

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN INTENSI MEROKOK PADA MAHASISWI

¹ Aveia Holfah Maulidani, ¹ Endang Sri Indrawati

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario , Tembalang, Semarang, 50275

aveiaholfah8899@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi keterkaitan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan intensi merokok pada mahasiswi. Dukungan sosial teman sebaya mengacu pada berbagai bentuk bantuan emosional dan informasi yang diterima individu dari rekan seusianya, yang memiliki tingkat kematangan serta rentang usia serupa. Bentuk dukungan ini meliputi empati, perhatian, kasih sayang, serta penyediaan informasi yang dapat meningkatkan rasa dihargai, dicintai, dan menjadi bagian dari kelompok sosial yang memiliki tanggung jawab bersama. Studi ini melibatkan 292 partisipan, dengan 109 individu yang dipilih sebagai sampel melalui teknik *convenience sampling*. Alat ukur yang digunakan mencakup Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya (46 aitem, $\alpha = 0.967$) dan Skala Intensi Merokok (36 aitem, $\alpha=0.983$). Analisis data dengan teknik korelasi Spearman-Rho mengungkapkan hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dan intensi merokok ($r_{xy}= -0.269$, $p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa individu yang menerima dukungan sosial lebih tinggi dari teman sebaya cenderung memiliki intensi merokok yang lebih rendah, begitu pula sebaliknya.

Kata kunci: intensi merokok; dukungan sosia; l teman sebaya; perilaku negatif.

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN INTENSI MEROKOK PADA MAHASISWI

¹ Aveia Holfah Maulidani, ¹ Endang Sri Indrawati

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Prof. Mr. Sunario St, Tembalang, Semarang, 50275

aveiaholfah8899@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to explore the relationship between peer social support and smoking intention among female college students. Peer social support refers to various forms of emotional and informational assistance received from individuals of similar age and maturity levels. This support includes empathy, care, affection, and the provision of information that enhances feelings of being valued, loved, and part of a socially responsible group.

The study involved 292 participants, with 109 individuals selected through convenience sampling. The measurement tools used were the Peer Social Support Scale (46 items, $\alpha = 0.967$) and the Smoking Intention Scale (36 items, $\alpha = 0.983$). Data analysis using the Spearman-Rho correlation technique revealed a significant negative relationship between peer social support and smoking intention ($r_{xy} = -0.269$, $p < 0.05$). These findings indicate that individuals who receive higher peer social support tend to have lower smoking intentions, and vice versa.

Keywords: *smoking intention; peer social support; negative behavior.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perilaku negatif di kalangan mahasiswa telah menjadi sorotan dalam berbagai riset akademik. Perilaku seperti merokok, konsumsi alkohol, dan bolos kuliah sering dianggap sebagai bentuk ekspresi kebebasan individu yang seiring waktu justru dapat membawa dampak negatif pada kesehatan, prestasi akademik, dan hubungan sosial. Fenomena ini juga ditemukan di kalangan mahasiswi, yang meskipun sering diasosiasikan dengan peran sosial yang lebih terkontrol, ternyata tidak lepas dari pola perilaku negatif, termasuk merokok. Terdapat berbagai alasan yang menyebabkan seseorang memutuskan untuk merokok, baik alasan yang berkaitan dengan sosiodemografi maupun alasan psikologis.

Lingkungan sosial, khususnya interaksi dengan teman sebaya, berperan signifikan dalam membentuk kecenderungan seseorang terhadap kebiasaan merokok. Teori *Planned Behavior* dari Ajzen (2005) menyatakan bahwa faktor utama yang memengaruhi intensi individu terhadap suatu tindakan meliputi norma subjektif, sikap personal, serta kontrol diri yang dirasakan. Dalam konteks ini, norma kelompok serta dorongan sosial dari lingkungan pertemanan yang mendukung kegiatan merokok sering kali menjadi faktor pemicu. Sebaliknya, kehadiran dukungan sosial yang positif dari rekan sebaya dapat menjadi faktor protektif, membantu individu untuk menjauh dari perilaku negatif seperti merokok.

Ajzen (2005) mengemukakan bahwa intensi perilaku tidak muncul begitu saja, melainkan dibentuk oleh beberapa aspek. Tiga aspek yang berperan dalam proses ini adalah sikap individu terhadap perilaku tersebut, norma subjektif yang berkembang di lingkungan sosial, serta persepsi individu terhadap kemampuannya dalam mengendalikan perilaku tersebut. Dalam konteks ini, norma subjektif dari teman sebaya menjadi kunci penting.

Nussbaum (2009) menegaskan bahwa norma subjektif memiliki pengaruh yang sangat kuat ketika identifikasi terhadap kelompok juga kuat. Tekanan sosial dari teman sebaya, baik dalam bentuk persetujuan maupun penolakan terhadap perilaku tertentu, dapat memengaruhi keyakinan normatif individu. Ketika norma kelompok mendukung gaya hidup sehat dan menentang perilaku negatif seperti merokok, hal ini cenderung mengurangi intensi untuk merokok.

Kementerian Kesehatan (2023) menyatakan bahwa merokok, sebagai salah satu bentuk perilaku berisiko, tidak hanya memberikan dampak buruk bagi perokok aktif, tetapi juga mempengaruhi individu di sekitarnya. Di Indonesia, isu ini menjadi perhatian serius seiring dengan meningkatnya jumlah perokok dalam satu dekade terakhir. Menurut laporan *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) 2021 yang dirilis Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, jumlah perokok di Indonesia mengalami lonjakan dari 60,3 juta jiwa pada tahun 2011 menjadi 69,1 juta jiwa pada tahun 2021, dengan peningkatan sebesar 8,8 juta jiwa (BKPK, 2023). Peningkatan ini juga terlihat dalam data Badan Pusat Statistik, yang mengindikasikan adanya pertumbuhan jumlah perokok dewasa di Jawa Tengah. Persentase perokok di provinsi tersebut tercatat sebesar 27,70% pada tahun 2020, meningkat menjadi 28,24% pada tahun 2021, dan terus bertambah hingga mencapai 28,72% pada tahun 2022 (Badan Pusat Statistik, 2022).

Fenomena perokok perempuan kian banyak ditemui, khususnya dikalangan mahasiswa. Meskipun terdapat stereotipe negatif terhadap perokok perempuan dan berdampak buruk pada kesehatan rahim, banyak mahasiswi tetap mengonsumsi rokok. Bahkan beberapa mahasiswi tidak segan-segan merokok di tempat-tempat umum seperti jalanan, kafe, atau tempat nongkrong lainnya. Dorongan untuk mengikuti tren gaya hidup modern menjadi salah satu alasan yang mendorong individu, khususnya perempuan, untuk mencoba kebiasaan merokok.

Faktor lingkungan pada penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa norma sosial di lingkungan mahasiswa khususnya yang berkaitan dengan perilaku teman sebaya, memiliki

pengaruh besar terhadap intensi untuk merokok. Studi oleh Rahmawati dkk. (2019) mengungkapkan bahwa 67% mahasiswa yang memiliki teman dekat perokok cenderung memulai kebiasaan merokok karena merasa lebih diterima dalam kelompok. Norma kelompok ini secara tidak langsung menjadi tekanan sosial yang sulit dihindari, terutama bagi mereka yang ingin mempertahankan status dalam lingkaran sosial.

Sebaliknya, dukungan sosial positif dari teman sebaya dapat menjadi penghambat yang efektif terhadap perilaku negatif. Seo et al. (2021) menunjukkan bahwa mahasiswi yang berada dalam lingkungan sosial yang menolak perilaku merokok memiliki kemungkinan 48% lebih rendah untuk memulai kebiasaan tersebut dibandingkan dengan yang berada di lingkungan permisif. Bentuk dukungan ini termasuk motivasi untuk terlibat dalam aktivitas sehat, ajakan untuk berhenti merokok, dan norma kelompok yang menolak perilaku tersebut. Saputro & Sugiarti (2021) menyatakan bahwa dukungan emosional dari teman sebaya dapat menumbuhkan rasa dihargai serta diperhatikan, yang pada akhirnya membantu individu menghadapi tekanan tanpa harus bergantung pada perilaku negatif seperti merokok.

Perilaku merokok pada perempuan seringkali menjadi topik perbincangan di kalangan masyarakat terkait dengan keetisannya yang akhirnya menimbulkan berbagai anggapan. Pandangan masyarakat terhadap perempuan perokok seringkali negatif dan dianggap bukan sesuatu yang lazim dan lumrah. Stereotipe negatif terhadap perempuan perokok mulai luntur seiring perkembangan zaman dan perubahan sosial.

Pandangan mahasiswa terhadap perilaku merokok bervariasi tergantung pada konteks sosial dan budaya. Studi kualitatif oleh Nugroho (2020) menemukan bahwa 8 dari 10 responden mahasiswa memandang merokok sebagai “pilihan pribadi”. Sebaliknya, Sebagian mahasiswi menyatakan bahwa mereka merasa lebih nyaman berada di lingkungan yang tidak mendukung kebiasaan merokok karena adanya tekanan sosial untuk tetap menjaga citra diri.

Dalam konteks perilaku mahasiswi, tekanan akademik, stres, dan kesulitan dalam menghadapi masalah pribadi sering kali menjadi alasan untuk mencoba merokok. Sebuah studi yang dilakukan oleh Dovianda (2021) mengungkapkan bahwa dalam meningkatnya perokok perempuan dalam lima tahun terakhir disebabkan oleh berbagai elemen, termasuk gaya hidup dan anggapan bahwa merokok dapat menghilangkan stres. Kebanyakan mahasiswi yang mengalami tekanan akademik, stres, atau kesulitan dalam menghadapi masalah pribadi dan tidak tahu cara *coping stress* memilih untuk membangun sugesti bahwa merokok dapat menyelesaikan masalah dan memilih merokok sebagai hiburan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Rase dkk. (2021) bahwa merokok kini dianggap sebagai bagian dari gaya hidup oleh remaja hingga dewasa karena dapat memberikan kesan dewasa dan mengikuti perkembangan tren gaya hidup ketika bersama teman-temannya.

Penelitian ini difokuskan pada intensi merokok, bukan pada perilaku merokok itu sendiri. Hal ini disebabkan oleh pertimbangan bahwa intensi merupakan tahap awal dari perilaku yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti norma sosial dan dukungan teman sebaya. Berdasarkan teori Ajzen (2005) tentang *Planned Behavior*, intensi mencerminkan niat individu yang menjadi prediktor langsung dari perilaku aktual. Data tentang kebiasaan merokok dalam penelitian ini dijadikan sebagai dasar untuk mengeksplorasi bagaimana intensi seseorang berhubungan dengan dukungan sosial dari teman sebaya. Dari analisis ini, dapat diperoleh wawasan awal mengenai kecenderungan perilaku individu di masa depan. Berbagai studi lain menunjukkan bahwa intensi merupakan predictor yang memiliki akurasi tinggi untuk memprediksi perilaku di masa depan (Shen dkk., 2011; Macovei, 2015; Si dkk., 2019).

Dengan latar belakang permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki keterkaitan antara dukungan sosial dari teman sebaya dan intensi merokok di kalangan mahasiswi. Studi ini dilakukan melalui pendekatan kuantitatif dengan metode survei, di mana kuesioner disebarkan kepada responden yang memenuhi kriteria penelitian. Dengan

data yang lebih komprehensif, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan, serta referensi bagi mahasiswi dalam menyusun strategi yang efektif untuk menekan intensi merokok.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Intensi Merokok pada Mahasiswi?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan intensi merokok pada mahasiswi.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah dalam bidang psikologi sosial dalam menambah wawasan terkait dukungan sosial teman sebaya, serta pengaruhnya terhadap intensi merokok pada mahasiswi.

2. Manfaat Praktis

Adapun penelitian ini diharapkan membawa manfaat praktis sebagai berikut:

a. Bagi mahasiswi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambahkan informasi terkait dengan dukungan sosial teman sebaya dan pengaruhnya terhadap intensi merokok.

b. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, dan wawasan bagi masyarakat terkait kondisi mahasiswi dalam menyikapi rokok.

c. Bagi Fakultas "X"

Penelitian ini diharapkan dapat menambahkan informasi, mengenai intensi merokok dan dijadikan pertimbangan dalam mengambil kebijakan untuk mengurangi intensi merokok di kalangan mahasiswi/dalam menentukan materi pembelajaran.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi terutama bagi peneliti selanjutnya yang berminat meneliti topik serupa.