

Pengaruh Motivasi dan Persepsi Dengan Kesulitan Berhenti Merokok pada Karyawan Universitas MH Thamrin

***Petrus Geroda Beda Ama¹⁾, Dwi Wahyuni²⁾, Yuyun Kurniawati³⁾**

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan,
Universitas Mohammad Husni Thamrin

Corresponden author: petrusgeroda@gmail.com

Received : 11 Desember 2020

Accepted : 24 September 2021

Published: 30 September 2021

DOI: <https://doi.org/10.37012/jik.v13i2.420>

ABSTRAK

Merokok merupakan kegiatan yang masih sering dilakukan oleh banyak orang dan merupakan masalah yang terus berkembang. Berbagai penelitian menyebutkan bahwa ada banyak faktor yang menentukan seseorang untuk bisa berhenti merokok, diantaranya adalah motivasi dan juga persepsi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh persepsi risiko dan motivasi terhadap Kesulitan Berhenti Merokok Karyawan Universitas MH Thamrin. Populasi dari penelitian ini adalah semua karyawan Laki-laki Universitas MH Thamrin sebanyak 76 orang. Sementara sampel dalam penelitian ini adalah karyawan laki-laki Universitas MH Thamrin yang perokok aktif, sebanyak 39 orang. Hasil penelitian diperoleh bahwa kedua variabel independen yaitu persepsi dan motivasi memberikan pengaruh terhadap kesulitan berhenti merokok pada karyawan Universitas MH Thamrin. Variabel Persepsi Risiko diperoleh nilai $P=0,042$ dengan OR 5,029, sementara Variabel Motivasi diperoleh nilai $P=0,032$ dengan OR 5,625. Perlu diterapkan kawasan tanpa rokok di lingkungan kampus Universitas MH Thamrin melalui peraturan rektor atau yayasan, hal ini sebagai salah satu strategi menekan perilaku merokok di lingkungan sekitar kampus, yang berdampak tidak hanya pada karyawan, tetapi juga terhadap mahasiswa.

Kata Kunci : Kesulitan Berhenti Merokok, Persepsi Risiko dan Motivasi.

ABSTRACT

Smoking is an activity that is still often done by many people and is a growing problem. Various studies state that there are many factors that determine a person to be able to quit smoking, including motivation and perception. The purpose of this study was to determine the effect of risk perception and motivation on the difficulty of quitting smoking in MH Thamrin University employees. The population of this study were 76 male employees of the MH Thamrin University. Meanwhile, the sample in this study were 39 male employees of the MH Thamrin University who were active smokers. The results showed that the two independent variables, namely perception and motivation, had an influence on the difficulty of quitting smoking for employees of the MH Thamrin University. The risk perception variable obtained a P value = 0.042 with an OR 5.029, while the motivation variable obtained a P value = 0.032 with an OR 5.625. It is necessary to apply a smoke-free area in the MH Thamrin University campus environment through a rector or foundation regulation, this is a strategy to suppress smoking in the environment around the campus, which affects not only employees, but also students.

Keywords : *Difficulty Quitting Smoking, Perceptions of Risk and Motivation.*

PENDAHULUAN

Merokok merupakan kegiatan yang masih sering dilakukan oleh banyak orang dan merupakan masalah yang terus berkembang. Sampai saat ini belum ditemukan solusi yang tepat. Menurut Laporan WHO terakhir tahun 2015, Indonesia merupakan Negara ketiga dengan jumlah perokok terbesar di dunia setelah Cina dan India, (Infodatin, 2015). Sementara data dari Global Adult Tobacco Survey (GATS, 2015) laki laki Indonesia menduduki rangking pertama perokok di dunia dengan prevalensi 67%, diikuti Rusia dengan 61%.

Semua ahli kesehatan termasuk World Health Organization (WHO) telah lama menyimpulkan, bahwa secara kesehatan rokok banyak menimbulkan dampak negatif, terutama bagi anak-anak dan masa depannya. Rokok mengandung 4.000 bahan kimia, 200 diantaranya bersifat karsinogenik (dapat menyebabkan kanker) Bahan kimia tersebut terdapat pada asap utama, yaitu asap rokok yang langsung dihirup dari paru-paru perokok atau asap samping, yaitu asap rokok yang dihasilkan oleh pemegang rokok. Pembakaran, seperti karbon monoksida, benzoat dan amonia (KPAI, 2013; Rahayu, Purwanti, 2017).

Riskesdas 2013 memperlihatkan bahwa kebiasaan merokok saat ini menjadikan masalah utama di Indonesia dan menyebabkan sedikitnya 25.000 kematian akibat dari asap rokok. Perokok berisiko untuk terkena kanker hati dan paru, bronkitis kronis, emphysema, gangguan pernapasan, kerusakan dan luka bakar, berat badan rendah dan perkembangan yang terhambat pada bayi (Taylor, 2006). Selain itu, rokok juga dapat mengakibatkan gangguan reproduksi pada pria dan wanita (Nurhayati, 2008 Dalam Pratama 2019).

Perilaku merokok Dari semua sisi sangat merugikan diri sendiri dan orang lain di sekitar (Aula, 2010). Banyak kerugian yang diakibatkan oleh rokok, terutama dalam bidang sosial ekonomi, kesehatan bahkan kematian (Kemenkes RI, 2011).

Setiyanto, 2013 menyebutkan bahwa merokok adalah suatu kebiasaan menghisap rokok yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, merupakan suatu kebutuhan yang tidak bisa dihindari bagi orang yang mengalami kecenderungan terhadap rokok. Kebiasaan merokok dianggap menyenangkan bagi para perokok, namun disisi lain dapat berdampak negatif bagi perokok dan orang-orang di sekitarnya. Masyarakat sebenarnya mengetahui bahwa merokok berbahaya bagi kesehatan, namun secara umum orang jarang berhenti merokok.

Berbagai penelitian menyebutkan bahwa ada banyak faktor yang menentukan seseorang untuk bisa berhenti merokok. Pada Penelitian Pratama, 2019 adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan mahasiswa Akper Kesdam I/BB Medan berhenti merokok diantaranya adalah diri sendiri (personal), adiksi rokok, pengaruh lingkungan sosial, teman

sebaya, kemudahan mendapatkan rokok dan adanya orang yang menjadi panutan merokok. Pada Penelitian Saroh Darojah, 2014 adapun Faktor Determinan Penghambat Berhenti Merokok Pada Kepala Keluarga Di Kecamatan Jatiyoso Kabupaten Karanganyar adalah niat berhenti merokok, tingkat ketergantungan rokok, persepsi ancaman penyakit akibat rokok, persepsi manfaat berhenti merokok dan persepsi kesulitan berhenti merokok. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Hutabarat, 2019 Adapun variabel Motivasi dan persepsi mempunyai pengaruh yang kuat terhadap perubahan sikap perokok aktif untuk berhenti merokok.

Universitas MH Thamrin memiliki sekitar 108 karyawan yang terdiri atas 76 laki-laki dan 112 perempuan. Hasil survei pendahuluan memperlihatkan bahwa dari 76 jumlah seluruh karyawan laki-laki, 39 diantaranya adalah perokok aktif. Hasil wawancara dengan beberapa karyawan perokok aktif didapatkan bahwa, ada yang merokok sejak masa sekolah, ada yang mulai merokok ketika di bangku kuliah, ada juga yang setelah bekerja. Terkait niat berhenti merokok. Hal ini karena merokok sudah menjadi kebiasaan yang sulit ditinggalkan terutama ketika selesai makan, atau pada waktu minum kopi. Banyak faktor yang mempengaruhi kesulitan berhenti merokok, namun pada karyawan universitas MH Thamrin, dugaan sementara faktor motivasi dan persepsi merupakan variabel turut andil. Melihat dari masalah yang ada maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “pengaruh motivasi dan persepsi terhadap Kesulitan Berhenti Merokok Karyawan Universitas MH Thamrin”. Adapun Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh motivasi dan persepsi terhadap Kesulitan Berhenti Merokok Karyawan Universitas MH Thamrin.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik observasional dengan studi cross sectional. Populasi dari penelitian ini adalah semua karyawan Laki-laki universitas MH thamrin sebanyak 76 orang. Sementara sampel dalam penelitian ini adalah karyawan laki-laki Universitas MH Thamrin yang perokok aktif, sebanyak 39 orang. Variabel yang diteliti terdiri dari variabel independen (motivasi dan persepsi) dan variabel dependen yaitu Kesulitan Berhenti Merokok. Pengumpulan data menggunakan kuesioner online dan offline, kemudian diolah dengan bantuan aplikasi perangkat lunak komputer. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari variabel yang diteliti dengan kemaknaan 95%. Analisis bivariat menggunakan uji chi square, dengan batas kritis p value 0,05 serta nilai OR dengan

ketentuan, jika $OR > 1$ maka variabel tersebut bersifat resiko. Jika $OR = 1$ maka variabel tersebut tidak bersifat resiko, namun jika $OR < 1$ maka variabel tersebut bersifat protektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi menurut Variabel Dependen dan Independen

Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase
Kesulitan Berhenti Merokok	Sulit	16	41
	Tidak Sulit	23	59
Persepsi Risiko	Rendah	20	53,1
	Tinggi	19	48,7
Motivasi	Kurang	18	46,2
	Cukup	21	53,8
Total		39	100

Pada Tabel 1 diatas terlihat bahwa dari 39 jumlah total responden yang diteliti, adapun terkait kesulitan berhenti merokok, 59% diantaranya menyatakan tidak sulit sementara sisanya yaitu 41% menyatakan sulit berhenti merokok. Pada variabel persepsi resiko, sebagian besar responden yaitu 53,1% memiliki persepsi resiko yang rendah terhadap bahaya rokok sementara sisanya yaitu 48,7 % memiliki persepsi resiko yang tinggi terhadap bahaya rokok.

Analisis Bivariat

Dalam analisis bivariat ini peneliti menggunakan uji *Chi-Square*, oleh karena data penelitian pada semua variabel berjenis kategorik dengan masing- masing 2 kategori. Untuk lebih jelas hasil analisis bivariat dapat dilihat pada tabel 2 berikut

Tabel 2.
Pengaruh Variabel Independen Terhadap Dependen

Variabel	Kategori	Kesulitan Berhenti Merokok				P Value	OR (95% CI)
		Sulit		Tidak Sulit			
		n	%	n	%		
Persepsi Risiko	Rendah	11	61,1	7	38,9	0,042	5,029 (1,264-20,002)
	Tinggi	5	23,8	16	76,2		
Motivasi	Kurang	12	60,0	8	40,0	0,032	5,625 (1,359-23,274)
	Cukup	4	21,1	15	78,9		

Hasil penelitian pengaruh motivasi dan persepsi terhadap kesulitan berhenti merokok pada karyawan Universitas MH Thamrin dapat dijabarkan sebagai berikut: Adapun pada variabel persepsi, kelompok responden yang memiliki persepsi resiko yang rendah terhadap rokok, 61 % diantaranya kesulitan berhenti merokok, sementara pada kelompok responden memiliki

persepsi resiko yang tinggi terhadap bahaya rokok, 23,8% diantaranya kesulitan berhenti merokok. Hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai p sebesar 0,042. Nilai p ini lebih kecil dari alpha (0,05), sehingga dengan demikian secara statistik disimpulkan bahwa ada pengaruh antara persepsi risiko merokok terhadap kesulitan berhenti merokok pada karyawan universitas MH Thamrin. Hasil uji pula diperoleh nilai OR sebesar 5,029 dengan CI : 1,264-20,002. Artinya, responden yang memiliki persepsi resiko yang rendah terhadap bahaya merokok lebih sulit berhenti merokok 5 kali lebih besar dibanding responden yang memiliki persepsi resiko merokok yang tinggi.

Pada variabel motivasi, kelompok responden yang memiliki motivasi kurang, 60% diantaranya kesulitan berhenti merokok sementara pada kelompok responden yang memiliki motivasi yang cukup, 21,1% diantaranya kesulitan berhenti merokok. Hasil uji Statistik *Chi-Square* diperoleh nilai P sebesar 0,032. Nilai ini lebih kecil dari alpha 0,05, dengan demikian secara statistik disimpulkan bahwa ada pengaruh antara motivasi berhenti merokok dengan kesulitan berhenti merokok pada karyawan Universitas MH Thamrin

Hasil uji pula diperoleh nilai OR sebesar 5,625 (1,359-23,274), artinya bahwa responden yang memiliki motivasi kurang untuk berhenti merokok lebih kesulitan berhenti merokok 6 kali lebih besar dibanding responden yang memiliki motivasi yang cukup untuk berhenti merokok

Pembahasan

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa ada hubungan antara persepsi Resiko terhadap kesulitan berhenti merokok pada karyawan Universitas MH Thamrin. Persepsi risiko adalah dampak negatif yang dirasakan sebagai akibat dari perilaku mengkonsumsi suatu produk. Peter dan Olson (2013) memahami persepsi risiko sebagai konsekuensi yang tidak diinginkan dan ingin dihindari. Individu memberikan respon terhadap stimulus yang berkaitan dengan kebutuhan serta mempertimbangkan risiko yang mungkin terjadi hingga membentuk suatu persepsi. Persepsi risiko dianggap sebagai sejauh mana ketidakpastian yang dirasakan dan konsekuensi dari suatu tindakan (Hoyer dan Macinnis 2010). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tias 2018, yang juga berhasil membuktikan bahwa variabel persepsi resiko menjadi salah satu variabel yang berpengaruh terhadap niat untuk berhenti merokok. Sejalan juga dengan Penelitian Lin dan Sloan (2015) yang bahkan sampai menyatakan bahwa persepsi risiko memiliki pengaruh terbesar terhadap rencana berhenti merokok dalam enam bulan ke depan. Adanya pengaruh antara persepsi risiko terhadap kesulitan berhenti merokok dalam penelitian ini menurut asumsi peneliti bahwa, pada dasarnya persepsi adalah penilaian seseorang terhadap suatu hal. Kecenderungan untuk

berperilaku pun sangat dipengaruhi oleh faktor persepsi tersebut. Sama halnya dengan kegiatan merokok, jika seseorang memiliki persepsi resiko bahaya dari kegiatan merokok lebih tinggi, maka peluang untuk berhenti merokok lebih besar dibanding dengan mereka yang memiliki persepsi resiko lebih rendah.

Pada variabel motivasi, diperoleh hasil bahwa ada pengaruh antara motivasi terhadap kesulitan berhenti merokok pada karyawan universitas MH Thamrin. Mereka yang memiliki motivasi berhenti merokok rendah lebih sulit berhenti merokok 6 kali dibanding responden yang memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Lisa Nadya, 2020 yang menemukan adanya hubungan motivasi Dengan Kesulitan Berhenti Merokok Pada Remaja di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun, Lamongan. sejalan juga dengan penelitian Sudhan, 2019 terkait motivasi berhenti merokok pada perokok diperoleh hasil bahwa motivasi memiliki peran penting yang mempengaruhi seseorang untuk terus merokok ataupun berhenti merokok. Analisis lanjutan pun disimpulkan bahwa Motivasi berhenti merokok pada perokok adalah motivasi intrinsik dan ekstrinsik, dengan indikator paling tinggi yaitu motivasi kebutuhan kesehatan dan motivasi dorongan keluarga. Adanya pengaruh antara motivasi dengan kesulitan berhenti merokok pada karyawan Universitas MH Thamrin ini menurut asumsi peneliti bahwa motivasi adalah merupakan faktor pendorong atau penggerak bagi seseorang untuk dapat melakukan sesuatu. Dalam kaitan dengan berhenti merokok, faktor motivasi ini sangat menentukan. Motivasi yang dimaksud bisa dari dalam diri responden itu sendiri maupun dari luar.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa, kedua variabel independen yaitu persepsi dan motivasi secara statistik memberikan pengaruh yang bermakna terhadap kesulitan berhenti merokok pada karyawan universitas MH Thamrin, dengan demikian maka rekomendasi yang dapat peneliti sampaikan adalah perlu diterapkan kawasan tanpa rokok di lingkungan kampus Universitas MH Thamrin melalui peraturan rektor atau yayasan, hal ini sebagai salah satu strategi menekan perilaku merokok dilingkungan sekitar kampus, tidak hanya pada karyawan, tetapi juga mahasiswa. Motivasi bisa datang dari luar maupun dari dalam diri sendiri. Oleh karena itu Peran dari berbagai pihak dalam hal ini keluarga, teman dan juga pimpinan. Sangat diperlukan dalam memberikan motivasi kepada karyawan. Hal ini secara tidak langsung dapat memunculkan persepsi resiko lebih tinggi terhadap rokok, dengan demikian maka peluang untuk seseorang bisa berhenti merokok akan lebih besar.

REFERENSI

1. Aula., Lisa, E. (2010). STOP Merokok! Sekarang atau Tidak Sama Sekali. Yogyakarta: Gara Ilmu
2. Darojah, S. (2014). *Faktor Determinan Penghambat Berhenti Merokok pada Kepala Keluarga di Kecamatan Jatiyoso Kabupaten Karanganyar* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
3. Hutabarat, E. N. N., Rochadi, R. K., & Aulia, D. (2019). Pengaruh karakteristik dan persepsi individu tentang peringatan bahaya merokok pada bungkus rokok terhadap perubahan sikap perokok aktif di lingkungan XXVII Kelurahan Pekan Labuhan Kecamatan Medan Labuhan. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran dan Ilmu Kesehatan*, 3(1), 9-20.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2011). Informasi tentang Penanggulangan Masalah Merokok melalui Radio, Jakarta
5. KPAI. (2013). Menyelamatkan Anak Dari Bahaya Rokok. (<http://www.kpai.go.id/tinjauan/menyelamatkan-anak-dari-bahaya-rokok/>)
6. Lin W, Sloan F. 2015. Risk perceptions and smoking decisions of adult Chinese men. *Journal of Health Economics*. 39: 60-73.
7. Liza Nadya, I. (2020). Hubungan Motivasi Dan Dukungan Keluarga Dengan Kesulitan Berhenti Merokok Pada Remaja di Dusun Ngajaran Desa Karangbinangun Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan. *Jurnal Surya*, 1(1), 1-9.
8. Peter JP, Olson JC. 2013. Perilaku Konsumen dan Strategi Pemasaran. Jakarta (ID): Salemba Empat.
9. Pratama, M. Y., Khairani, A. I., & Novida, S. (2019). Faktor yang Mempengaruhi Kesulitan Berhenti Merokok pada Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Medan. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(2), 156-165
10. Pratama, M. Y., Khairani, A. I., & Novida, S. (2019). Faktor yang Mempengaruhi Kesulitan Berhenti Merokok pada Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Medan. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(2), 156-165.

11. Rahayu, P., Purwanti, O. S. (2017). *Hubungan antara Pengetahuan Bahaya Merokok dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Naskah Publikasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta
12. Setiyanto, R. (2013). *Faktor-Faktor Penyebab Merokok*. Bandung: Alfa Beta
13. Taylor, S. E. (2006). *Health Psychology-Chapter 6: Health- Compromising Behaviour (3rd ed.)*. Singapore: McGraw-Hill International Studies
14. Tyas Ayuning, 2018. *Pengaruh Persepsi Risiko, Pengetahuan Fatwa Merokok, Dan Perilaku Merokok Terhadap Niat Berhenti Merokok Pada Remaja*. Departemen Ilmu Keluarga Dan Konsumen Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor, Bogor
15. World Health Organization. (2014). *Global youth tobacco survey indonesia report 2014. India: World Heath Organization*.
16. Zuhdan, A. (2019). *Motivasi Berhenti Merokok pada Perokok*.