



KONSEP DIRI PEROKOK STUDI KASUS PADA MAHASISWA X DI SUMATRA SELATAN

Amira Dwi Qanitha

amiradwiqanita05@gmail.com

Universitas Sriwijaya

Cristy Winata Siahaan

cristywnt15@gmail.com

Universitas Sriwijaya

Emy Husnita

emyhusnita224@gmail.com

Universitas Sriwijaya

Taqiyyah Sunni Az Zahra

taqiyyahazzahra29@gmail.com

Universitas Sriwijaya

Alrefi

alrefi@unsri.ac.id

Universitas Sriwijaya

Akbari

akbari@fkip.unsri.ac.id

Universitas Sriwijaya

Alamat: Jl. Raya Palembang - Prabumulih No.KM. 32, Indralaya Indah, Kec. Indralaya,
Kabupaten Ogan Ilir, Sumatera Selatan.

Korespondensi penulis: amiradwiqanita05@gmail.com

Abstract. Smoking behavior is a significant health and addiction problem. It is a form of addictive behavior that can be detrimental to health, and is often related to the way individuals value and view themselves, known as self-concept. Every year, the number of deaths caused by smoking is increasing, but the number of smokers is also increasing, and the age of smoking is also getting younger. Adolescents are at a high rate as the earliest age of smoking. Self-concept includes various aspects such as feelings, thoughts, roles, and personal values, and can be influenced by internal and external factors. Adolescence is a stage where they are still looking for their identity, want to try new things, and are easily influenced by the environment. In South Sumatra, the phenomenon of smoking among students is quite alarming, with many cases of smoking even in educational settings. To reduce the prevalence of smoking among university students, it is important to understand the factors that influence this habit, both from within and from outside, as well as increase individual motivation to lead a healthy and smoke-free lifestyle. This study aims to understand the self-concept of student smokers in South Sumatra through a qualitative approach, using the case study method.

Keywords: Self- concept, Smoking Behavior, case studies

Abstrak. Perilaku merokok merupakan masalah kesehatan dan adiksi yang signifikan. Ini adalah salah satu bentuk perilaku adiktif yang dapat merugikan kesehatan, dan sering kali terkait dengan cara individu menilai dan memandang dirinya, yang dikenal sebagai konsep diri. Setiap tahun, angka kematian yang disebabkan rokok semakin bertambah, akan tetapi jumlah perokok pun juga bertambah, bahkan usia seseorang merokok juga semakin muda. Remaja yang mencapai angka tinggi sebagai usia awal seseorang merokok. Konsep diri mencakup berbagai aspek seperti perasaan, pemikiran, peran, dan nilai-nilai pribadi, dan dapat dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Remaja adalah tahapan yang mana masih mencari jati dirinya, ingin mencoba hal baru, dan mudah terpengaruh terhadap lingkungan. Di Sumatra Selatan, fenomena merokok di kalangan mahasiswa cukup mengkhawatirkan, dengan banyaknya kasus

merokok bahkan di lingkungan pendidikan. Untuk mengurangi prevalensi merokok di kalangan mahasiswa, penting untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan ini, baik dari dalam diri maupun dari luar, serta meningkatkan motivasi individu untuk menjalani gaya hidup sehat dan bebas rokok. Penelitian ini bertujuan untuk memahami konsep diri mahasiswa perokok di Sumatra Selatan melalui pendekatan kualitatif, menggunakan metode studi kasus.

Kata kunci: Konsep Diri, Perilaku Merokok, Studi Kasus

LATAR BELAKANG

Perilaku merokok adalah masalah kesehatan dan adiksi yang semakin meningkat di Indonesia, terutama di kalangan remaja dan dewasa, termasuk mahasiswa. Merokok tidak hanya menjadi kebiasaan, tetapi juga dianggap sebagai bagian dari gaya hidup. Hal ini sering kali terkait dengan bagaimana individu menilai dan memandang dirinya, yang dikenal sebagai konsep diri. Konsep diri mencakup berbagai aspek seperti perasaan, pemikiran, peran, dan nilai-nilai pribadi (West & Turner, 2008). Interaksi sosial berperan penting dalam pembentukan konsep diri, dan dalam teori interaksionisme simbolik, dijelaskan bahwa konsep diri memengaruhi perilaku dan interaksi individu di berbagai situasi, termasuk di lingkungan organisasi.

Menurut Beebe et al., (2016), konsep diri dipengaruhi oleh interaksi sosial, di mana komunikasi merupakan proses penggunaan simbol untuk berinteraksi dan memahami lingkungan. Keterlibatan dalam kelompok atau organisasi juga membentuk konsep diri seseorang, karena individu menginternalisasi norma dan nilai yang ada. Peran yang diemban oleh individu turut berkontribusi pada pembentukan konsep diri, di mana pelaksanaan peran ini membantu individu mengidentifikasi diri dalam konteks kelompok dan memperkuat rasa tanggung jawab pribadi.

Data dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa jumlah perokok aktif di Indonesia pada tahun 2023 mencapai sekitar 70 juta, dengan prevalensi merokok di kalangan penduduk usia 15 tahun ke atas yang signifikan. Di Sumatra Selatan, fenomena merokok di kalangan mahasiswa cukup mengkhawatirkan, dengan perilaku merokok yang sering dijumpai di lingkungan pendidikan. Mahasiswa merokok sebagai cara mengatasi stres, simbol kedewasaan, atau untuk bergaul, dan sebagian menganggapnya dapat memperkuat citra diri di hadapan teman sebaya. Namun, banyak yang merasa bersalah karena mengetahui dampak buruk merokok bagi kesehatan dan beban finansial yang ditimbulkan.

Konsep diri mahasiswa perokok terletak antara keinginan untuk diakui dalam kelompok dan kesadaran akan bahaya merokok. Meski perilaku merokok diterima di kelompok tertentu, ada stigma negatif dari masyarakat. Penelitian sebelumnya lebih banyak membahas faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok, seperti pengaruh teman sebaya dan tekanan sosial, tetapi belum banyak yang mengkaji bagaimana mahasiswa merokok memahami perilaku mereka dan dampaknya terhadap konsep diri. Pendekatan kualitatif dipilih untuk menggali pengalaman subjektif mahasiswa perokok, dengan wawancara dan observasi sebagai metode pengumpulan data.

Mahasiswa di Sumatra Selatan menghadapi tantangan dalam menyeimbangkan antara penyesuaian sosial dan kesadaran akan bahaya merokok. Meski merokok

membantu mereka bersosialisasi, banyak yang merasa bersalah akibat dampak buruknya. Oleh karena itu, pemahaman mendalam tentang konsep diri perokok sangat penting, karena ini mempengaruhi cara individu menghadapi tekanan sosial dan keputusan terkait merokok.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami konsep diri mahasiswa perokok di Sumatra Selatan melalui pendekatan kualitatif, meneliti bagaimana mereka menilai perilaku merokok dan bagaimana hal ini membentuk identitas mereka. Temuan diharapkan dapat memberikan wawasan untuk intervensi yang lebih efektif dalam menurunkan tingkat adiksi rokok di kalangan mahasiswa, dengan mempertimbangkan aspek psikologis dan sosial serta tidak hanya fokus pada dampak fisik merokok. Diharapkan penelitian ini akan membuka pemahaman mahasiswa tentang pentingnya memiliki konsep diri yang lebih positif dan sehat.

METODE PENELITIAN

Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini metode yang digunakan yaitu penelitian kualitatif yang berdasarkan studi kasus (*case studies*). Melalui studi kasus pada penelitian ini peneliti mampu meneliti secara rinci dan mendalam mengenai masalah yang akan diteliti. Teknik penelitian kualitatif ini juga biasanya disebut sebagai strategi naturalistik dikarenakan dalam penelitiannya bersifat alami dengan kondisi apa adanya, yang mana peneliti berperan sebagai instrumen utama (Sugiyono, 2013). Sedangkan menurut Bogdan dan Taylor penelitian ini diartikan menjadi penelitian yang mampu menghasilkan data deskriptif baik berupa kata - kata ataupun bentuk lisan dari narasumber ataupun perilaku yang diamati (Moleong, 2016).

Jenis penelitian ini digunakan untuk memperoleh informasi yang terkait konsep diri pada mahasiswa perokok. Peneliti juga dapat meneliti masalah secara mendalam atau lebih detail dengan menggunakan pendekatan kualitatif ini, yang melibatkan pengamatan dan wawancara yang mendalam untuk mendapatkan data. Penelitian yang dilakukan melalui pendekatan studi kasus memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang menyeluruh tentang hubungan antara berbagai fakta atau dimensi yang terlibat dalam kasus tertentu (Poerwandari, 2007). Pendekatan ini juga memungkinkan peneliti untuk mendalami secara menyeluruh terkait kasus - kasus tanpa berusaha menghasilkan konsep atau teori baru atau menggeneralisasi (Poerwandari, 2007).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah pedoman wawancara yang peneliti kembangkan berdasarkan tiga aspek konsep diri menurut Calhoun & Acocella (dalam Yarin, 2018) yaitu aspek pengetahuan, aspek harapan, dan aspek penilaian. Dalam penelitian kualitatif peneliti mampu berperan sebagai instrumen penelitian yang mana dimaksud dengan peneliti sebagai alat pengumpulan data yang terlibat langsung di lokasi selama proses penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu wawancara (interview) dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara langsung dengan subjek agar bisa menggali lebih dalam tentang bagaimana subjek memandang kebiasaan merokok mereka, penilaian diri terhadap dampak kebiasaan merokok mereka, serta

harapan terkait perubahan perilaku merokok yang sedang mereka alami.

Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti memilih subjek berdasarkan karakteristik tertentu yang terkait erat dengan populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Subjek dalam penelitian atau sumber utama dalam penelitian ini yaitu mahasiswa X yang merokok di Sumatra Selatan. Karakteristik subjek dalam penelitian ini yaitu individu yang berjenis kelamin laki – laki atau pria, yang berada pada usia 22 tahun, dan yang memiliki kecanduan terhadap rokok.

Mengenai identitas informan dapat ditunjukkan dalam tabel 1.

Tabel 1. Identitas Informan

Identitas	Nama	Usia	Awal Merokok
Subjek 1	RBU	22 Tahun	2022 - Sekarang
Subjek 2	AAP	22 Tahun	2019 - Sekarang
Subjek 3	MRA	22 Tahun	2022 - Sekarang

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor internal dan eksternal menentukan motivasi mahasiswa perokok di Sumatra Selatan. Faktor internal meliputi rasa penasaran, stress, sensasi fisiologis, kecanduan, manfaat bagi tubuh, dan pengurangan stres. Selain itu, salah satu informan juga mengatakan bahwa merokok dapat membantu mengurangi stress dan beban yang dialami informan karena membuat mereka merasa nyaman, rileks, dan menyenangkan setelah merokok, sehingga akhirnya menjadi kebiasaan dan kebutuhan sehari - hari.

Namun faktor eksternal adalah hal - hal yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Faktor eksternal yang menyebabkan mahasiswa perokok di Sumatra Selatan adalah lingkungan pergaulan mereka berinteraksi. Beberapa informan dalam penelitian ini mengatakan bahwa faktor utama yang mendorong mereka menjadi perokok adalah pertemanan mereka yang perokok. Menurut Akbar, (2020) bahwa teman sebaya yang positif dan negatif akan mempengaruhi identitas seseorang, semakin banyak teman sebaya yang merokok, semakin besar kemungkinan seseorang juga merokok. Masa muda adalah waktu yang penuh dengan pertanyaan tentang cara berpikir dan bagaimana menjalani hidup. Jadi, konsep diri sangatlah penting untuk keberhasilan dalam berinteraksi sosial. Setiap orang pasti memiliki pengalaman yang berbeda - beda dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, begitu juga dalam memaknai perilakunya sebagai perokok. Konsep diri seseorang terbentuk melalui proses belajar selama masa pertumbuhan mereka, dari kecil hingga dewasa.

Berdasarkan hasil wawancara konsep diri perokok yang dilakukan kepada subjek yakni mengetahui kapan mereka mulai mencoba coba merokok. Masing-masing subjek RBU, AAP dan MRA memiliki bentuk konsep diri yang berbeda-beda. Peneliti melakukan wawancara pada hari Minggu, 29 September 2024 dengan mahasiswa yang berinisial RBU. Dari hasil wawancara yang mendalam subjek mengatakan bahwa mula -

mula ia mencoba merokok dikarenakan pusing organisasi yang mana ia menjabat menjadi Ketua Pelaksanaan *Event* maka lama - lama ia menjadi kebiasaan dan kecanduan. Dalam aspek pengetahuan, RBU mengatakan kebiasaan merokok ini ia lakukan di awal tahun 2022 - sekarang, biasanya ia merokok hanya di saat tertentu saja, misalnya sehabis makan dan juga ketika lagi suntuk dan pusing karena ada masalah. RBU juga memberikan pendapatnya terkait gambaran seorang individu yang merokok, ia mengatakan bahwa individu yang merokok melakukan hal itu karena mereka biasanya merasa bingung untuk melampiaskan isi pikirannya disaat ada masalah yang sedang dihadapi. Subjek ini juga mengatakan bahwa ia mempunyai hobi olahraga lari dari sejak SMA, hal ini karena subjek menempuh pendidikan di SMA Kedinasan maka dari itu RBU sudah terlatih untuk olahraga dan sekarang menjadi hobi nya. Akan tetapi, disaat mulai mempunyai kebiasaan merokok ia tetap berolahraga seperti biasanya, untuk fisik sendiri disaat lari ia merasa lebih mudah lelah dan sesak nafas, beda halnya dengan mental ia merasa lebih berani dan percaya diri. Dari RBU sendiri ia memiliki cara untuk menghadapi risiko kesehatan akibat merokok yaitu dengan tetap melakukan olahraga walaupun ia merasa mudah lelah. Namun ketika sedang tidak merokok ia menyibukkan dirinya tidak hanya dengan melakukan olahraga saja, akan tetapi ia juga melakukan hal lain seperti rapat organisasi dan bermain musik.

Dalam aspek harapan, RBU memiliki harapan yang sangat besar terhadap dirinya sendiri untuk mengurangi kebiasaan merokok ini kedepannya, hal ini supaya ia kembali sehat dan kuat sebelum mengenal rokok, dan harapannya untuk 5 tahun yang akan datang ia sudah stop merokok supaya saat sudah berkeluarga nanti, ia tidak ingin anak nya mencontoh perilaku merokoknya. Saat ini juga subjek memiliki dukungan yang besar untuk berhenti merokok serta ada sedikit tekanan yang membuat ia ingin sekali berhenti merokok. Pada aspek penilaian, RBU menilai bahwa dirinya sangat bersalah, hal ini dikarenakan ia sendiri merasa bahwa perilaku merokok adalah perilaku yang salah tetapi tetap saja ia melakukannya, padahal banyak cara atau hal positif yang dilakukan untuk melampiaskan pikiran, tidak harus merusak diri dengan merokok. Subjek sendiri menyatakan bahwa tidak ada hal positif yang didapat dari merokok melainkan semuanya negatif, karena ia merasa merokok membawa penyakit baru yang datang ke diri sendiri. Saat ini RBU memiliki rasa penyesalan, bingung, dan bersalah.

Hasil wawancara dengan subjek berinisial MRA yang berusia 22 tahun, pada Senin, 30 September 2024 dapat menggambarkan konsep diri MRA sebagai perokok. Pada aspek pengetahuan, MRA mengetahui apa saja dampak negatif yang bisa didapatkan dari merokok mulai dari dampak negatif bagi kesehatan maupun dampak negatif bagi orang disekitarnya. Akan tetapi pengetahuan yang MRA miliki tentang dampak negatif tersebut tidak mempengaruhi perilakunya, MRA merasa kebiasaan merokok yang dilakukannya tidak akan membahayakan kesehatannya selama ia rajin berolahraga. MRA mengatakan bahwa dengan rajin olahraga bisa mengurangi atau mencegah dampak buruk dari merokok terhadap kesehatannya. Walaupun MRA rajin olahraga, setelah ditelusuri lebih lanjut ternyata MRA juga sering batuk-batuk, namun MRA merasa hal tersebut hanyalah masalah kecil. MRA juga mengakui jika kebiasaan merokok bermula karena

dipengaruhi salah satu teman kuliahnya. Sejak tahun 2022 MRA mulai merokok karena dipengaruhi oleh temannya tersebut, awalnya MRA pernah mencoba rokok saat SMP namun tidak menjadi kecanduan bagi MRA. MRA mulai kecanduan merokok sejak berteman dengan teman yang perokok. Pada aspek harapan, MRA berencana untuk berhenti merokok akan tetapi dalam beberapa tahun kedepan. MRA menyatakan memiliki rencana untuk berhenti merokok ketika sudah menikah atau sudah berkeluarga. Walaupun ia menyatakan untuk berhenti merokok ketika berkeluarga nanti, tidak ada alasan yang kuat untuk memotivasi MRA untuk berhenti merokok. MRA merasa untuk saat ini tidak ada hal yang membuat ia berhenti merokok apalagi ia merasa kebiasaan merokok ini baru berapa tahun ia jalani. Motivasi atau keinginan untuk berhenti merokok belum muncul dalam diri MRA, ia merasa bahwa kebiasaan merokok ini belum berdampak negatif terhadap dirinya. MRA juga menjelaskan jika ia merasa stres, banyak pikiran, atau hanya sekedar untuk menenangkan diri rokoklah yang dapat membantunya.

Terakhir untuk aspek penilaian diri, MRA mengatakan bahwa ia tidak merasa bersalah karena merokok. MRA menjelaskan bahwa menjadi perokok bukan hal yang salah, walaupun ia mengetahui dampak buruk merokok selama ia terus rajin berolahraga kesehatannya akan tetap terjaga. Disisi lain, MRA menyadari pandangan buruk orang disekitarnya terkait perokok, oleh karena itu jika ia tahu ada orang yang tidak suka dengan perokok maka ia akan menjauh dengan orang tersebut jika ia ingin merokok. MRA juga mengakui bahwa rokok membuatnya lebih rileks terutama ketika akan memulai pembicaraan dengan orang lain. MRA menyadari jika merokok dapat mempengaruhi persepsi orang lain terhadap dirinya, akan tetapi ia tidak merasa keberatan dengan pandangan tersebut.

Hasil wawancara dengan subjek berinisial AAP yang berusia 22 tahun, pada Selasa, 1 oktober 2024 dapat menggambarkan konsep diri AAP sebagai seorang perokok. Pada aspek pengetahuan, AAP mengetahui segala dampak negatif dari merokok, baik bagi kesehatannya maupun bagi orang di sekitarnya. Namun, pengetahuan ini tidak mempengaruhi kebiasaannya, karena ia merasa rajin berolahraga dapat mengimbangi dampak buruk merokok terhadap kesehatannya. Meskipun AAP rajin berolahraga, ia mengalami batuk-batuk yang sering, meskipun ia menganggapnya sebagai masalah kecil. AAP mengakui bahwa ia mulai merokok sejak SMA kelas 1, dipengaruhi oleh teman-temannya yang juga perokok. AAP berencana untuk berhenti merokok dalam beberapa tahun ke depan, mungkin setelah menikah atau memiliki keluarga. Saat ini, motivasi untuk berhenti belum muncul karena AAP tidak merasa bahwa kebiasaannya merokok memberikan dampak negatif yang signifikan pada dirinya. Meskipun AAP menyadari pandangan negatif terhadap perokok, ia merasa bahwa merokok adalah hal yang biasa dan dapat membantunya merasa lebih rileks, terutama dalam situasi sosial. AAP menilai dirinya tidak merasa bersalah karena merokok, meskipun ia sadar bahwa merokok dapat mempengaruhi persepsi orang lain terhadap dirinya. Oleh karena itu, ia cenderung menghindari lingkungan di mana merokok tidak diterima, terutama ketika ia ingin merokok.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa perokok di universitas Sumatra Selatan cenderung merokok dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti rasa penasaran, stress, dan kecanduan menjadi pendorong utama, sedangkan faktor eksternal seperti lingkungan pergaulan dengan teman-teman perokok juga berperan signifikan. Konsep diri individu perokok terbentuk dari proses belajar sejak masa muda, di mana interaksi sosial dan pengalaman pribadi memainkan peran penting dalam memperkuat kebiasaan merokok.

Wawancara dengan subjek menunjukkan beberapa variasi konsep diri perokok, dari mereka yang merasa bersalah dan berencana untuk berhenti merokok hingga yang merasa tidak ada alasan yang kuat untuk berhenti. Meskipun mereka memiliki pengetahuan tentang dampak negatif merokok, seperti risiko kesehatan dan pandangan negatif dari sekitar mereka, motivasi untuk berhenti merokok belum sepenuhnya muncul. Mereka mengandalkan olahraga sebagai upaya untuk menjaga kesehatan mereka, meskipun mengalami masalah seperti sesak napas dan batuk ringan. Upaya untuk mengurangi prevalensi merokok di kalangan mahasiswa perlu pemahaman lebih dalam tentang faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi kebiasaan merokok, serta memperkuat motivasi individu untuk beralih ke gaya hidup yang lebih sehat dan bebas dari rokok.

DAFTAR REFERENSI

- Akbar, F. M. R. (2020). Mahasiswi perokok: Studi fenomenologi tentang perempuan perokok di kampus. *Dialektika*, 15(1), 33–40.
- Badan Pusat Statistik. (2023). Persentase Penduduk Berumur 15 Tahun ke Atas yang Merokok Tembakau selama Sebulan Terakhir Menurut Kelompok Umur. BPS Indonesia. Diakses pada Rabu, 16 Oktober 2024, dari (<https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTQzOCMy/persentase-merokok-pada-penduduk-umur---15-tahun-menurut-kelompok-umur.html>)
- Beebe, S. A., Beebe, S. J., & Diana K, I. (2016). *Communication: Principles for a Lifetime*.
https://www.researchgate.net/publication/276935633_Communication_Principles_for_a_Lifetime
- Fadhil, H. (2023). Jumlah Perokok di Indonesia Tembus 70 Juta Orang, Penggunaan Rokok Elektrik Meningkat. Kompas. Diakses pada Rabu, 16 Oktober 2024, dari (<https://www.kompas.com>)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021: Pengendalian Tembakau. Kementerian Kesehatan RI. Diakses pada Rabu, 16 Oktober 2024, dari (<https://www.kemkes.go.id>)
- Moleong, L. J. (2016). Metodologi Penelitian Kualitatif (; Iman Taufik, Ed.). *Bandung: Remaja Rosdakarya*.
- Poerwandari, E. K. (2007). *Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia*.

LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.

West, R., & Turner, L. H. (2008). *Pengantar Teori Komunikasi Buku 1 : Analisis Dan Aplikasi / Richard West, Lynn H. Turner ; Penerjemah: Maria Natalia Damayanti Maer*. <https://inlislite.uin-suska.ac.id/opac/detail-opac?id=16891>

Yarlin, C. Y. (2018). *Perbedaan Konsep Diri Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin*. Universitas Brawijaya.