

PERBEDAAN KEPERCAYAAN DIRI PADA MAHASISWA PEROKOK DAN BUKAN PEROKOK DI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SAM RATULANGI

Evie Ratnawati
James F. Siwu
Rivelino S. Hamel

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Sam Ratulangi
Email: evieratnawati96@gmail.com

Abstract: *Self confidence is an attitude or belief that is contained within ourselves. For those who smoke have the perception that smoking adds confidence as an effort to gain social support and be a pleasant relaxation. As for those who do not smoke to own perception of confidence for sure it has been able to control your own life to live healthy non-smoking, thereby reducing the risk of diseases such as coronary heart disease and pneumonia. The purpose of this study to analyze the differences self confidence in the student smokers and nonsmokers in the Faculty of Public Health, University of Sam Ratulangi. The research method is the method of comparative research with cross sectional approach. The sampling technique in this research is purposive with a minimal amount of sample of 30 smokers and 30 nonsmokers. The data collection is done by using a questionnaire. Processing data using computer with the mann-whitney test with 95% significance level ($\alpha = 0.05$). The results of research by mann-whitney test analysis showed no difference in the confidence in the student smokers and nonsmokers ($p = 0.110$). Conclusion confidence there is no difference in student smokers and nonsmokers in the School of Public Health.*

Keywords: *confidence, smokers, non-smokers.*

Abstarak: Kepercayaan diri adalah sikap atau keyakinan yang terdapat dalam diri sendiri. Bagi mereka yang merokok memiliki persepsi bahwa merokok menambah kepercayaan diri karena merupakan upaya memperoleh dukungan sosial dan menjadi relaksasi yang menyenangkan. Sedangkan bagi mereka yang tidak merokok memiliki persepsi kepercayaan diri karena yakin telah mampu mengendalikan kehidupan diri sendiri dengan hidup sehat bebas rokok sehingga mengurangi resiko penyakit seperti jantung koroner dan pneumonia. **Tujuan** penelitian ini untuk menganalisa perbedaan kepercayaan diri pada mahasiswa perokok dan bukan perokok di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. **Metode penelitian** yaitu metode penelitian *komparatif* dengan pendekatan *cross sectional*. **Teknik pengambilan sampel** dalam penelitian ini yaitu purposif dengan jumlah minimal sampel 30 perokok dan 30 bukan perokok. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Pengolahan data menggunakan program komputer dengan uji *mann-whitney* dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha=0,05$). **Hasil penelitian** dengan uji analisa *mann-whitney* menunjukkan tidak terdapat perbedaan kepercayaan diri pada mahasiswa perokok dan bukan perokok ($p=0,110$). **Kesimpulan** tidak terdapat perbedaan kepercayaan diri pada mahasiswa perokok dan bukan perokok di Fakultas Kesehatan Masyarakat.

Kata kunci: kepercayaan diri, perokok, bukan perokok

PENDAHULUAN

Kepercayaan terhadap diri sendiri sangat diperlukan untuk mencapai sebuah kesuksesan. Kunci untuk mendapatkan kepercayaan diri adalah dengan memahami diri sendiri. Individu harus yakin akan kemampuan dan potensi yang ada dalam dirinya. Jangan sampai rasa pesimis dan cemas selalu menghantui perasaan (Widjaja, 2016). Berkaitan dengan rasa percaya diri, banyak penelitian yang menunjukkan bahwa perilaku merokok berkaitan dengan tingkat kepercayaan diri. Perilaku ini untuk menutupi rasa tidak percaya diri terlebih khusus antara kaum laki-laki, karena dia merasa kurang 'laki', kalau tidak merokok (CNN Indonesia, 2016).

Perilaku merokok merupakan suatu hal yang fenomenal. Perilaku merokok adalah perilaku yang dinilai sangat merugikan dilihat dari berbagai sudut pandang baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Kandungan rokok membuat seseorang tidak mudah berhenti merokok karena dua alasan, yaitu faktor ketergantungan atau adiksi pada nikotin dan faktor psikologis yang merasakan adanya kehilangan suatu kegiatan tertentu jika berhenti merokok (Aula, 2010 dalam Yoyok, 2012). *World Health Organization* (WHO) pada 2008 menyebutkan, Indonesia sebagai negara dengan konsumsi rokok terbesar nomor 3 setelah China 300 juta, India 120 juta, dan Indonesia sendiri 82 juta. Menurut data WHO pada tahun 2008, populasi orang dewasa di Indonesia yang mengkonsumsi rokok sebanyak 34,8% (Risikesdas, 2010).

Berdasarkan hasil survei independen yang dilakukan CNN Indonesia (*Cable News Network Indonesia*) secara acak melalui sosial media dari 20-26 Mei 2016, diungkapkan bahwa 23% responden merokok karena ajakan dan ledakan teman. Selain itu, satu yang menarik ditemukan pada survei tersebut bahwa 5% dari responden tertarik untuk membeli rokok karena promosi langsung yang ditawarkan oleh *Sales Promotion Girl*

(SPG) (CNN Indonesia, 2016). Berdasarkan data nasional tahun 2013 prevalensi perokok Sulawesi Utara menduduki peringkat ke-14 sebesar (24,6%) (Risikesdas, 2013). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Febrijanto Yoyok tahun 2012 di STIKES RS Baptis Kediri bahwa dari 33 responden perilaku merokok yang ringan yaitu 11 responden (33,3%) (Yoyok, 2012).

Survei data awal dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado pada tanggal 5 Oktober 2016 dengan mewawancarai mahasiswa yang berada di sekitar kampus. Berdasarkan hasil wawancara dari 6 mahasiswa didapatkan 5 diantaranya merokok. Mereka mengatakan rokok dapat menambah rasa percaya diri dan terlihat lebih maskulin dibandingkan dengan tidak merokok. Wawancara lebih lanjut dilakukan pada salah satu mahasiswa, ia mengatakan dalam sehari dapat menghabiskan kurang lebih 8 batang rokok dengan merk rokok marlboro. Alasannya merokok karena berawal dari ajakan teman dan tertantang ingin mencoba hal baru. Setelah menjadi perokok ia lebih percaya diri didepan teman sepergaulannya karena sudah tidak diejek karena tidak tahu merokok. Wawancara juga dilakukan pada salah satu mahasiswa yang tidak merokok, ia mengaku tidak pernah merokok karena mengetahui bahaya rokok dan tidak ingin mencobanya sama sekali karena takut kecanduan jika sudah mencobanya.

Kepercayaan diri merupakan permasalahan penting yang ikut menentukan keputusan mahasiswa untuk mengkonsumsi rokok atau tidak. Bagi mereka yang merokok memiliki persepsi bahwa merokok menambah kepercayaan diri karena merupakan upaya memperoleh dukungan sosial dan menjadi relaksasi yang menyenangkan (Nasution, 2007). Sedangkan bagi mereka yang tidak merokok memiliki persepsi kepercayaan diri karena yakin telah mampu mengendalikan kehidupan diri sendiri

dengan hidup sehat bebas rokok sehingga mengurangi resiko penyakit seperti jantung koroner dan pneumonia (Priyoto, 2015).

Berdasarkan latar belakang yang ditemukan, maka peneliti tertarik untuk meneliti “Perbedaan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Perokok dan Bukan Perokok di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan metode penelitian *komparatif* yang bersifat membandingkan dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi pada bulan September-Desember 2016 dengan populasi 87 mahasiswa pria angkatan 2013. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposif. Total sampel dalam penelitian ini yaitu 30 sampel perokok dan 30 sampel bukan perokok yang telah memenuhi kriteria inklusi: mahasiswa pria angkatan 2013 yang bersedia menjadi responden dan menandatangani surat persetujuan, masuk kuliah pada saat penelitian dilakukan yang berstatus perokok dan bukan perokok. Kriteria eksklusi: mahasiswa pria angkatan 2013 yang tidak dapat ditemui selama penelitian berlangsung (misalnya sakit atau izin).

Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner. Variabel independen (perokok) diukur menggunakan kuesioner yang telah baku, variabel independen (bukan perokok) diukur menggunakan 1 pertanyaan pada status responden, dan variabel dependen (kepercayaan diri) diukur menggunakan kuesioner yang dibuat peneliti yang sudah diuji validitas dan reliabilitas.

Analisis univariat penelitian yaitu, karakteristik responden (usia), perokok, bukan perokok, dan kepercayaan diri. Analisis bivariat penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri pada mahasiswa perokok dan bukan

perokok di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi menggunakan uji *mann-whitney* dengan $\alpha=0,05$.

HASIL dan PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi responden perokok berdasarkan usia.

Usia	n	%
20	4	13,8%
21	23	76,7%
22	3	10,0%
Total	30	100,0%

Sumber : Data Primer (diolah 2016)

Hasil analisis pada tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden perokok berada pada rentang usia 21 tahun dengan jumlah 23 responden (76,7%).

Tabel 2. Distribusi responden bukan perokok berdasarkan usia.

Usia	n	%
20	4	13,3%
21	20	66,7%
22	3	10,0%
23	2	6,7%
25	1	3,3%
Total	30	100,0%

Sumber : Data Primer (diolah 2016)

Hasil analisis pada tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden bukan perokok berada pada rentang usia 21 tahun dengan jumlah 20 responden (66,7%).

Menurut Friedman (2013) dalam Kusumoastuti (2015) individu akan memasuki usia dewasa awal ketika usia mereka memasuki 18-25 tahun. Peneliti berpendapat bahwa usia dewasa awal dari 18-25 merupakan masa transisi dari remaja menuju dewasa awal dimana masa ini para mahasiswa mengalami berbagai

permasalahan dan pencarian identitas diri yang mempengaruhi perilaku dan kepercayaan diri.

Tabel 3. Distribusi responden perokok berdasarkan kategori perokok.

Perokok	n	%
Tinggi	5	16,7%
Sedang	21	70,0%
Rendah	4	13,3%
Total	30	100,0%

Sumber : Data Primer (diolah 2016)

Hasil analisis pada tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden perokok berada pada kategori perokok sedang sebanyak 21 responden (70,0%).

Penelitian yang dilakukan oleh Yoyok (2012) menyatakan bahwa, seseorang merokok agar mereka tampak bebas dan dewasa saat mereka menyesuaikan diri dengan teman-teman sebayanya yang merokok, tekanan-tekanan teman sebaya, penampilan diri sifat ingin tahu, stress, kebosanan, ingin kelihatan gagah, dan merasa rendah diri merupakan hal-hal yang dapat berkontribusi mulainya merokok. Peneliti berpendapat bahwa faktor lingkungan sosial dapat menentukan seseorang mulai merokok karena ingin terlihat gagah sehingga dapat berpengaruh pada perilaku merokok dan kepercayaan diri seseorang.

Tabel 4. Distribusi responden bukan perokok berdasarkan kategori bukan perokok.

Bukan Perokok	n	%
Mantan Perokok	1	3,3%
Tidak Pernah Merokok	29	96,7%
Total	30	100,0%

Sumber : Data Primer (diolah 2016)

Hasil analisis pada tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden bukan perokok berada pada kategori tidak pernah merokok sebanyak 29 responden (96,7%).

Penelitian yang dilakukan oleh Setiyawan dkk (2012) menyatakan bahwa, pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi yang penting. Apabila seseorang atau kelompok sudah memiliki pengetahuan terhadap kesehatan maka akan mempermudah terbentuknya perilaku kesehatan seseorang atau kelompok. Peneliti berpendapat bahwa perilaku seseorang terhadap kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi dan salah satu bagian dari faktor tersebut adalah sikap. Salah satu sikap perilaku sehat yaitu tidak merokok sehingga seseorang mampu mengendalikan kehidupan diri sendiri dan terbebas dari ancaman penyakit tidak menular dan berpengaruh pada kualitas hidupnya.

Tabel 5. Distribusi responden perokok berdasarkan kepercayaan diri.

Kepercayaan diri	n	%
Tinggi	9	30,0%
Sedang	21	70,0%
Total	30	100,0%

Sumber : Data Primer (diolah 2016)

Hasil analisis tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden perokok memiliki kepercayaan diri sedang sebanyak 21 responden (70,0%).

Tabel 6. Distribusi responden bukan perokok berdasarkan kepercayaan diri.

Kepercayaan diri	n	%
Tinggi	15	50,0%
Sedang	15	50,0%
Total	30	100,0%

Sumber : Data Primer (diolah 2016)

Hasil analisis tabel 6 menunjukkan bahwa responden bukan perokok memiliki kepercayaan diri tinggi sebanyak 15 responden (50,0%) dan yang memiliki kepercayaan diri sedang sebanyak 15 responden (50,0%).

Penelitian yang dilakukan Sofia & Kuswardani (2009) menyatakan bahwa, semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah perilaku merokok sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi perilaku merokok. Penelitian lain yang dilakukan Azkiyati (2012) menyatakan bahwa, perilaku merokok sebagai identitas diri, yaitu memberikan kesan tidak kolot (modern), dewasa, jantan, gagah, dan berani. Identitas yang terbentuk menyusun prinsip kepribadian seseorang. Prinsip-prinsip tersebut diperoleh melalui proses evaluasi secara menyeluruh oleh seseorang terhadap dirinya. Seseorang dapat mengevaluasi dirinya secara negatif maupun positif.

Peneliti berpendapat bahwa, beberapa orang mendapatkan kepercayaan diri dengan menjadi perokok karena ingin terlihat gagah dan modern. Dengan merokok mereka merasa mampu mendapatkan dukungan sosial dari teman sebayanya. Sedangkan pada beberapa orang yang bukan perokok, mereka memiliki kepercayaan diri karena dapat menerima dirinya apa adanya dan mampu melakukan berbagai hal dengan baik.

Tabel 7. Perbedaan kepercayaan diri pada perokok dan bukan perokok.

Kepercayaan Diri	n	mean	p
Perokok	30	26,92	0,110
Bukan Perokok	30	34,08	

Sumber : Data Primer (diolah 2016)

Hasil analisis tabel 7 menunjukkan bahwa nilai *mean* kepercayaan diri responden perokok 26,92 dan nilai *mean*

kepercayaan diri responden bukan perokok 34,08 dengan nilai $p=0,110$.

Berdasarkan hasil uji *mann-whitney* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) menunjukkan nilai $p = 0,110 > 0,05$ maka dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 gagal ditolak yang artinya tidak ada perbedaan kepercayaan diri pada mahasiswa perokok dan bukan perokok di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi.

Perokok akan merasakan beberapa keluhan jika kebiasaan merokoknya dihentikan. Perokok yang sudah ketagihan akan merasa kurang percaya diri, sulit berkonsentrasi, dan tidak bersemangat (Priyoto, 2015). Dengan rokok seseorang dapat mengurangi ketegangan yang dirasakan, membantu konsentrasi untuk menghasilkan sebuah karya, upaya memperoleh dukungan sosial dan menjadi relaksasi yang menyenangkan (Nasution, 2007). Bukan perokok berhasil mengendalikan kehidupan diri sendiri dan menerima dirinya apa adanya. Bukan perokok hidup lebih sehat tanpa merasakan efek kimiawi negatif dari rokok (Priyoto, 2015). Dengan demikian seseorang menganggap dirinya berharga sehingga memiliki penilaian positif terhadap setiap tindakan yang dilakukan (Widjaja, 2016).

Perokok dan bukan perokok yang dipengaruhi oleh beberapa faktor tersebut berpengaruh terhadap kepercayaan diri seseorang. Namun ternyata dalam penelitian ini terbukti tidak adanya perbedaan kepercayaan diri pada perokok dan bukan perokok yaitu H_0 gagal ditolak dimana dapat hasil penelitian tidak ada masalah yang membuktikan adanya perbedaan kepercayaan antara perokok dan bukan perokok tetapi bisa jadi ada hal lain yang dapat membedakan kepercayaan diri seseorang.

Menurut Pratiwi (2007) dalam penelitiannya bahwa tidak terdapat perbedaan kepercayaan diri antara perokok pria dan perokok wanita dalam

pergaulan sehari-hari dengan hasil uji-t $0,508 > 0,05$. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor penelitian, seperti subjek atau responden yang berbeda termasuk perbedaan batasan usia.

Perbedaan kepercayaan diri seseorang dapat berbeda dengan berbagai faktor lainnya misalnya faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi, konsep diri, harga diri, kondisi fisik, dan pengalaman hidup. Sedangkan faktor eksternal meliputi, pendidikan, pekerjaan, dan lingkungan (Widjaja, 2016).

Peneliti berpendapat bahwa tidak terdapat perbedaan kepercayaan diri pada mahasiswa perokok dan bukan perokok di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. Pada dasarnya perokok dan bukan perokok mempunyai kepercayaan diri yang sama hanya saja mereka berbeda dalam perilakunya yaitu seorang perokok dan bukan perokok. Namun berdasarkan teori ada beberapa faktor yang dapat membedakan kepercayaan diri seseorang yaitu faktor internal meliputi, konsep diri, harga diri, kondisi fisik, dan pengalaman hidup sedangkan faktor eksternal meliputi, pendidikan, pekerjaan, dan lingkungan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi disimpulkan bahwa sebagian besar responden perokok memiliki kategori perokok sedang, sebagian besar responden bukan perokok memiliki kategori tidak pernah merokok, sebagian besar responden perokok memiliki kepercayaan diri sedang, dan responden bukan perokok yang memiliki kepercayaan diri tinggi sama jumlahnya dengan responden bukan perokok yang memiliki kepercayaan diri sedang. Serta tidak terdapat perbedaan kepercayaan diri pada mahasiswa perokok dan bukan perokok di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi.

DAFTAR PUSTAKA

Azkiyati, A. M. (2012). Hubungan Perilaku Merokok dengan Harga Diri Remaja Laki-laki di SMK Putra Bangsa. Skripsi Fakultas Ilmu Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Depok. Diakses tanggal 1 Oktober 2016.

CNN Indonesia. (2016). Krisis Percaya Diri Masih Jadi Alasan Orang Merokok. Jakarta: CNN Indonesia. <http://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20160531041657-277-134591/krisis-percaya-diri-masih-jadi-alasan-orang-merokok/>. Diunduh 28 September 2016.

Kusumoastuti, B. R. A. (2015). Hubungan Perilaku Merokok dengan Tingkat Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Universitas Bina Nusantara. Jurnal Jurusan Psikologi Universitas Bina Nusantara Jakarta. Diakses tanggal 5 Oktober 2016.

Nasution, I. K. (2007). Perilaku Merokok Pada Remaja. Medan: Usu Resipatory. <http://library.usu.ac.id/download/fk/132316815.pdf>. Diakses tanggal 17 September 2016.

Pratiwi, A. D. (2007). Perbedaan Kepercayaan Diri Antara Perokok Pria dan Perokok Wanita dalam Pergaulan Sehari-hari di Daerah Istimewa Yogyakarta. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Diakses tanggal 28 November 2016.

Priyoto. (2015). Perubahan dalam Perilaku Kesehatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Riskesdas. (2010). Masalah Merokok Di Indonesia. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia. <http://www.promkes.depkes.go.id/dl>

/factsheet1cov.pdf. Diakses tanggal 16 September 2016.

Riskesdas. (2013). Hari Tanpa Tembakau Sedunia. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hari-tanpa-tembakau-sedunia.pdf>. Diakses tanggal 16 September 2016.

Setiyawan, E., Aisah, S., & Rosidi, A. (2012). Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Siswa Perokok dan Bukan Perokok di SMP Negeri 1 Blado Kabupaten Batang. Jurnal Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang. Diakses tanggal 1 November 2016.

Sofia, H. A., & Kuswardani, I. (2009). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Perilaku Merokok pada Remaja. Jurnal Psikohumanika Vol. II. No. 2 Universitas Setia Budi Surakarta. Diakses tanggal 4 Oktober 2016.

Widjaja, H. (2016). Berani Tampil Beda dan Percaya Diri. Yogyakarta: Araska.

Yoyok, F. (2012). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Laki-Laki Di Asrama Putra. Jurnal Stikes Vol. 5. No. 1 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rs Baptis Kediri. Diakses tanggal 25 September 2016.