

Analisis Faktor Penyebab Mahasiswa Untirta Menjadi Perokok Aktif

Haitsam Najib Ali¹⁾, Muhammad Ghullamman Zakky Sujana²⁾, Clarinta Alda Fuadiyah³⁾, Anju Guthia Mu'saqeena Boru Samosir⁴⁾, Okta Rahmadani⁵⁾, Alfandi Syaftriawan Tel⁶⁾

1-6) Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

*Corresponding author: E-mail: haitsamnajib340@gmail.com

Informasi Artikel

Article history:

Dikirimkan

24/12/2025

Direvisi 26/12/2025

Diterima 30/12/2025

Cite : Haitsam Najib Ali. dkk, 2025, Analisis Faktor Penyebab Mahasiswa Untirta Menjadi Perokok Aktif, SAKAAI : Jurnal Sosial dan Humaniora, edisi: Desember, hal 98-103, DOI : ...

Abstrak

Perilaku merokok di antara mahasiswa merupakan permasalahan serius, terutama pada mahasiswa Universitas Sultan Ageng Tirtayasa (UNTIRTA). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang membuat perokok aktif tetap merokok meskipun banyak sekali informasi mengenai bahayanya merokok. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan teknik wawancara terhadap 15 mahasiswa perokok aktif dari berbagai fakultas di Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa faktor utama perokok aktif mulai merokok karena pengaruh lingkungan dan pertemanan. Kesimpulan dari penelitian menunjukkan bahwa perilaku merokok pada mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti sosial, psikologis, dan lingkungan

Kata Kunci: Mahasiswa, Perokok Aktif, Lingkungan.

Abstract

Smoking behavior among college students is a serious problem, especially among students at Sultan Ageng Tirtayasa University (UNTIRTA). This study aims to determine the factors that lead active smokers to continue smoking despite the abundance of information about the dangers of smoking. The study used qualitative methods with interviews with 15 active student smokers from various faculties at Sultan Ageng Tirtayasa University. The results revealed that the main factor that causes active smokers to start smoking is the influence of their environment and friends. The study's conclusions indicate that smoking behavior in college students is influenced by various factors, including social, psychological, and environmental factors.

Keywords: Students, Active Smokers, Environment.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

PENDAHULUAN

Pendahuluan harus jelas dan memberikan isu-isu yang akan dibahas dalam naskah. Pendahuluan sebaiknya memuat tentang permasalahan penelitian, tujuan penelitian, *state of the art* (perbedaan kajian penelitian penulis dengan penelitian sebelumnya), *gap research*, *novelty* atau nilai kebaruan yang menunjukkan orisinalitas penelitian dan adanya kontribusi keilmuan.

Dalam kehidupan sosial kita sering menemui orang yang merokok diberbagai tempat, seperti kampus, kantor, tempat istirahat (Rest area), tempat makan, dan berbagai tempat umum lainnya. Kebiasaan ini memiliki dampak yang serius bagi perokok aktif maupun pasif. Dampak pada asap rokok mengandung lebih dari 7.000 bahan kimia, dengan lebih dari 70 di antaranya diketahui sebagai zat penyebab kanker, terpapar yang terus-menerus dari asap rokok dapat menyebabkan kerusakan sel dan jaringan tubuh serta menimbulkan masalah kesehatan bagi siapapun yang menghirupnya. Data dari World Health Organization (WHO), setiap tahun terdapat kurang lebih 8 juta orang meninggal dunia karena pemakaian tembakau, 7 juta di antaranya prokok aktif serta 1,3 juta adalah prokok pasif (World Health Organization, 2022). Oleh karena itu, Hal ini sudah menjadi kebiasaan yang harus dikurangi bagi masyarakat dikalangan muda sampai tua.

Kelompok anak dan remaja merupakan kelompok dengan peningkatan jumlah perokok yang paling signifikan. Data SKI 2023 menunjukkan bahwa kelompok usia 15-19 tahun merupakan kelompok perokok terbanyak (56,5%) (Kemenkes RI, 2024). Pada kalangan mahasiswa pun kerap dijumpai perilaku merokok yang menjadi permasalahan signifikan. Berdasarkan data, Angka prevalensi merokok pada usia 20-24 mencapai 27.2% dimana ini merupakan rentang usia mahasiswa (Malinda Capri Nurul Satya, 2024). Kondisi ini tidak hanya terjadi secara nasional, tetapi juga tampak jelas pada tingkat provinsi, terutama pada provinsi Banten. Berdasarkan data yang telah dikumpulkan Badan Pusat Statistik (BPS) persentase perokok aktif yang berusia di atas 15 tahun ke atas di wilayah Banten sekitar 31,31%, dan provinsi Banten menempati urutan ke-8 dari 38 provinsi yang ada di Indonesia. Berdasarkan data tersebut kelompok usia 15 tahun ke atas termasuk dalamnya kategori usia mahasiswa.

Berdasarkan angka data tersebut, dapat diketahui bahwa provinsi Banten termasuk dalam perokok aktif yang cukup tinggi. Jika dibandingkan dengan provinsi lain di Indonesia, provinsi Banten mencerminkan kondisi masyarakat yang relatif signifikan dalam konteks data tersebut. Rendahnya kesadaran perokok aktif membuat sebagian turut terlibat dalam perilaku tersebut. Beberapa faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok adalah tekanan teman sebaya, berteman dengan perokok usia muda, mempunyai orang tua yang merokok, saudara kandung, lingkungan sekolah. Awal mula responden merokok adalah karena faktor coba-coba dan ajakan teman dengan tujuan menghilangkan stres dan rasa bosan dan merasa lebih jantan dari yang tidak merokok tetapi lama kelamaan merokok menjadi suatu

kebiasaan sehingga menjadi aktivitas yang selalu dilakukan (Olivia Dawi Ngana, 2022).

Berdasarkan data sebelumnya, kondisi seperti ini menggambarkan bahwa kesadaran masyarakat akan bahayanya rokok masih minim. Sehingga, Data tersebut menunjukkan fakta kondisi bahwasanya perilaku perokok aktif sudah menjadi kebiasaan masyarakat umum dan juga pada lingkungan perguruan tinggi. Oleh karena itu, penulisan artikel ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi mahasiswa Untirta menjadi perokok aktif. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengapa seseorang tetap melakukan perilaku merokok meskipun banyak edukasi mengenai bahaya dan risiko dari merokok yang telah di sosialisasikan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam. Teknik wawancara dipilih karena mampu menggali informasi secara langsung dari informan, sehingga peneliti dapat memperoleh data yang lebih detail, akurat, dan sesuai pengalaman pribadi responden. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan November 2025. Informan dalam penelitian ini adalah 15 mahasiswa dari berbagai jurusan di Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, yang telah mewakili populasi mahasiswa perokok. Wawancara dilakukan secara langsung di lingkungan Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. Pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam dengan instrumen kuesioner yang telah disesuaikan dengan kebutuhan, dibantu perekam suara untuk menjaga akurasi data serta memudahkan proses transkripsi, serta alat tulis dan buku catatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dan rangkaian jawaban yang diberikan para responden, perilaku merokok di kalangan mahasiswa untirta bukan karena kebiasaan yang terbentuk secara tiba-tiba, melainkan proses yang dipengaruhi oleh dinamika sosial, emosional, dan psikologis.

Lingkungan sosial dan juga pertemanan, muncul sebagai faktor yang sangat paling dominan sebab faktor tersebut sangat dapat mempengaruhi seseorang untuk mulai mencoba merokok. Berdasarkan wawancara banyak sekali responden yang menceritakan bahwa awal mula mereka merokok karena berada di tengah kelompok yang mayoritas perokok. Selain itu situasi nongkrong, dan hanya sekadar ikut-ikutan untuk menjadi bagian dari circle sehingga membuat beberapa dari mereka akhirnya mencoba. Rasa penasaran dan berkeinginan untuk terlihat dewasa juga dapat mendorong mereka untuk mencoba merokok. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan bahwa remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, maka cenderung untuk mencoba hal baru (Melda, 2017, dikutip dalam Almaidah F, dkk, 2021, hlm. 22).

Selain pengaruh pergaulan dan juga lingkungan sekitar, beberapa responden mengungkapkan bahwa stres akademik dan tekanan emosional juga sangat berperan besar dalam memicu kebiasaan merokok. Aktivitas kampus dan tugas-tugas yang terus datang, serta tekanan mental yang sulit diungkapkan juga mendorong mereka mencari pelarian, dan rokok merupakan salah satu opsi untuk mendapatkan ketenangan sesaat. Berbagai responden, rokok dapat memberikan rasa rileks, walaupun mereka tahu efek tersebut hanya sesaat.

Mayoritas responden mulai merokok saat berada di jenjang sma, karena masa-masa ini secara perilaku sangat rentan karena sedang mencari jati diri dan pengakuan sosial dari teman-temannya. Adapun yang memulai merokok pada saat memasuki dunia kuliah, terutama Ketika mulai menghadapi tanggung jawab baru dan tekanan akademik yang lebih besar. Ketika seseorang yang kecanduan ngerokok akan memperkuat kebiasaan yang kemudian sulit dihentikan. 4 Ada fakta menarik mengenai pernyataan responden, Sebagian besar responden mengaku pernah mencoba berhenti merokok, namun usaha berhenti ngerokok sering kandas di tengah jalan. Mereka menggambarkan bagaimana rasa gelisah ketika tidak merokok, kebiasaan tangan mencari sesuatu untuk digenggam, hingga ajakan teman membuat proses berhenti semakin berat. Banyak responden yang menyebutkan lingkungan perokok membuat usaha berhenti terasa mustahil. Hal ini memperlihatkan bahwa berhenti merokok bukan hanya pertarungan fisik melawan nikotin, tetapi juga pertarungan mental melawan kebiasaan.

Dari sisi kesehatan, berbagai perubahan sudah dirasakan responden sejak mereka memulai merokok. Seperti napas yang lebih pendek, cepat lelah, batuk-batuk dan kepala pusing, daya tahan tubuh menurun, gangguan pada tenggorokan. Sensasi tubuh yang berubah sangat signifikan, perlahan membuka kesadaran mereka bahwa rokok benar-benar membawa dampak negatif. Meski demikian ada juga beberapa responden yang belum merasakan perubahan yang signifikan, sehingga membuat mereka cenderung mengabaikan potensi bahaya jangka panjang.

Terkait kesadaran sosial, responden menunjukkan sikap empatik terhadap perokok pasif. Mereka berusaha menjauh, mematikan rokok ketika ditegur, memilih tempat khusus merokok, atau setidaknya membuang asap ke arah yang tidak ada orangnya. Kesadaran ini menunjukkan, meski mereka belum bisa berhenti merokok setidaknya ada keinginan untuk tidak merugikan orang lain. Namun, Sebagian responden juga mengakui terkadang mereka lupa memperhatikan sekitar, terutama saat berkumpul bersama teman-teman perokok lainnya.

Secara keseluruhan, jawaban para responden dapat memberikan gambaran bahwa merokok adalah perilaku kompleks yang dibentuk oleh pengalaman sosial, tekanan dan kondisi emosional, serta lingkungan kehidupan sehari-hari. Bagi banyak dari mereka, rokok bukan hanya sekadar nikotin, tetapi juga gaya hidup, kedekatan sosial, pengelolaan stress, dan juga rutinitas yang tanpa disadari tertanam begitu kuat. Sehingga, upaya berhenti merokok masih menemui banyak

hambatan, baik dari faktor adiksi maupun dari lingkungan yang tidak mendukung. Meskipun demikian, terlihat adanya kesadaran bahwa kebiasaan ini berdampak pada kesehatan serta lingkungan sekitar, dan hal ini dapat menjadi titik awal perubahan di masa mendatang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dalam artikel ini, terdapat kesimpulan bahwa banyak perokok yang mulai merokok karena pengaruh lingkungan dan pertemanan, banyak dari mereka yang mulai merokok sejak SMA dan awal perkuliahan, sebenarnya mereka sadar akan dampak negatif bagi orang lain maupun kesehatan mereka sendiri, dan sebagian lainnya bahkan merasakan gangguan kesehatan seperti pernafasan dan sakit tenggorokan akibat dari merokok, meskipun mereka memiliki keinginan untuk berhenti merokok terdapat hambatan seperti mereka merasakan lemas, stres, dan kehilangan fokus.

Saran yang dapat diberikan adalah agar kampus menyediakan ruangan khusus bagi perokok sehingga aktivitas merokok dapat dilakukan di area yang lebih terkontrol dan tidak mengganggu mahasiswa lain maupun lingkungan kampus secara keseluruhan. Selain itu, penting bagi kampus untuk menyediakan layanan konseling atau program berhenti merokok yang dapat membantu mahasiswa yang ingin mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok melalui pendampingan profesional. Mahasiswa juga dianjurkan untuk menjadikan kegiatan olahraga sebagai pilihan alternatif dalam mengelola stres, karena aktivitas fisik dapat membantu memperbaiki suasana hati, meningkatkan kesehatan, dan mengurangi ketergantungan pada rokok. Tidak hanya itu, membiasakan diri mengonsumsi makanan sehat juga dapat menjadi langkah pendukung untuk memperbaiki kondisi tubuh, meningkatkan energi, serta membantu proses pemulihan bagi mahasiswa yang sedang berusaha mengurangi kebiasaan merokok. Dengan menerapkan langkah-langkah tersebut, diharapkan tercipta lingkungan kampus yang lebih sehat dan mendukung gaya hidup positif.

DAFTAR PUSTAKA

- FaktaNya. (2025, Juni 12). Ngerokok di Jepang Gak Bisa Sembarangan [Video]. Tiktok. <https://vt.tiktok.com/ZSPmTgUfA/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024, 29 Mei). Perokok aktif di Indonesia tembus 70 juta orang, mayoritas anak muda. <https://kemkes.go.id/id/perokok-aktif-di-indonesia-tembus70-juta-orang-mayoritas-anak-muda>
- Melda, S. (2017). Faktor-faktor penyebab remaja merokok (studi kasus remaja laki-laki di Kelurahan Karang Asam Ulu Kecamatan Sungai Kunjang, Kota Samarinda). *Journal SosiatriSosiologi*, 5(4), 102–116.

- Ngana, M. C. N., Setyowati, L., Suandana, I. A., & Sari, D. K. (2024). Penerapan Health Belief Model perilaku merokok pada mahasiswa. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 7(3), 658 <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i3.4646>
- Ngana, O. D., Tahu, S. K., & Barimbing, M. (2022). Survei perilaku merokok pada mahasiswa program studi Ners. *CHMK Health Journal*, 6(3), 463–467.
- Tim Promkes RSST – RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. (2022, 22 Juli). Kandungan rokok yang berbahaya bagi kesehatan. Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/406/kandungan-rokok-yangberbahaya-bagi-kesehatan