behavioral Control* (PBC) dibandingkan sikap, dan norma subjektif (Pratiwi, 2003). Selain norma subjektif, dari ketiga determinan intensi, kontribusi paling besar terhadap pembentukan intensi berhenti merokok adalah *perceived behaviour control* (Isharyanto and Mubarak, 2016); (Bangkara, Syuryadi and Kuncoro, 2021). Hal ini berarti para perokok mengerti bahwa mereka mampu mengatasi keterbatasan yang muncul atau mempunyai keluasaan untuk berhenti merokok. Remaja di SMA Negeri 60,0% lebih banyak yang mempunyai persepsi kontrol perilaku yang positif dengan niat berhenti merokok dibandingkan remaja di SMA Swasta (Akmal, Widjanarko and Nugraha, 2017).

II.3. Penelitian Terkait

Tabel 3 Penelitian Terkait

No	Judul (Penulis/Tahun)	Metode	Populasi	Hasil
1	Sikap Mempengaruhi Niat Berhenti Merokok pada Remaja SMA di Kota Bima (Akmal, Widjanarko and Nugraha, 2017)	<i>Cross-sectional</i>	siswa SMA kelas 2 merupakan perokok aktif dalam 6 bulan terakhir sebanyak 326 orang	Responden dengan niat yang kuat untuk berhenti merokok hanya 16%. Pengetahuan, sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku berhubungan secara statistik terhadap niat berhenti merokok. Sikap (OR=3,516) adalah variabel dengan pengaruh paling besar terhadap niat berhenti merokok
2	Keinginan Berhenti Merokok pada Pelajar Perokok di SMK Swasta Kota Semarang (Ida et al., 2020)	<i>Cross-sectional</i>	siswa laki-laki perokok aktif kelas X dan kelas XI yang berjumlah 72 siswa.	Sebanyak 60,0% responden mempunyai niat berhenti merokok. Semua variabel memiliki hubungan signifikan secara statistik terhadap intensi berhenti merokok diantaranya sikap responden, norma Subjektif, persepsi kontrol perilaku ketiganya memiliki <i>p value</i> < 0,05
3	Pengaruh Sikap, Norma Subjektif, dan Perceived Behavioral Control terhadap Intensi Berhenti Merokok (Studi Kasus pada Siswa SMKN 2 Lamongan) (Pratiwi, 2003)	<i>Explanatory research</i>	siswa SMKN 2 Lamongan yang merokok	Intensi secara parsial dan simultan dipengaruhi variabel sikap, norma subjektif, dan <i>Perceived Behavioral Control</i> (PBC). Selain itu, diketahui bahwa variabel dengan pengaruh paling besar terhadap intensi adalah <i>Perceived Behavioral Control</i> (PBC).
4	Pengaruh Sikap, Norma Subjektif, Norma Deskriptif, Perceived Behavioral Control, dan Persepsi Risiko terhadap Intensi Berhenti Merokok pada Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta (Nurussama and Mutiah, 2019)	<i>Cross-sectional</i>	Mahasiswa Strata satu UIN Jakarta, usia 18-25 tahun, dan perokok aktif. Sampel sebanyak 250 mahasiswa	Sebanyak 3 dari 8 variabel intensi berhenti merokok, dipengaruhi oleh <i>behavioral beliefs</i> , <i>control beliefs</i> , dan persepsi resiko. Terdapat pengaruh persepsi risiko sebesar 25,1% terhadap intensi berhenti merokok.
5	<i>Factors Affecting Smoking Cessation Among Adolescents - An Application of Theory of Planned Behavior</i> (Dewi et al., 2019)	<i>Cross-sectional</i>	139 remaja sekolah	Berhenti merokok oleh remaja dipengaruhi oleh banyak faktor. Selain itu, memahami penerapan Theory of Planned Behavior membantu remaja berhenti merokok secara efektif
6	<i>Factors that encourage cigarette consumption among college students: A</i>	<i>Cross-sectional</i>	300 siswa yang memiliki latar	Usia rata-rata mereka mulai merokok adalah 18 tahun. Secara total, 77,08% partisipan merasa tertarik untuk mengalami sensasi baru, dan 10,42% melakukan perilaku tersebut dalam situasi yang

Qoriatuz Zaituni Fathiani, 2022

HUBUNGAN SIKAP, NORMA SUBJEKTIF, DAN PERCEIVED BEHAVIORAL CONTROL TERHADAP INTENSI BERHENTI MEROKOK MAHASISWA UPN VETERAN JAKARTA TAHUN 2022

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

theory of planned behavior perspective (Arias, Hernandez and Piedrahita, 2021)

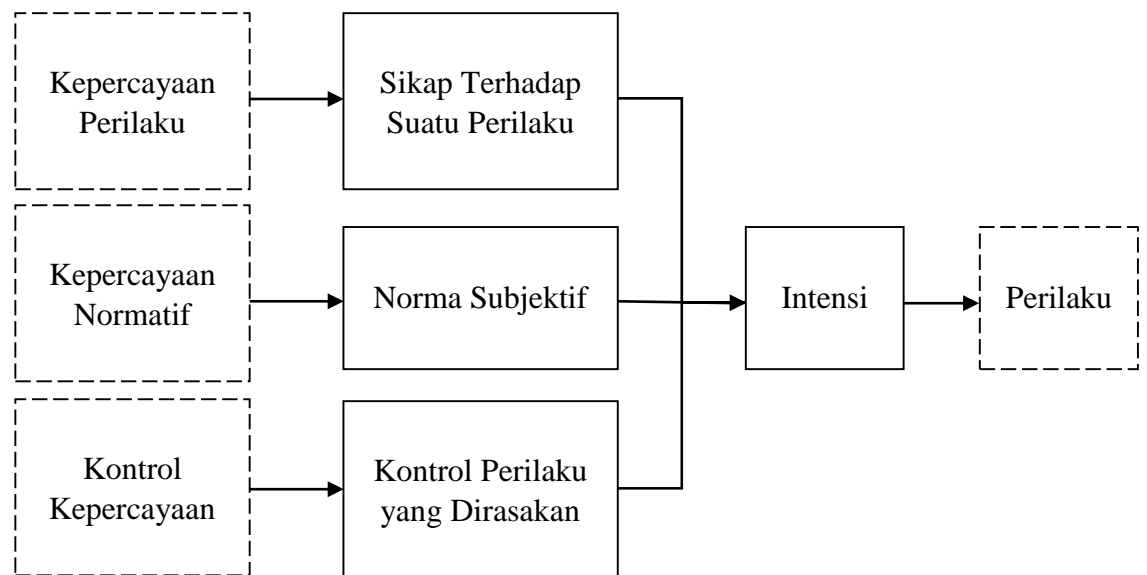
belakang pendidikan teknis dan profesional di universitas negeri dan swasta di Medellin.

menimbulkan kecemasan. Sebagian besar surveyor (74%) mulai mengkonsumsi rokok karena penasaran dan hanya 11% yang melakukannya karena alasan eksternal seperti teman sebaya atau tekanan keluarga. Hal ini menegaskan bahwa sikap terhadap perilaku memiliki pengaruh yang signifikan, tidak hanya pada niat perilaku, tetapi juga pada perilaku umum individu. Selain itu, sebagian besar partisipan (57%) setuju bahwa tidak ada satu faktor pun yang memotivasi mereka untuk merokok dan hanya 30% yang menjawab bahwa mereka melakukannya saat gugup. Demikian pula, 37% mengonsumsi zat tersebut saat stres, 38% saat berkumpul dengan teman, 24% saat dingin, dan 45% saat minum bir. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi rokok tidak tergantung pada praktik budaya seperti pada keinginan individu untuk melakukan perilaku tersebut

- | | | | | |
|---|---|-----------------------|---|--|
| 7 | Kontribusi <i>Attitude Toward Behaviour, Subjective Norm Dan Perceived Behavior Control</i> Terhadap Intensi Berhenti Merokok Pada Komunitas Jantung Sehat P2TEL Bandung (Isharyanto and Mubarak, 2016) | penelitian kontribusi | 42 perokok di komunitas jantung sehat P2TEL | Sebanyak 80,7% responden mempunyai intensi kuat untuk berhenti merokok. Sikap, persepsi terhadap kontrol perilaku, dan norma subjektif (0,287) mempengaruhi kuat dan lemahnya intensi. Determinan persepsi terhadap kontrol perilaku (0,518) adalah yang paling mempengaruhi di antara variabel lainnya. |
|---|---|-----------------------|---|--|
-

II.4. Kerangka Teori


Berikut ini adalah penggunaan *Theory of planned behavior* (TPB) yang dipopulerkan oleh Icek Ajzen (2005). Konsep ini menjelaskan perilaku individu sebagai hasil daripada niat, yang pada gilirannya dimotivasi dengan bantuan sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku yang dirasakan. Perilaku berhenti merokok bukan merupakan perilaku yang serta merta, karena seseorang yang ingin berhenti merokok, terutama didasarkan pada niat untuk melakukannya. Hal ini sesuai dengan gagasan TPB, karena teori ini mengatakan bahwa perbuatan terjadi karena faktor niat (*intention*).




Sumber: Ajzen (1991 dikutip dalam Mahyarni, 2013)

Gambar 2 Kerangka Teori

Keterangan:

 : Variabel yang diteliti

 : Variabel yang tidak diteliti