

Hubungan Sikap, Norma Subjektif, dan Persepsi Kontrol Perilaku Terhadap Intensi Berhenti Merokok Pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta Tahun 2022

Qoriatuz Zaituni Fathiani

Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Background: Perilaku merokok sudah menjadi permasalahan global termasuk di Indonesia. Kandungan di dalam rokok dapat memberikan efek negatif jangka pendek maupun jangka panjang bagi yang mengkonsumsinya. Untuk mengurangi jumlah perokok dan konsumsi rokok maka harus berhenti merokok. Melalui konsep dan model *The Theory of Planned Behavior* dapat diketahui bagaimana kecenderungan individu berhenti merokok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioural control* terhadap intensi berhenti merokok mahasiswa UPN Veteran Jakarta.

Methods: Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa UPN Veteran Jakarta dengan besar sampel 156 mahasiswa yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan *Chi-Square* dan regresi logistik berganda.

Result: Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 89 (57,1%) mahasiswa memiliki intensi kuat. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioral control* memiliki pengaruh terhadap intensi berhenti merokok dengan determinan yang memiliki pengaruh paling besar adalah sikap dengan nilai $POR = 5,731$ (95% $CI=2,366-13,882$).

Conclusion: Remaja yang memiliki sikap positif cenderung lebih mungkin untuk berhenti merokok. Keinginan mahasiswa untuk berhenti merokok didasari oleh penilaian mahasiswa bahwa berhenti merokok itu baik dan memberikan hal baik bagi dirinya.

Keywords: Berhenti Merokok, Mahasiswa, Intensi

Relationship Of Attitude, Subjective Norms, And Perceived Behavioral Control Towards Intention To Quit Smoking Among UPN Veterans Jakarta College Students In 2022

Background: Smoking behavior has become a global problem including Indonesia. The content in cigarettes can have short-term and long-term negative effects for those who consume them. It is obliged to stop smoking in order to reduce the number of smokers and cigarette consumption. Through the concepts and models of The Theory of Planned Behavior, it can be seen how individuals tend to quit smoking. This study aims to determine the relationship between attitudes, subjective norms, and perceived behavioral control to the smoking cessation intention of UPN Veterans Jakarta students.

Methods: This study used cross-sectional. The population in this study were all UPN Veteran Jakarta students with 156 respondents taken by using purposive sampling technique. Data analysed using Chi-Square and multiple logistic regression.

Result: The results of the multivariate analysis showed that attitudes, subjective norms, and perceived behavioral control had an influence on the intention to quit smoking with the determinant having the greatest effect being attitude with a POR value = 5.731 (95% CI = 2.366–13.882).

Conclusion: In conclusion, adolescents who have positive attitudes tend to be more likely to quit smoking. The student's desire to quit smoking is based on the student's assessment that quitting smoking is good and provides good things for him.

Keywords: Intention, Students, Quit Smoking

Correspondence Address:

E-mail: (qoriatuzzaituni@upnvj.ac.id)

Mobile Number: (081310211007)

INTRODUCTION

Menurut *The Tobacco Atlas 6th edition* secara global, 942 juta pria dan 175 juta wanita berusia 15 tahun atau lebih adalah perokok saat ini. Indonesia telah membuat kemajuan dalam pengendalian tembakau dalam beberapa tahun terakhir. Namun, orang-orang terus mati, menjadi sakit, dan biaya bagi masyarakat dari penggunaan tembakau terus meningkat. Setiap tahun, lebih dari 290.400 penduduknya meninggal karena penyakit yang disebabkan oleh tembakau. Namun, lebih dari 469.000 anak (10-14 tahun) dan 64 juta orang dewasa (15+ tahun) terus menggunakan tembakau setiap hari.¹ Meskipun terjadi penurunan prevalensi, namun Indonesia masih masuk dalam 10 terbesar perokok usia dewasa di seluruh dunia.² Peta dunia berdasarkan *Global Burden of Disease and Institute for Health Metrics and Evaluation* menunjukkan perkiraan Beban Penyakit Global di Indonesia terjadi peningkatan sebesar 28% dari tahun 1990 dari kematian akibat kanker yang dapat dikaitkan dengan merokok. Sehingga pada tahun 2019 prevalensi kematian akibat kanker yang dapat dikaitkan dengan merokok sebesar 16,11%.³ Prevalensi perokok di Provinsi DKI Jakarta pada masa pandemi Covid-19 sebesar 38,5% pada usia ≥ 18 tahun dan 16,7% pada usia < 18 tahun.⁴

Penggunaan tembakau dapat menyebabkan ketergantungan tembakau dan masalah kesehatan yang serius. Merokok dapat menyebabkan efek jangka panjang dan jangka pendek. Dari segi efek jangka pendek, merokok dapat menyebabkan bau tidak sedap pada rambut dan pakaian, mengurangi suplai oksigen ke otak dan paru-paru, serta meningkatkan tekanan darah. Dalam jangka panjang dapat menyebabkan kematian akibat penyakit kardiovaskular, infeksi saluran pernapasan, penyakit paru obstruktif, dan kanker paru-paru, mulut, tenggorokan, lambung, pankreas, usus besar, ginjal, kandung kemih, prostat, leher rahim, dan payudara.⁵ Sayangnya, masih banyak orang yang memiliki kebiasaan buruk yaitu merokok yang berdampak pada diri sendiri dan orang di sekitarnya. Berhenti merokok sangat mengurangi risiko mengembangkan penyakit yang berhubungan dengan merokok.

Namun, berhenti merokok bukanlah hal yang mudah. Nikotin adalah obat adiktif utama dalam tembakau yang membuat berhenti merokok begitu sulit. Di dalam otak, nikotin

memicu pelepasan bahan kimia kemudian merangsang bagian otak berulang kali. Seiring waktu, nikotin mengubah cara kerja otak dan membuatnya tampak seperti kita membutuhkan nikotin hanya untuk merasa baik-baik saja. Ketika berhenti merokok, otak menjadi mudah tersinggung. Akibatnya, muncul rasa cemas atau kesal, kesulitan berkonsentrasi atau tidur. Hal ini yang kemudian memberikan dorongan kuat untuk merokok. Perasaan ini disebut penarikan. Namun dengan berhenti merokok, setelah beberapa minggu keadaan akan menjadi lebih baik karena otak terbiasa tidak merasakan nikotin. Selain itu, ketika berhenti merokok, mungkin sulit untuk melakukan rutinitas sehari-hari yang terbiasa ada rokok menjadi tanpa rokok, seperti istirahat, minum secangkir kopi, menyelesaikan makan, berbicara dengan teman, atau menggunakan telepon. Ini disebut pemicu. Perasaan juga bisa memicu keinginan untuk merokok. Orang bisa mendapatkan dorongan ketika mereka mulai merasa stres atau sedih, atau bahkan ketika merasa senang atau santai.⁶

Pada tahun 2015, *Centers for Disease Control and Prevention* melaporkan terdapat 22,7 juta perokok dewasa (68,0%) menyatakan ingin berhenti merokok. Pada tahun 2018, terdapat 21,5 juta (55,1%) perokok dewasa mengatakan bahwa mereka telah melakukan upaya berhenti dalam setahun terakhir. Pada tahun 2018, setidaknya ada 7,5% perokok dewasa (2,9 juta) berhasil berhenti merokok dalam satu tahun terakhir. Sehingga di tahun 2018, sebanyak 61,7% perokok dewasa (55,0 juta orang dewasa) yang pernah merokok tercatat telah berhenti merokok.⁷ Penelitian sebelumnya terkait intensi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta menunjukkan bahwa intensi berhenti merokok pada mahasiswa cenderung rendah meskipun sikap dan norma subjektif cenderung tinggi. Intensi hanya dipengaruhi 35,7% oleh variabel bebas. Sebagian besar responden (49,2%) mengkonsumsi 5-14 batang/hari. Usia tidak berpengaruh secara signifikan terhadap intensi seseorang dalam berhenti merokok, namun jumlah konsumsi batang rokok per harinya berpengaruh secara signifikan terhadap intensi seseorang dalam berhenti merokok.⁸ Sementara, di UPN Veteran Jakarta, dari 223 mahasiswa di Fakultas Hukum dan Teknik UPN Veteran Jakarta, terdapat terdapat 89 (39,9%) mahasiswa yang merokok. Mayoritas

mahasiswa yang merokok adalah laki-laki 48,4% di Fakultas Teknik, 61,5% di Fakultas Hukum. Para perokok tersebut sebagian besar merokok di mana saja (25,2%). Sebagian besar responden merokok setiap hari (57,8%) dengan konsumsi rokok perhari mencapai 5-14 batang perhari (50,9%). Sebagian besar mahasiswa Fakultas Teknik dan Fakultas Hukum memiliki intensi berhenti merokok sebesar 84,9%⁹. Namun, belum diketahui faktor yang membentuk intensi tersebut di UPN Veteran Jakarta.

Perilaku merokok sudah menjadi sesuatu yang adiktif, tidak hanya orang yang tidak berpendidikan yang mengkonsumsi rokok bahkan di perguruan tinggi pengkonsumsinya adalah mahasiswa yang merupakan cerminan seseorang yang terpelajar atau terdidik meskipun sudah ada peraturan terkait larangan merokok di setiap perguruan tinggi. Pimpinan Universitas telah mengambil langkah pengendalian dan pencegahan konsumsi rokok dengan dibentuknya Peraturan Rektor No. 11 Tahun 2019 yang merupakan cara efisien untuk mengurangi konsumsi rokok dengan membatasi perilaku merokok di lingkungan UPN Veteran Jakarta. Namun, upaya lain yang tak kalah penting adalah bagaimana menumbuhkan kesadaran agar mahasiswa yang merokok berhenti merokok yang diawali oleh niat atau kehendak mahasiswa dalam memutuskan apakah perilaku tersebut akan diwujudkan atau tidak

Ada beberapa pendekatan yang dapat dipakai untuk membantu usaha agar dapat berhenti merokok, tetapi, yang terpenting adalah faktor kemauan yang kuat dari si perokok untuk berhenti merokok. Dalam ilmu psikologi, kemauan yang kuat untuk melakukan suatu tingkah laku dapat dilihat dari intensinya untuk melakukan suatu tingkah laku. Intensi untuk melakukan suatu tingkah laku menurut Ajzen (2005) dalam *theory of planned behavior* dapat digunakan untuk meramalkan seberapa kuat keinginan individu untuk menampilkan dan seberapa banyak usaha yang direncanakan atau dilakukan individu untuk menampilkan suatu tingkah laku.¹⁰ Tingkah laku yang dimaksud dalam hal ini adalah perilaku berhenti merokok. Niat berfungsi sebagai indikasi keinginan seseorang sebelum melakukan sesuatu atau mencoba sesuatu dan seberapa besar usaha yang dilakukan untuk

berhenti merokok. Semakin kuat niat seseorang untuk berhenti merokok, semakin besar kemungkinan dia akan memmanifestasikan perilakunya.¹¹

Teori ini menyatakan bahwa intensi ditentukan oleh tiga hal yaitu sikap terhadap tingkah laku, norma subyektif, dan persepsi individu mengenai kontrol yang ia miliki untuk memunculkan tingkah laku (*perceived behavioral control*). Oleh karena itu, dilakukan penelitian terkait intensi sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioral control* terhadap intensi berhenti merokok mahasiswa UPN Veteran Jakarta..

METHOD

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian observasional analitik menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif UPN Veteran Jakarta yang tersebar di tujuh Fakultas. Sampel minimal berjumlah 154 dengan tingkat kesalahan 5% dan kekuatan uji 95% yang diambil dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi diantaranya mahasiswa aktif UPN Veteran Jakarta, baik laki-laki ataupun perempuan, pernah merasakan kuliah luring atau setidaknya pernah datang ke kampus untuk kegiatan luring baik akademik maupun non-akademik dan merupakan perokok aktif minimal 6 bulan. Penelitian ini menggunakan data primer yang dikumpulkan dengan kuesioner secara *online* yang diisi oleh responden secara langsung melalui *google form* yang terdiri dari 4 bagian. Data yang dikumpulkan peneliti berupa karakteristik responden, sikap, norma subjektif, *perceived behavioural control*, dan intensi berhenti merokok yang disusun berdasarkan pengembangan *Theory of Planned Behavior* dari Ajzen dan disesuaikan dengan konteks mahasiswa perokok untuk berhenti merokok. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan berlandaskan persetujuan oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) UPN Veteran Jakarta dengan nomor: 322/VI/2022/KEPK. Data yang diperoleh diolah dan dianalisis berupa analisis univariat, bivariat dengan uji *chi square*, dan multivariat dengan uji regresi logistik berganda.

RESULT

Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 97 (62,2 %) mahasiswa pernah merokok di

Variabel	Frekuensi (n=156)	Persentase (%)
Angkatan		
2018	83	53,2
2019	64	41,0
2020	9	5,8
Fakultas		
Teknik	61	39,1
Ekonomi dan Bisnis	33	21,2
Ilmu Sosial dan Politik	29	18,6
Ilmu Komputer	18	11,5
Kedokteran	6	3,8
Hukum	5	3,2
Ilmu Kesehatan	4	2,6
Merokok di Lingkungan Kampus		
Pernah	97	62,2
Tidak Pernah	59	37,8
Usaha Berhenti Merokok		
Pernah mencoba dan berhasil	56	35,9
Pernah mencoba namun belum berhasil	100	64,1
Mengetahui Peraturan Rektor		
Ya	86	55,1
Tidak	70	44,9
Keluarga Merokok		
Ya	82	52,6
Tidak	74	47,4
Usia Pertama Merokok		
< 18 tahun	112	71,8
≥ 18 tahun	44	28,2
Lama Merokok		
≤ 2 tahun	121	77,6
> 2 tahun	35	22,4
Total	156	100,0

Table 1. Gambaran Karakteristik Perokok Mahasiswa UPN Veteran Jakarta

Tabel 1 menunjukkan hasil analisis univariat karakteristik mahasiswa perokok di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta yang menjelaskan bahwa mayoritas merupakan angkatan 2018 sebanyak 83 (53,2%), mahasiswa fakultas teknik sebanyak 61 (39,1%). Sebanyak 100 (64,1 %) mahasiswa pernah mencoba berhenti merokok namun belum berhasil. Sebanyak 82 (52,6%) mempunyai satu atau lebih anggota keluarga yang merokok. Usia pertama kali mencoba rokok sebanyak 112 (71,8%) diawali sebelum

berusia 18 tahun dan menjadi perokok aktif rata-rata hingga 2 tahun lamanya.

Variabel	Frekuensi (n=156)	Persentase (%)
Intensi		
Kuat	89	57,1
Lemah	67	42,9
Sikap		
Positif	69	44,2
Negatif	87	55,8

Norma Subjektif		
Mendukung	80	51,3
Tidak Mendukung	76	48,7
Perceived Behavioral Control		
Kuat	56	35,9
Lemah	100	64,1
Total	156	100,0

Table 2. Distribusi dan Frekuensi Intensi Berhenti Merokok

Tabel 2 menunjukkan hasil bahwa dari 156 mahasiswa sebanyak 89 (57,1%) mahasiswa memiliki intensi kuat, 69 (44,2%) mahasiswa memiliki sikap positif, sebanyak 80 (51,3%) mahasiswa memiliki norma subjektif yang mendukung, dan sebanyak 56 (35,9%) memiliki persepsi yang kuat mengenai kontrol perilaku.

Variabel	Intensi Berhenti Merokok				Jumlah		P value	POR
	Kuat		Lemah		n	%		
	n	%	n	%				
Sikap								
Positif	58	84,1	11	15,9	69	100	0,000	9,525
Negatif	31	35,6	56	64,4	87	100		
Norma Subjektif								
Mendukung	61	76,3	19	23,8	80	100	0,000	5,504
Tidak Mendukung	28	36,8	48	63,2	76	100		
Perceived Behavioral Control								
Kuat	36	64,3	20	35,7	56	100	0,231	1,596
Lemah	53	53,0	47	47,0	100	100		

Table 3. Hubungan Sikap, Norma Subjektif, dan Perceived Behavioral Control Terhadap Intensi Berhenti Merokok Mahasiswa UPN Veteran Jakarta

Tabel 3 menunjukkan adanya hubungan antara sikap dan norma subjektif terhadap intensi berhenti merokok dan tidak terdapat hubungan antara *perceived behavioural control* terhadap intensi berhenti merokok mahasiswa UPN Veteran Jakarta. Hasil tabulasi silang menunjukkan dari 69 mahasiswa dengan sikap positif 58 (84,1%) diantaranya memiliki intensi berhenti merokok yang kuat. Dari 80 mahasiswa dengan norma subjektif yang mendukung 61 (76,3%) diantaranya memiliki intensi berhenti merokok yang kuat

Variabel	B	P value	POR	95% CI Interval	
				Lower	Upper
Sikap	1,746	0,000	5,731	2,366	13,882
Norma Subjektif	1,107	0,042	3,026	1,039	8,815
Perceived Behavioral Control	-0,340	0,512	0,712	0,258	1,963

Table 4. Analisis Multivariat

Tabel 4 dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan kontrol confounding, dari keseluruhan variabel independen yang diduga mempengaruhi intensi berhenti merokok mahasiswa UPN Veteran Jakarta adalah sikap dengan p value 0,000 dengan nilai POR 5,731 dan norma subjektif dengan p value 0,042 dengan nilai POR 5,731. Variabel yang memiliki pengaruh paling besar adalah sikap artinya sikap mahasiswa terhadap rokok

mempunyai intensi 5,7 kali lebih besar untuk berhenti merokok. Ketiga dimensi intensi berhenti merokok yaitu sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku memberikan pengaruh sebesar 33.1% bagi perubahan variabel intensi berhenti merokok. Selanjutnya, sebesar 66.9% variabel intensi berhenti merokok dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar atau variabel yang tidak diteliti.

DISCUSSION

Pada penelitian ini, dari 156 mahasiswa UPN Veteran Jakarta yang merokok 57,1% diantaranya memiliki niat yang kuat untuk berhenti merokok. Menghentikan perilaku merokok bukanlah usaha yang mudah. Untuk memulai berhenti merokok harus diawali oleh niat yang kuat dari individu. Niat berhenti merokok dikatakan sebagai kebulatan tekad yang muncul secara sadar dari individu untuk mulai membiasakan tidak merokok. Atmojo (2017) menyatakan bahwa upaya berhenti merokok bukanlah upaya yang mudah karena kecanduan tembakau merupakan sekelompok fenomena perilaku, kognitif, dan fisiologis.¹²

Hubungan Sikap dengan Intensi Berhenti Merokok

Dalam penelitian dari 156 responden mahasiswa UPN Veteran Jakarta yang merokok 44,2% diantaranya memiliki sikap positif untuk berhenti merokok. Sikap merupakan evaluasi baik atau buruk yang ditentukan berdasarkan keyakinan perilaku yang dilakukan oleh individu.¹³ Sikap berperan besar dalam kehidupan manusia. Pembentukan sikap tidak serta merta terjadi, namun selalu terjadi dalam interaksi manusia, dan diasosiasikan dengan objek-objek tertentu.¹⁴ Sikap Negatif yang masih lebih banyak dibandingkan sikap positif artinya mahasiswa UPN Veteran Jakarta yang merokok masih lebih banyak yang memiliki persepsi bahwa berhenti merokok belum tentu memiliki hasil yang positif dan apabila masih merokok hingga saat ini belum tentu memiliki hasil negatif karena mereka belum merasakan efek langsung dari kebiasaan merokok.

Sikap memiliki pengaruh terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa UPN Veteran Jakarta. Mahasiswa dengan sikap positif meningkatkan intensi mahasiswa untuk berhenti merokok sebanyak 1,746 kali lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang dengan sikap negatif. *Theory of Planned Behavior* menjelaskan sikap manusia tergantung pada hasil sebuah perilaku. Seseorang mungkin bersikap positif jika mereka yakin bahwa perilaku akan berdampak positif jika dilakukan. Hal ini menjelaskan bahwa dalam penelitian ini, sikap merupakan salah satu faktor yang terhadap intensi atau niat responden untuk berhenti merokok.¹⁵

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Akmal dkk (2017) bahwa ada hubungan signifikan antara sikap dan niat berhenti merokok pada siswa SMA di Kota Bima.

Penelitian ini menjelaskan bahwa sikap berperan besar dalam kehidupan, dimana sikap tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan karena adanya interaksi manusia.¹⁴ Hanson (2018) juga menyatakan bahwa ada hubungan langsung antara sikap dan niat untuk tidak merokok. Memiliki keyakinan diri yang positif untuk menolak merokok akan meningkatkan niat untuk tidak merokok.¹⁶ Sedangkan dalam penelitian Bangkara dkk (2021) sikap terhadap perilaku tidak mempunyai peran besar dalam pembentukan niat berhenti merokok.¹⁷

Kegagalan pelarangan merokok bukan disebabkan oleh penolakan perokok tetapi karena kurangnya upaya pemerintah pusat dan daerah dalam mengedukasi masyarakat dan kurangnya penegakan kebijakan.¹⁸ Mahasiswa yang masih merokok di lingkungan universitas, meskipun sudah terdapat larangan merokok di sekitaran UPN Veteran Jakarta yang tertulis dalam Peraturan Rektor No.11 Tahun 2019, bukan berarti mahasiswa menolak aturan tersebut.

Hubungan Norma Subjektif dengan Intensi Berhenti Merokok

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 51,3% norma subjektif mendukung untuk berhenti merokok. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa UPN Veteran Jakarta mayoritas memahami bahwa referensi sosial dapat memberikan dukungan untuk berhenti merokok sehingga memungkinkan individu merasakan tekanan sosial untuk mencoba berhenti merokok. Norma subjektif digambarkan sebagai penilaian seseorang pada tekanan sosial di sekitarnya yang mempengaruhi individu untuk melakukan atau tidak lagi melakukan suatu perbuatan.¹⁴

Norma subjektif mempunyai kekuatan dalam pembentukan intensi berhenti merokok pada mahasiswa UPN Veteran Jakarta. Mahasiswa dengan norma subjektif mendukung meningkatkan intensi mahasiswa untuk berhenti merokok sebanyak 1,107 kali lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang dengan norma subjektif tidak mendukung. Persepsi seseorang terhadap tekanan sosial untuk berhenti merokok dan motivasinya untuk mematuhi tekanan sosial tersebut menentukan niat individu tersebut untuk memunculkan tingkah laku yang dimaksud. Dimana semakin banyak orang memahami bahwa referensi sosial mereka dapat mendukung mereka untuk menunaikan sebuah perilaku maka individu

tersebut akan memperlihatkan perilakunya akibat tekanan sosial yang mereka rasakan.¹⁹

Penelitian ini sejalan dengan Istifaizah (2017) yang menyatakan bahwa tampaknya pertimbangan siswa dalam kritik terhadap manusia di sekitar mereka bersama dengan orang tua, guru, dan teman bisa menjadi sangat penting, berpengaruh dalam mempengaruhi norma subjektif siswa. Begitupun dengan penelitian Isharyanto dan Mubarak (2016) yang dilakukan kepada Komunitas Jantung Sehat P2TEL Bandung, memberikan hasil bahwa *subjective norm* merupakan determinan yang paling berkontribusi maksimal pada pembentukan intensi berhenti merokok setelah *perceived behavioural control*.^{20,21} Pendekatan ini mengartikan bahwa individu yang merokok dapat berhenti merokok untuk menyesuaikan ekspektasi orang-orang seperti anak, pasangan, dan teman yang bukan perokok.

Hubungan antara norma subjektif terhadap intensi berhenti merokok juga ditemukan di penelitian Bangkara dkk (2021) bahwasannya responden dalam penelitian ini lebih peka terhadap lingkungan atau orang-orang di sekitar mereka yang mereka cintai.¹⁷ Sedangkan Hilley *et al.*, (2019) menyiratkan bahwa norma subjektif tidak mempengaruhi intensi seseorang untuk berperilaku tidak merokok.²² Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya dukungan dari lingkungan sosial sekitar yang menyebabkan seseorang menjadi terpengaruh. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa lingkungan sosial (*social referent*) dapat menjadi cerminan bagi individu arah perilakunya.

Hubungan Perceived Behavioral Control dengan Intensi Berhenti Merokok

Penelitian ini menunjukkan sebanyak 64,1% mahasiswa dengan *perceived behavioral control* yang lemah. Lemahnya persepsi kontrol perilaku dalam perilaku berhenti merokok menandakan bahwa mahasiswa lebih banyak merasakan faktor penghambat untuk berhenti merokok dibandingkan faktor pendukung maka individu cenderung mempersepsikan diri sulit untuk berhenti merokok. Mahasiswa belum memiliki keyakinan dan kendali yang baik dalam menghadapi situasi yang menghambat mereka dari berhenti merokok dan belum meyakini hal-hal yang dimiliki yang mendukung untuk berhenti merokok. *Perceived behavioral control* yang dirasakan terutama didasarkan pada apa yang telah dilalui tentang perilakunya di masa lampau, informasi yang

diperoleh merupakan hasil eksplorasi pada apa yang diketahui dan dari orang-orang yang dikenal, juga dari berbagai aspek lainnya yang dapat meningkatkan atau mengurangi perasaan individu tentang seberapa sulit suatu perilaku dilakukan.¹⁴

Hasil penelitian ini menunjukkan *perceived behavioural control* tidak berdampak pada niat berhenti merokok mahasiswa UPN Veteran Jakarta, hanya determinan sikap dan norma subjektif yang memberikan kontribusi terhadap pembentukan intensi berhenti merokok pada mahasiswa perokok di UPN Veteran Jakarta. Kontrol mengacu pada adanya kendala untuk melaksanakan perilaku, yaitu, sejauh mana realisasinya dianggap mudah atau sulit. Hal ini sesuai dalam penelitian Devitarani (2015) kepada mahasiswa perokok di Universitas Padjadjaran, Jatinangor bahwa *attitude toward behavior* dan *subjective norm* adalah faktor pembentuk intensi yang mempengaruhi, tidak dengan *perceived behavioral control*, berarti preferensi mahasiswa perokok di UPN Veteran Jakarta untuk berhenti merokok hanya sebatas pada penilaian bahwa berhenti merokok memberikan hal baik terkhusus untuk diri sendiri serta mahasiswa sadar bahwasannya orang-orang di lingkungannya berharap mereka dapat berhenti merokok, namun keyakinan akan kemampuannya bertahan dari semua batasan yang ada untuk berhenti merokok masih belum kuat.²³ Persepsi kontrol perilaku memiliki dampak yang lebih kecil terhadap niat untuk tidak merokok pada perokok dibandingkan dengan yang bukan perokok.²²

Penelitian ini berlawanan dengan penelitian Pratiwi (2003) yang menunjukkan hasil bahwa sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioural control* berpengaruh besar pada variabel intensi. *Perceived behavioural control* adalah yang paling dominan mempengaruhi niat.²⁴ Sama halnya dengan penelitian pada perokok dewasa di Kota Bandung yang mengatakan bahwa di antara tiga prediktor, persepsi kontrol perilaku memiliki pengaruh paling baik pada intensi berhenti merokok yakni sebesar 44% dibandingkan dengan sikap terhadap perilaku yang memberikan pengaruh sebanyak 16.1%, dan norma subyektif memberikan pengaruh sebanyak 8.9%. Pada perokok di Kota Bandung, persepsi kontrol perilaku adalah prediktor yang sangat penting dalam mempengaruhi intensi berhenti merokok.²⁵

Bahkan penelitian yang dilakukan kepada Komunitas Jantung Sehat P2TEL Bandung, menunjukkan determinan yang berkontribusi maksimal terhadap pembentukan niat berhenti merokok ialah *perceived behavioral control* sebesar 51,8%. Dengan cara ini perokok akan cenderung berhenti merokok agar dapat memenuhi ekspektasi dari *significant person*.²¹ Persepsi kontrol perilaku berpengaruh terhadap perilaku tidak merokok remaja. Remaja dengan persepsi kontrol perilaku yang kuat meningkatkan kemungkinan untuk tidak merokok sebanyak 3,6 unit lebih tinggi dibandingkan remaja dengan persepsi kontrol perilaku yang rendah.¹⁸ Semakin seseorang merasa bahwa unsur-unsur yang membantu mereka lebih banyak dari unsur-unsur penghambat, maka kontrol yang dirasakan atas perilaku tersebut juga lebih besar dan begitu juga sebaliknya.¹⁴

Berdasarkan uraian di atas, kuat tidaknya intensi untuk berhenti merokok tidak selamanya menggunakan kombinasi ketiga faktor penentu intensi, karena kekuatan dari satu faktor saja dapat dijadikan pendukung bagi faktor yang lemah.¹⁹ Sebaliknya, lemahnya intensi untuk berhenti merokok tidak selamanya disebabkan karena pengaruh dari ketiga faktor penentu intensi yang juga lemah.

CONCLUSION

Berdasarkan ketiga variabel pembentuk intensi, dapat disimpulkan bahwa sikap dan norma subjektif memiliki hubungan dengan intensi mahasiswa untuk berhenti merokok. Faktor yang paling berpengaruh terhadap intensi berhenti merokok mahasiswa UPN Veteran Jakarta adalah variabel sikap dengan (p value = 0,000; POR = 5,731).

REFERENCES

1. Drope J, Schluger NW. The Tobacco Atlas 6th Edition [Internet]. Atlanta; 2018. Available from: https://tobaccoatlas.org/wp-content/uploads/2018/03/TobaccoAtlas_6thEdition_LoRes_Rev0318.pdf
2. World Bank. Prevalence Of Current Tobacco Use (% Of Adults) [Internet]. Global Health Observatory Data Repository - World Health Organization. 2021 [cited 2022 Mar 27]. Available from: <https://datacatalog.worldbank.org/datasets/world-development-indicators>
3. Global Burden of Disease, Institute for Health Metrics and Evaluation. Deaths - Cause: Neoplasms - Risk: Smoking - Owid - Sex: Both - Age: Age-Standardized (Percent) [Internet]. Institute for Health Metrics and Evaluation. 2022. Available from: <https://ghdx.healthdata.org/gbd-results-tool>
4. Ginawang A. Analisis Determinan Perilaku Merokok Remaja (10-24 Tahun) Pada Masa Pandemi Covid-19 di DKI Jakarta Tahun 2021. UPN Veteran Jakarta; 2021.
5. Kementerian Kesehatan. Pedoman pengembangan kawasan tanpa rokok. Jakarta: Pusat Promosi Kesehatan Kementerian Kesehatan; 2011.
6. Centers Disease of Control Prevention. Why Quitting Smoking Is Hard [Internet]. CDC. 2022 [cited 2022 Jul 8]. Available from: <https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/quit-smoking/quit-smoking-medications/why-quitting-smoking-is-hard/index.html#not-having-nicotine-around>
7. CDC. Smoking Cessation: Fast Facts [Internet]. National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. 2022. Available from: https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/fact_sheets/cessation/smoking-cessation-fast-facts/index.html
8. Nurussama K, Mutiah D. Pengaruh Sikap , Norma Subjektif , Norma Deskriptif , Perceived Behavioral Control , dan Persepsi Risiko terhadap Intensi Berhenti Merokok pada Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. J Psychol [Internet]. 2019; Available from: https://www.researchgate.net/publication/339127255_Pengaruh_Sikap_Norma_Subjektif_Norma_Deskriptif_Perceived_Behavioral_Control_dan_Persepsi_Risiko_terhadap_Intensi_Berhenti_Merokok_pada_Mahasiswa_UIN_Syarif_Hidayatullah_Jakarta
9. Chaniago U. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Fakultas Hukum, Dan Fakultas Teknik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Tahun 2019. UPN Veteran Jakarta;

- 2019.
10. Ajzen I. Attitudes, Personality, And Behavior. Second Edi. New York: Open University Press; 2005.
 11. LaMorte WW. Behavioral Change Model [Internet]. Boston University School of Public Health. 2019. Available from: <https://sphweb.bumc.bu.edu/otlt/mph-modules/sb/behavioralchangetheories/>
 12. Atmodjo JT, Soemanto R, Murti B. Determinants of Successful Smoking Cessation in Surakarta. *J Heal Promot Behav.* 2017;02(04):332–44.
 13. Ajzen I. The theory of planned behavior [Internet]. 2005. Available from: <https://people.umass.edu/~aizen/>
 14. Akmal D, Widjanarko B, Nugraha P. Sikap Mempengaruhi Niat Berhenti Merokok pada Remaja SMA di Kota Bima. *J Promosi Kesehat Indones.* 2017;12(1):78–91.
 15. Taylor SE. *Health Psychology*. Tenth Edit. Los Angeles: Mc Graw Hill Education; 2018. 1–444 p.
 16. Hanson MJS. Attitudes and Perceptions about cigarette smoking among nonsmoking high school students. *J Am Assoc Nurse Pr.* 2018;30(2):60–3.
 17. Bangkara BMASA, Syuryadi M, Kuncoro WA. Implementation of the Theory of Planned Behavior as a Predictor of People’s Intention to Quit Smoking. *J Manag Decis Sci [Internet].* 2021;24(1):1–16. Available from: <https://www.abacademies.org/articles/implementation-of-the-theory-of-planned-behavior-as-a-predictor-of-peoples-intention-to-quit-smoking.pdf>
 18. Agustin RN, Sulaeman ES, Prasetya H. Contextual Effect of School and Other Determinants of Non Smoking Behavior among High School Students in Bantul, Yogyakarta: A Multilevel Analysis. *J Heal Promot Behav [Internet].* 2019;4(4):274–86. Available from: <http://thejhpb.com/index.php?journal=thejhpb&page=article&op=view&path%5B%5D=225>
 19. Ajzen I. From Intentions to Actions: A Theory of Planned Behavior. In: *Action control From Cognition to Behavior [Internet].* Berlin: Springer Berlin Heidelberg; 1985. p. 11–39. Available from: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-642-69746-3_2
 20. Istifaizah N. Hubungan Antara Sikap, Norma Subyektif, Persepsi dan Self Efficacy dengan Intensi Berhenti Merokok Pada Remaja Putra di SMK PGRI Sukodadi [Internet]. Universitas Airlangga; 2017. Available from: https://repository.unair.ac.id/76613/2/KKC_KK_FKP.N.191-18_Ist_hSKRIPSI.pdf
 21. Isharyanto SR, Mubarak A. Kontribusi Attitude Toward Behaviour, Subjective Norm Dan Perceived Behavior Control Terhadap Intensi Berhenti Merokok Pada Komunitas Jantung Sehat P2TEL Bandung. *Pros Psikol [Internet].* 2016;2(1):197–200. Available from: <http://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/2864>
 22. Hilley C, Johnson SL, Royce S, McGough FM. Understanding factors related to nonsmoking intention among college students. *J am Coll Heal.* 2019;67(6):523–30.
 23. Devitarani L. Intensi Berhenti Merokok Pada Mahasiswa Perokok di Universitas Padjadjaran, Jatinangor. *Handb Theor Soc Psychol Vol 1.* 2015;438–59.
 24. Pratiwi SD. Pengaruh Sikap, Norma Subjektif, dan Perceived Behavioral Control terhadap Intensi Berhenti Merokok (Studi Kasus pada Siswa SMKN 2 Lamongan). *J Ilm Mhs FEB [Internet].* 2003;3(1). Available from: <https://jimfeb.ub.ac.id/index.php/jimfeb/article/view/1603>
 25. Syaputra ZM, Coralia F. Pengaruh Ketiga Prediktor dalam Theory of Planned Behavior terhadap Intensi Berhenti Merokok pada Perokok Dewasa. *Bandung Conf Ser Psychol Sci.* 2022;2(1):341–8.