

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN  
PERILAKU MEROKOK PADA MAHASISWA  
UNIVERSITAS 45 SURABAYA**

**Oleh**

**Imam Subakti <sup>1</sup>, Hayani <sup>2</sup>,  
Fahyuni Baharuddin, Setia Budhi**

Fakultas Psikologi Universitas 45 Surabaya

Email : hayani@univ45sby.ac.id

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok pada mahasiswa Universitas 45 Surabaya. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 32 mahasiswa perokok dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 mahasiswa perokok. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik purposive. Dalam penelitian ini pengumpulan data menggunakan skala likert. Skala kepercayaan diri berdasarkan teori Lauster dan skala perilaku merokok berdasarkan teori Aul. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan korelasi product moment dari pearson. Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan program SPSS for Windows 23 Version. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara variabel kepercayaan diri dengan perilaku merokok, dengan nilai  $r = 0,554$ ,  $p = 0,001$  Dengan demikian maka dapat ditarik kesimpulan terdapat hubungan yang positif antara variabel kepercayaan diri dengan perilaku merokok. Dengan kata lain semakin tinggi tingkat kepercayaan diri semakin tinggi tingkat perilaku merokok. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat kepercayaan diri maka semakin rendah perilaku merokok. Berdasarkan hasil data di atas maka hipotesis dari penelitian ini diterima, dimana hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok pada mahasiswa Universitas 45 Surabaya.

Kata kunci : kepercayaan diri, perilaku merokok, Universitas 45 Surabaya

## **ABSTRACT**

This study aims to determine whether there is a relationship between self-confidence and smoking behavior in students at the University of 45 Surabaya. The population in this study was 32 smoking students and the sample in this study was 32 smoking students. The sampling technique used in this study is a purposive technique. In this study data collection using a Likert scale. The self-confidence scale is based on Lauster's theory and the smoking behavior scale is based on Auler's theory. The analysis technique used in this study uses product moment correlation from Pearson. Data processing in this study used the SPSS for Windows 23 Version program. The results showed that there was a significant positive relationship between the variables of self-confidence and smoking behavior, with a value of  $r = 0,554$ ,  $p = 0,001$ . Thus it can be concluded that there is a positive relationship between the variables of self-confidence and smoking behavior. In other words, the higher the level of smoking behavior. And vice versa, the lower the level of self-confidence, the lower the smoking behavior. Based on the results of the data above, the hypothesis of this study is accepted, where the research hypothesis is that there is a relationship between self-confidence and smoking behavior in 45 University Surabaya students.

Key words: confidence, smoking behavior, University of 45 Surabaya

## **PENDAHULUAN**

Merokok adalah perilaku yang sering dilihat semua orang. Merokok juga merupakan kebiasaan yang dilakukan oleh penduduk Indonesia. Perilaku ini sudah menjadi hal yang sangat umum baik itu di lingkungan kerja, lingkungan pendidikan dan di fasilitas-fasilitas umum lainnya. Bagi beberapa orang, rokok merupakan gaya hidup dan kebutuhan yang tidak bisa untuk dilepaskan dalam kehidupan.

Perilaku merokok menimbulkan bahaya bagi kesehatan, meskipun semua orang mengetahui akan bahaya merokok jika dikonsumsi apalagi dijadikan suatu kebiasaan, tapi tetap saja banyak orang yang mengkonsumsi rokok bahkan sebagai perokok akan sangat nyaman dan bahkan bisa menimbulkan rasa kepercayaan diri. Bagaimana semua ini bisa terjadi, bisa diperhatikan dari beberapa sudut pandang tentang perilaku merokok bisa merugikan bagi diri sendiri maupun orang disekitarnya karena berada di lingkungan perokok pasif sangat berbahaya di bandingkan dengan perokok itu sendiri (Komasari & Helmi, 2011).

Faktor pengetahuan mengenai bahaya merokok ada juga faktor yang mempengaruhi seseorang berperilaku merokok dan awal untuk mencoba merokok yaitu perilaku merokok yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan mereka yang berkelanjutan sampai jenjang mahasiswa bahkan sampai usia mereka tidak lagi

muda. Selain itu rokok juga dianggap sebagai pembangun rasa percaya diri karena mudah untuk bergaul dengan teman lama bahkan teman baru. Ini terjadi disemua kalangan baik pada remaja, mahasiswa sampai dengan orang tua. Mereka bisa dalam sekejap akrab dengan orang yang belum mereka kenal sebelumnya dengan merokok bersama (Munthe, 2005).

Perilaku merokok juga didasarkan pada rasa kenikmatan yang dirasakan oleh perokok karena secara tidak langsung, setiap manusia akan condong menjauhi ketidakseimbangan dan melindungi apa yang sudah ada dan dirasakan sebagai kenikmatan, sehingga bisa dimengerti perokok akan sangat susah bisa menghentikan perilaku merokoknya dengan mengabaikan semua efek bahaya dari merokok dan motif para perokok adalah untuk relaksasi seperti yang dikatakan oleh Klinke & Meeker (dalam Komasari & Helmi, 2011) bahwa merokok bisa memudahkan konsentrasi, mengurangi ketegangan, mendapatkan kesenangan dan juga untuk ketenangan.

Jika mahasiswa tidak mempunyai rasa percaya diri di dalam bidang pendidikan ialah hal yang kurang baik, mahasiswa akan cenderung takut bertanya saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Bahkan tidak sedikit mahasiswa pada saat mengerjakan soal atau ujian mendadak "*Blank*" dan sulit untuk mengerjakan ujian tersebut. Maslow ( dalam Fauzan & Aripin, 2018) yang menjelaskan bahwa orang tidak percaya diri akan terlihat ragu-ragu, pesimis, dan takut menyampaikan gagasannya. Orang yang mempunyai rasa percaya diri akan dapat bergaul dengan mudah, berperilaku mandiri, dan tidak malu bertindak sesuatu yang baik, hal ini sesuai dengan pernyataan Lauster (dalam Fauzan & Aripin, 2018), mengenai sifat-sifat seseorang yang mempunyai kepercayaan diri ialah ambisius, optimis, mandiri, toleran, pemberani, tidak egois, yakin dengan pendapatnya dan tidak berlebihan.

Kepercayaan diri ialah suatu hal permasalahan yang dibutuhkan dalam memutuskan sesuatu seseorang untuk menikmati rokok atau tidak. Bagi orang yang perokok mempunyai anggapan bahwa merokok dapat memberikan kepercayaan diri dalam berupaya mendapatkan songkongan sosial dan mendapatkan ketenangan yang memuaskan sehingga merokok salah satu sarana untuk mencari teman (Komasari & Helmi, 2011).

Ghufroon (dalam Abraham, 2014) kepercayaan diri juga mempunyai sifat bahagia, yakin, bertanggung jawab, toleran dan juga memiliki aspek dalam kepribadian ialah keyakinan dengan kemampuan diri sendiri sehingga tidak mudah terhasut dengan orang lain dan bisa berbuat sesuai kehendaknya.

Penelitian (Mustikasari, 2019) total sampel 68 mahasiswa, memberikan adanya korelasi negatif dengan signifikan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok yang dimana di dapat taraf signifikansi sebesar 0,659 dimana nilai sig = 0,659 yang lebih besar dengan taraf signifikansi = 0,05 ( $0,659 > 0,05$ ) yang memberkan arti tidak adanya hubungan yang signifikan perilaku merokok dan kepercayaan diri.

Penelitian (Cahyady & Marghifratillah, 2018) mengenai hubungan antara persepsi tingkat kepercayaan diri dengan perilaku merokok yang dilakukan di mahasiswa kedokteran Universitas Abulyatama di aceh besar dengan 60 responden menunjukkan hasil adanya hubungan persepsi tingkat kepercayaan diri dengan perilaku merokok yang dimana hasil uji dari hipotesis mendapatkan nilai  $p - value = 0,002$  dimana nilai tersebut  $< a = 0,05$ .

Peneliti melakukan observasi, peneliti menemukan bahwa memang banyak mahasiswa Universitas 45 Surabaya yang melakukan perilaku merokok bahkan hal tersebut bisa dilakukan dalam area kampus. Selain itu observasi peneliti juga menunjukkan bahwa mahasiswa merokok saat waktu tertentu yaitu waktu sebelum perkuliahan dimulai dan sudah perkuliahan di mulai.

Untuk mendapatkan fenomena terhadap mahasiswa Universitas 45 Surabaya peneliti melakukan wawancara mengenai hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok kepada tiga subyek yaitu AB, DRP dan FP.

Proses wawancara yang dilaksanakan peneliti, bersama subjek AB pada jum'at 2 Desember 2022 yang dilaksanakan di kampus 18.30 – 20.00 WIB, AB yang merupakan mahasiswa semester 9 fakultas Teknik Informatika Universitas 45 Surabaya. Memberikan pernyataan bahwa AB merokok pada saat usia remaja yaitu di usia 14 tahun awal- awal hanya mencoba dan akhirnya menjadi kecanduan. Alasan subjek merokok ialah faktor lingkungan dan rasa ingin tahu saat lihat orang disekitarnya merokok. Subjek AB juga menyatakan bahwa jika merokok memudahkan subjek saat bergaul dan lebih percaya diri saat berbicara dengan orang sekitarnya.

Proses wawancara yang dilaksankan peneliti, bersama subjek DRP senin 5 Desember 2022 yang dilaksanakan 18.30 – 20.00 WIB, DRP yang adalah mahasiswa fakultas Psikologi Universitas 45 Surabaya. Memberikan pernyataan bahwa subjek merokok pada saat usia remaja yaitu di usia 15 tahun. Awal- awal merokok atas ajakan teman yang lebih dulu merokok. Subjek DRP menyatakan bahwa dengan merokok subjek merasa lebih santai, mengurangi rasa setres dalam dirinya, dan bisa berfikir positif. Dari beberapa perasaan yang timbul saat merokok subjek juga menyatakan bahwa merokok dapat membantu atau mendapatkan rasa percaya diri dalam melakukan aktifitas dan dapat mengurangi masalah yang ada dalam dirinya.

Proses wawancara yang dilaksankan peneliti, bersama subjek FP senin 21 November 2022 yang dilaksankn di kampus 18.30 – 20.00 WIB, FP yang merupakan mahasiswa semester 5 fakultas D3 Pariwisata dan Perhotelan Universitas 45 Surabaya. Memberikan pernyataan bahwa subjek merokok pada saat usia remaja yaitu usia 17 tahun. Subjek merokok atas tawaran temannya, akhirnya mencoba dan menjadi pecandu rokok. Subjek menyatakan bahwa merokok dapat memudahkan dia saat mengambil keputusan dalam suatu hal.

Hasil proses wawancara dari tiga mahasiwa Universitas 45 yang telah dilakukan, berikut terdapat kesimpulan. Bahwa kepercayaan diri dan perilaku

merokok terdapat hubungan yang signifikan, faktor yang mempengaruhi perilaku merokok adalah lingkungan keluarga dan teman. Dari perilaku merokok itu subjek merasa lebih tenang, mudah bergaul, bisa berfikir positif saat mendapatkan masalah, mengurangi rasa cemas dan subjek merasa adanya rasa percaya diri dalam melakukan aktifitas.

Mahasiswa sebagai kaum yang dianggap intelektual memiliki kepekaan yang tinggi mengenai dampak dari perilaku merokok terhadap lingkungan dan kesehatan. Fenomena mahasiswa merokok bisa dilihat di Universitas 45 Surabaya pada jam-jam tertentu banyak mahasiswa yang merokok di area kampus. Dalam area pendidikan atau belajar mengajar itu bebas asap rokok sesuai dengan peraturan Walikota Surabaya nomor 25 yang ditetapkan pada tahun 2009. Disini peneliti ingin memberikan kesadaran kepada mahasiswa Universitas 45 Surabaya bahwa perilaku merokok tidak seharusnya di lingkungan pendidikan.

Berdasarkan paparan tersebut peneliti terdorong meneliti hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok pada mahasiswa Universitas 45 Surabaya.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional, peneliti hendak meneliti ada tidaknya hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok mahasiswa Universitas 45 Surabaya. Hal ini sependapat dengan pendapat Creswell (dalam Syofian Siregar, 2013) yang menjelaskan penelitian kuantitatif merupakan pendekatan untuk menguji hubungan antara variabel dan hipotesis yang telah ditetapkan peneliti. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu dan ditetapkan oleh peneliti yang dipelajari dan di tarik kesimpulan (Prof. Dr Sugiyono, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang perokok di Universitas 45 Surabaya dari Fakultas Hukum, Fakultas Psikologi, Fakultas Teknik, Fakultas Ekonomi, D3 Tv dan Film, dan D3 Pariwisata yang berjumlah keseluruhan 383 mahasiswa, tapi yang didapatkan peneliti melalui penyebaran *G.form* disetiap fakultas Universitas 45 SBY yang memiliki karakteristik yang sesuai dengan subjek adalah 32 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan Sampling Purposive. Sampling purposive ialah teknik sampel berdasarkan kriteria-kriteria tertentu untuk menyesuaikan permasalahan penelitian atau tujuan dalam penelitian (Prof. Dr Sugiyono, 2016). Karena populasi dibawah 100, maka populasi di ambil semua sebagai sampel yaitu sebanyak 32 mahasiswa yang mempunyai karakteristik yang sesuai untuk sumber data Kuisisioner merupakan pengumpulan data dengan cara menyebarkan daftar pertanyaan yang representatif untuk diisi responden atau mahasiswa perokok di Universitas 45 Surabaya. Dalam penelitian ini kuisisioner yang dipakai merupakan kuisisioner tertutup ialah berisi pertanyaan dengan jawaban yang disediakan sehingga responden tinggal memilih dan skala pengukuran penelitian ini merupakan skala likert (Syofian Siregar, 2013).

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini ada 2 yaitu kepercayaan diri menurut kajian Lauster dan perilaku merokok menurut teori Aula.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Menguji validitas skala kepercayaan diri dalam penelitian ini menggunakan *SPSS versi 23*. Skala kepercayaan diri mempunyai 15 aitem, ada 3 aitem yang tidak valid, sehingga dapat 12 aitem yang valid. Menguji validitas skala perilaku merokok dalam penelitian ini menggunakan rumus *Pearson Product Moment Corelation Coefficient* dengan bantuan program *SPSS Ver. 23 For Windows*. Skala perilaku merokok memiliki 9 aitem dan semuanya valid. Setelah dilakukan uji validitas, maka dilakukan uji realibitas untuk setiap instrument menggunakan rumus Alpha Cronbach dengan bantuan program *SPSS Ver. 23 For Windows*. (Syofian Siregar, 2013) kriteria instrumen penelitian dinyatakan realibel dengan menggunakan teknik ini. Bila koefisien reliabilitas lebih besar dari 0,6 pada variabel kepercayaan diri didapatkan koefisien reliabilitas sebesar 0,901 yang berarti variabel kepercayaan diri tergolong variabel. Pada variabel perilaku merokok memperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,896 yang berarti variabel perilaku merokok tergolong variabel.

Uji korelasi dilakukan dengan teknik Pearson's parametrik  $r$  Product Moment dan hasilnya menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku merokok. Terbukti dengan nilai taraf signifikasinya yang dibawah 5% ( $p = 0,001$ ). Besarnya hubungan antara kepercayaan diri dan perilaku merokok ialah 0,544 ( $r_{xy} = 0,544$ ). Hal tersebut memberikan penjelasan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok kepada mahasiswa Universitas 45 Surabaya, dengan demikian hipotesis diterima. Keterkaitan kepercayaan diri dan perilaku merokok mempunyai arah yang positif, jadi jika kepercayaan diri tinggi berarti tingkat perilaku merokok yang ditunjukkan oleh individu semakin meningkat. Sedangkan jika kepercayaan diri rendah maka tingkat perilaku merokok juga semakin rendah. Besar keterkaitan atau hubungan tersebut adalah 0,544 atau tingkat perilaku merokok didorong oleh kepercayaan diri yang dialaminya sebesar 29%. Hal tersebut memberikan penjelasan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok kepada mahasiswa Universitas 45 Surabaya, dengan demikian hipotesis diterima.

Hasil penelitian yang sama diteliti oleh (Cahyady & Marghfiratillah, 2018) mengenai hubungan antara persepsi tingkat kepercayaan diri dengan perilaku merokok yang dilakukan di mahasiswa kedokteran Universitas Abulyatama di aceh besar dengan 60 responden menunjukkan hasil adanya hubungan persepsi tingkat kepercayaan diri dengan perilaku merokok yang dimana hasil uji dari hipotesis mendapatkan nilai  $p - value = 0,002$  dimana nilai tersebut  $< a = 0,05$ .

Dari hasil penelitian sebelumnya dan hasil penelitian diatas dapat menjadikan wawasan terutama mengenai kepercayaan diri dengan perilaku merokok padalingkungan pendidikan.

## **PENUTUP DAN SARAN**

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis penelitian. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok pada mahasiswa Universitas 45 Surabaya.

Dari hasil penelitian ini dapat diberikan beberapa saran:

### **Saran Teoritis:**

1. Penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan terhadap permasalahan yang sama, maupun variabel lainya dan serta dapat menambah khasanah keilmuan, khususnya mengenai perilaku merokok dan kaitanya dengan kepercayaan diri.
2. Penelitian ini dapat memperkaya pengetahuan khususnya pada bidang Psikologi Kepribadian, mengenai Kepercayaan diri dan hubungan dengan perilaku merokok.

### **Saran praktis:**

1. Penelitian ini dapat memberikan sumbagan pemikiran bagi Pimpinan Universitas 45 Surabaya, karena penelitian ini dilakukan dilingkungan pendidikan seharusnya, bisa memberikan himbauan mengenai larangan merokok.
2. Bagi Universitas 45 Surabaya bisa memberikan tempat *smoking area*.
3. Dalam rangka memberikan manfaat untuk orang lain dengan menghimbau untuk tidak merokok karena efek samping dari merokok yang membahayakan diri sendiri maupun lingkungan sekitar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, G. (2014). G. a. *Revue Medicale Suisse*, 10(452), 2296. <https://doi.org/10.5422/fordham/9780823244881.003.0006>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar. <https://doi.org/IOS3254.slims-2801>
- Binita, A. M., Istiarti, V. T., & Widagdo, L. (2016). Hubungan Persepsi Merokok dengan Tipe Perilaku Merokok pada Siswa SMK &quot;X&quot; di Kota Semarang Dosen Bagian PKIP FKM Undip. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(5), 2356–3346. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Budiman, V. R., & Hamdan, S. R. (2021). Stres akademik dan perilaku merokok mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Islam Bandung*, 7(1), 58–62. <https://doi.org/10.29313/.v7i1.25558>
- Cahyady, E., & Marghifiratillah, C. (2018). Hubungan Antara Persepsi Tingkat Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama Aceh Besar. *Jurnal Aceh Merdeka*, 2(1), 5–13.
- Fauzan, G. A., & Aripin, U. (2018). *PENERAPAN ICE BREAKING DALAM PEMBELAJARAN*. X(X), 17–24.
- Indonesia, P. M., Demografi, L., Ekonomi, F., & Serikat, A. (2017). *PERILAKU MEROKOK*. 02, 256–263.
- Komasari, D., & Helmi, A. F. (2011). Faktor Faktor Penyebab Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 27(1), 37–47.
- Munthe, R. (2005). *HUBUNGAN ANTARA PERILAKU MEROKOK DENGAN*

*KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 22 MEDAN.* 15–18.

- Mustikasari, D. M., Dwikurnaningsih, Y., & Windrawanto, Y. (2019). Hubungan Perilaku Merokok Dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa Perokok Pada Progd Di Bk Fkip Di Universitas Kristen Satya Wacana. *Genta Mulia*, 10(1), 22–30.
- Prautami, E. S., & Rahayu, S. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Merokok pada Remaja di SMA PGRI 2 Palembang Tahun 2017. *Nursing Inside Community*, 1(1), 27–32. <https://doi.org/10.35892/nic.v1i1.10>
- Prof. Dr Sugiyono. (2016). *METODE PENELITIAN Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* ALFABETA.
- Purba, N. A., & Permatasari, R. F. (2021). Gaya Hidup dan Health Locus Of Control Terhadap Perilaku Merokok Pada Wanita Perokok Elektrik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 357. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i2.5977>
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. *Al-Irsyad*, 12(1), 40. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v12i1.11935>
- Ratnawati, E., Siwu, J. F., & Hamel, R. S. (2017). *MASYARAKAT UNIVERSITAS SAM RATULANGI.* 5.
- Rusli, R., & Kholik, M. (2013). Hasil dan Pembahasan Teori Belajar Behavioristik. *Jurnal Sosial Humaniora ISSN*, 4, 6.