

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Masa remaja adalah masa tumbuh dan berkembang dimana terjadi perubahan kualitatif secara fisik dan psikis. Masa remaja disebut sebagai masa kritis karena pada masa ini remaja banyak mengalami konflik. Perubahan-perubahan pesat yang terjadi pada masa remaja menimbulkan keraguan, perasaan tidak mampu, tidak aman dan dalam banyak kasus mengakibatkan perilaku yang kurang baik. Remaja sudah tidak lagi dapat dikatakan sebagai kanak-kanak, namun masih belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa. Mereka sedang mencari pola hidup yang paling sesuai bagi dirinya. Saat ini banyak manusia yang melakukan kebiasaan atau pola hidup tidak sehat. Hardinge (2001) mengemukakan bahwa salah satu kebiasaan atau pola hidup tidak sehat tersebut adalah merokok. Dalam agama islam, perilaku merokok dikenal sebagai perbuatan mubazir yang berarti perbuatan yang banyak mendatangkan mudharat atau kerugian. Setiap manusia diseluruh dunia mengetahui bahwa merokok mengganggu kesehatan dan berdampak negatif (Awi, 2011).

Perilaku merokok yang tampak dikalangan remaja saat ini, disamping adanya perubahan dari kehidupan modern, diyakini pula adanya perubahan pada proses perkembangan di dalam diri remaja. Hal ini terbukti dengan pengamatan (peneliti) di kampus terdapat banyak mahasiswa (yang digolongkan sebagai remaja) merokok, khususnya pada mahasiswa intra kampus. Didukung oleh sebuah pernyataan salah satu mahasiswa intra kampus, yang ketika memberikan materi dengan merokok:

“(Tomy, Fakultas Saintek), perasaannya biasa aja, udah kebiasaan. Emang tambah PD (Percaya Diri) dikit kalau sambil ngrokok” (wawancara, 18 April 2015).

Dari fakta tersebut bahwa mahasiswa mempunyai perilaku merokok untuk menunjang rasa percaya diri. Penelitian yang dilakukan Ruth Wetson dengan membandingkan remaja yang tidak merokok, remaja merokok memiliki self esteem lebih rendah dan cenderung melawan orang tua mereka (Family Matters, 1993).

Dari pemaparan di atas timbul kesenjangan antara fakta dan teori. Berdasarkan latar belakang, penulis ingin meneliti tentang “Pengaruh Perilaku Merokok Terhadap Mahasiswa Yang Mengikuti Organisasi Intra Kampus UIN Maliki Malang”.

Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat perilaku merokok pada mahasiswa yang mengikuti organisasi intra kampus UIN MALIKI Malang?
2. Bagaimana tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengikuti organisasi intra kampus UIN MALIKI Malang?
3. Bagaimana pengaruh perilaku merokok terhadap kepercayaan diri mahasiswa yang mengikuti organisasi intra kampus UIN MALIKI Malang?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat perilaku merokok pada mahasiswa yang mengikuti organisasi intra kampus UIN MALIKI Malang
2. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengikuti organisasi intra kampus UIN Maliki Malang
3. Untuk mengetahui pengaruh perilaku merokok terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengikuti organisasi intra kampus UIN MALIKI Malang

Mafaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan yang berarti bagi khasanah perkembangan ilmu psikologi. Khususnya psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada peneliti selanjutnya, yang ingin meneliti tentang perilaku merokok terhadap kepercayaan diri mahasiswa.

KAJIAN TEORI

A. Perilaku Merokok

1. Pengertian Perilaku Merokok

Perilaku merokok adalah aktivitas seseorang yang merupakan respons orang tersebut terhadap rangsangan dari luar yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk merokok dan dapat diamati secara langsung. Sedangkan menurut Istiqomah merokok adalah membakar tembakau kemudian dihisap, baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa. Temperatur sebatang rokok yang tengah dibakar adalah 90 derajat Celcius untuk ujung rokok yang dibakar, dan 30 derajat Celcius untuk ujung rokok yang terselip di antara bibir perokok (Istiqomah, 2003).

Munculnya perilaku dari organisme ini dipengaruhi oleh faktor stimulus yang diterima, baik stimulus internal maupun stimulus eksternal. Seperti halnya perilaku lain, perilaku merokok pun muncul karena adanya faktor internal (faktor biologis dan faktor psikologis, seperti perilaku merokok dilakukan untuk

mengurangi stres) dan faktor eksternal (faktor lingkungan sosial, seperti terpengaruh oleh teman sebaya). Sari dkk (2003)

2. Aspek – Aspek Perilaku Merokok

Aspek-aspek perilaku merokok menurut Aritonang (dalam Nasution, 2007), yaitu :

1) Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari

Fungsi merokok ditunjukkan dengan perasaan yang dialami si perokok, seperti perasaan yang positif maupun perasaan negatif.

2) Intensitas merokok

Smet (1994) mengklasifikasikan perokok berdasarkan banyaknya rokok yang dihisap, yaitu :

- a. Perokok berat yang menghisap lebih dari 15 batang rokok dalam sehari.
- b. Perokok sedang yang menghisap 5-14 batang rokok dalam sehari.
- c. Perokok ringan yang menghisap 1-4 batang rokok dalam sehari

3) Tempat merokok

Tipe perokok berdasarkan tempat ada dua (Mu'tadin, 2002 dalam Poltekkes Depkes Jakarta I, 2012) yaitu :

a) Merokok di tempat-tempat umum / ruang publik

1. Kelompok homogen (sama-sama perokok)

Mereka menikmati kebiasaan merokok secara bergerombol. Umumnya mereka masih menghargai orang lain, karena itu mereka menempatkan diri di area merokok (*smoking area*).

2. Kelompok yang heterogen

Kelompok ini biasanya merokok di antara orang lain yang tidak merokok, anak kecil, orang jompo, orang sakit, dan lain-lain. Mereka yang berani merokok di tempat tersebut tergolong sebagai orang yang tidak berperasaan, tidak mempunyai tata krama, bertindak kurang terpuji dan kurang sopan, dan secara tidak langsung mereka tega menyebarkan “racun” kepada orang lain yang tidak bersalah.

b) Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi

1. Kantor atau di kamar tidur pribadi.

Mereka yang memilih tempat – tempat seperti ini yang sebagai tempat merokok digolongkan kepada individu yang kurang menjaga kebersihan diri, penuh rasa gelisah yang mencekam.

2. Toilet.

Perokok jenis ini dapat digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi (Mu'tadin, 2002).

4) Waktu merokok

Perilaku merokok dipengaruhi oleh keadaan yang dialaminya pada saat itu, misalnya ketika sedang berkumpul dengan teman, cuaca yang dingin, setelah dimarahi orang tua, dll.

Ada tiga indikator yang biasanya muncul pada perokok :

- a) Aktivitas Fisik, merupakan perilaku yang ditunjukkan individu saat merokok. Perilaku ini berupa keadaan individu berada pada kondisi memegang rokok, menghisap rokok, dan menghembuskan asap rokok.
- b) Aktivitas Psikologis, merupakan aktivitas yang muncul bersamaan dengan aktivitas fisik. Aktivitas psikologis berupa asosiasi individu terhadap rokok yang dihisap yang dianggap mampu meningkatkan :
 - 1) Daya konsentrasi
 - 2) Memperlancar kemampuan pemecahan masalah,
 - 3) Meredakan ketegangan
 - 4) Meningkatkan kepercayaan diri
 - 5) Penghalau kesepian .
- c) Intensitas merokok cukup tinggi, yaitu seberapa sering atau seberapa banyak rokok yang dihisap dalam sehari.

Tiga aktivitas tersebut cenderung muncul secara bersamaan walaupun hanya satu atau dua aktivitas psikologis yang menyertainya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek-aspek dari perilaku merokok yaitu fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari, intensitas merokok, tempat merokok dan waktu merokok.

B. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah suatu sifat dimana seseorang merasa yakin terhadap dirinya sendiri. Keyakinan itu meliputi yakin terhadap kemampuannya, yakin terhadap pribadinya, dan yakin terhadap keyakinan hidupnya. Pada

dasarnya batasan ini menekankan pada kemampuan individu menilai dan memahami apa-apa yang ada pada dirinya tanpa rasa ragu-ragu dan bimbang. Hasan (dalam Iswidharmanjaya, 2004; 13), mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah percaya akan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri dan menyadari kemampuan yang dimiliki, serta dapat memanfaatkannya secara tepat.

Percaya diri adalah yakin pada kemampuan-kemampuan sendiri, yakin pada tujuan hidupnya, dan percaya bahwa dengan akal budi orang akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan. Orang yang percaya diri mempunyai harapan-harapan yang realistis, dan mampu menerima diri serta tetap positif meskipun sebagian dari harapan-harapan itu tidak terpenuhi (Davies, 2004; 1-2).

Aspek – Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (dalam Ghufroon, 2011) anak yang memiliki rasa percaya diri positif adalah:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif anak tentang dirinya bahwa anak mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis yaitu sikap positif anak yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.
- c. Obyektif yaitu anak yang percaya diri memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab yaitu kesediaan anak untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional yaitu analisa terhadap sesuatu masalah, sesuatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Menurut Kumara (dalam Isaningrum, 2007) individu yang memiliki rasa percaya diri merasa yakin akan kemampuan dirinya, sehingga bisa menyelesaikan masalahnya karena tahu apa yang dibutuhkan dalam hidupnya, serta mempunyai sikap positif yang didasari keyakinan akan kemampuannya. Individu tersebut bertanggung jawab akan keputusannya yang telah diambil serta mampu menatap fakta dan realita secara obyektif yang didasari keterampilan.

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki rasa percaya diri yaitu diantaranya memiliki rasa keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab serta memiliki pemikiran rasional.

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah korelasional. Jenis penelitian korelasional digunakan karena penelitian ini dirancang untuk menentukan pengaruh antara perilaku merokok dengan kepercayaan diri.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Latipun (2008) berpendapat populasi adalah keseluruhan dari individu atau objek yang diteliti, dan memiliki beberapa karakteristik yang sama. Sedangkan menurut Nazir (1998), populasi adalah kumpulan dari individu dengan kualitas serta ciri-ciri yang telah ditetapkan. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti Organisasi Intra Kampus UIN MALIKI Malang khususnya pada laki-laki. Adapun alasan peneliti memilih mahasiswa intra kampus karena melihat realita yang ada perilaku merokok yang dilakukan

mahasiswa khususnya mahasiswa yang mengikuti organisasi intra kampus UIN Maliki Malang.

2. Sampel

Pengertian sampel menurut Latipun (2008) adalah bagian dari populasi yang hendak diteliti. Kemudian Suharsimi Arikunto (2006) menegaskan apabila subyek penelitian kurang dari 100 lebih baik diambil semuanya, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sebaliknya, jika subjek terlalu besar maka sampel bisa diambil antara 10% - 15 % hingga 20% - 25%. Sampel adalah bagian dari populasi yang diambil dengan teknik tertentu dan mewakili karakteristik, jelas dan lengkap yang dianggap dapat mewakili populasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab IV, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Perilaku merokok pada mahasiswa yang mengikuti organisasi intra kampus UIN Maliki Malang memiliki klasifikasi tinggi, artinya dengan merokok para aktivis menumbuhkan kepercayaan diri.
2. Dari hasil penelitian diketahui bahwa mahasiswa yang mengikuti organisasi intra kampus UIN Maliki Malang memiliki kepercayaan diri tinggi, artinya hanya sedikit mahasiswa yang minder, dan cenderung tidak ragu pada setiap pekerjaan yang mereka lakukan.
3. Terdapat pengaruh positif perilaku merokok terhadap kepercayaan diri. Artinya, semakin tinggi perilaku merokok maka kepercayaan diri juga semakin tinggi. Mahasiswa cenderung merokok untuk menumbuhkan dan memunculkan rasa percaya dirinya.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan, ada beberapa saran terkait penelitian ini adalah:

1. Bagi mahasiswa yang mengikuti organisasi intra kampus UIN Maliki Malang

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bagi mahasiswa aktivis merokok merupakan salah faktor untuk menumbuhkan percaya diri, namun merokok bukanlah perilaku positif. Banyak faktor-faktor positif lainnya yang dapat menumbuhkan kepercayaan diri.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini baru menyajikan kecenderungan perilaku merokok mempengaruhi kepercayaan diri. Diharapkan pada penelitian-penelitian selanjutnya dapat meneliti faktor apa yang dapat menumbuhkan kepercayaan selain merokok. Karena merokok adalah perilaku yang negatif. Misalnya pengaruh membaca terhadap kepercayaan diri, dsb.