

ANTARA MOTIVASI DAN TANTANGAN BERHENTI MEROKOK (STUDI KASUS MAHASISWA DI BANDA ACEH)

Rizanna Rosemary

Jurusan Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

Jl. T. Nyak Arief Darussalam Banda Aceh 23111

rizanna.rosemary@gmail.com.

Abstrak

Mahasiswa merupakan segmen pasar terbesar industri rokok di Indonesia. Setiap tahun jumlah perokok dari kalangan generasi muda cenderung meningkat. Walaupun banyak hal yang menyebabkan sulitnya mereka untuk melepaskan diri dari rokok, akan tetapi keinginan untuk berhenti merokok juga dirasakan para mahasiswa tersebut. Penelitian ini bertujuan menggali alasan mahasiswa di Banda Aceh ingin berhenti merokok, serta menguraikan kendala-kendala yang mereka hadapi dalam upaya untuk berhenti merokok. Penelitian kualitatif ini bersifat eksploratoris dengan metode deskriptif yang dilakukan selama enam bulan bertempat di Banda Aceh. Responden penelitian berjumlah 31 mahasiswa dari universitas negeri di Banda Aceh. Melalui metode purposive sampling, responden dipilih dengan kriteria mahasiswa yang ingin atau sudah berhenti merokok. Pengumpulan data dilakukan melalui focus discussion group dan wawancara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keinginan untuk berhenti merokok dilatarbelakangi oleh motivasi yang beragam, seperti faktor keuangan, kesehatan, pengaruh significant others, alasan agama hingga kemauan diri yang kuat. Faktor candu dan mayoritas lingkungan yang perokok aktif menjadi kendala utama dalam upaya mahasiswa untuk meninggalkan ketergantungan akan tembakau. Peran aktif berbagai pihak dalam mensosialisasikan bahaya merokok di kalangan mahasiswa perlu segera ditindaklanjuti, guna mendukung kebijakan pemerintah dalam menciptakan kawasan bebas asap rokok ditempat-tempat umum terutama di lingkungan kampus.

Kata kunci: mahasiswa, motivasi, kendala

Pendahuluan

“saya baru dengar malah kalau rokok bisa bikin kanker, belum lihat contoh orang yang rusak gara-gara rokok... dan belum pernah sakit mungkin makanya belum berhenti...” (Af, lk, 22). “selama ini ngerokok itu backstreet, sembunyi-sembunyi dari orang tua... jadi sudah capek bohongin orang tua terus, makanya kepingin sekali berhenti...” (Ys, lk, 21). “... sudah saya praktekan semua cara, tapi belum bisa juga berhenti merokok.... pernah dulu waktu final menggambar di teknik mesin, dikasih waktu sama dosen, 1 jam, itu kertas ujian semua masih kosong. Setelah itu, dosennya ngomong, udahlah, biar imajinasi kalian lancar, kalau yang ngerokok, silahkan ngerokok. Tiba-tiba ruangan udah berasap semua, baru terisi semua kertas” (Ih, lk, 22)

Ungkapan di atas menggambarkan sebagian besar pandangan mahasiswa di Banda Aceh tentang rokok, keinginan, dan kendala mereka untuk berhenti merokok. Fenomena merokok di kalangan mahasiswa merupakan hal lumrah

untuk diamati. Penelitian kuantitatif terhadap 385 mahasiswa di UPN Jakarta, menunjukkan bahwa 64.7% mahasiswa usia 21 tahun adalah perokok aktif (Sumarayasa, 2008). Dari 150 responden yang diteliti dalam studi persepsi, sikap, dan minat perokok terhadap iklan layanan masyarakat pada kemasan rokok di Banda Aceh, hampir setengahnya (42%) adalah mahasiswa (Pribadi, 2009).

Selain faktor adiktif dalam rokok, kebiasaan merokok di kalangan mahasiswa dipicu oleh kondisi lingkungan mereka yang mayoritas adalah perokok. Kebiasaan merokok yang turun-menurun ditambah kurangnya pemahaman akan bahaya rokok bagi kesehatan menjustifikasi perilaku merokok mahasiswa. Kondisi ini diperparah oleh lemahnya perangkat hukum yang mengatur permasalahan tembakau (Nawi, 2006; Nitcher, 2008). Demikian halnya pengaruh *significant others* rekan maupun keluarga (Christakis, 2008), faktor ekonomi, dan kesehatan; kesemuanya berperan dalam mendorong seseorang untuk se-

nanti as teras merokok (Djutahanda, 2003) dan atau berhenti merokok (Fawzani & Triratnawati, 2005). Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi apa yang melatarbelakangi keinginan mahasiswa untuk berhenti merokok serta kendala-kendala yang mereka hadapai dalam upaya untuk menjauhkan diri dari tembakau.

Telah banyak penelitian dilakukan guna menjelaskan perilaku merokok remaja atau mahasiswa di Indonesia (Ganiwijaya, 1995, Barraclough, 1999; Nawi, 2006; Nitcher, 2008; Sumarayasa, 2008). Namun, studi pustaka yang mengupas tentang perilaku berhenti merokok di kalangan generasi muda di Indonesia masih relatif terbatas. Salah satunya, studi kualitatif yang meneliti terapi berhenti merokok (*smoking cessation therapy*) pada tiga perokok dewasa di Yogyakarta. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa keputusan untuk berhenti merokok dipengaruhi oleh faktor keluarga, kesehatan dan keagamaan. Dan metode yang dipilih untuk berhenti merokok meliputi metode pengobatan, perubahan perilaku, dan dorongan positif (Fawzani & Triratnawati, 2005).

Keterbatasan literatur akan fenomena berhenti merokok di kalangan mahasiswa di Indonesia, dan belum adanya studi dengan pendekatan kualitatif yang meneliti motivasi dan kendala berhenti merokok mahasiswa menjadikan penelitian ini signifikan. Dengan keistimewaan Aceh sebagai provinsi dengan otonomi khusus yang memberlakukan syariat Islam, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rekomendasi sejumlah pihak terkait di Provinsi Nanggroe Aceh Darussalam dalam menemukan berbagai cara dan strategi bagi proses sosialisasi bahaya rokok dan kampanye anti-rokok di kalangan generasi muda, khususnya di Aceh.

Meode Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama enam bulan dengan lokasi Kota Banda Aceh. Pemilihan lokasi dengan pertimbangan dua universitas negeri tertua dan terbesar di Provinsi Nanggroe Aceh Darussalam berada di kota ini, yakni Universitas Syiah Kuala dan IAIN Ar-Raniry. Selain itu, jumlah perokok usia remaja dan mahasiswa (15 tahun keatas) di Banda Aceh menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan (Risksedas, 2007). Padahal mahasiswa merupakan agen perubah dalam masyarakat, yang 'sebenarnya' paham akan bahaya rokok bagi kesehatan. Dalam konteks kesehatan masyarakat, mahasiswa

dikategorikan berperan penting dalam menciptakan perubahan perilaku yang positif dalam masyarakat, seperti mendukung sosialisasi berhenti merokok (*stop smoking*) di kalangan mahasiswa dan masyarakat secara umum.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang bersifat eksploratoris dengan metode deskriptif-analitis. Kualitatif data diperoleh melalui *focus group discussion* (FGD) dan *indepth interview* (wawancara mendalam) dengan mendiskusikan beberapa tema spesifik berkaitan dengan rokok serta keinginan dan kendala untuk berhenti merokok. Responden yang dapat diwawancarai dalam penelitian ini berjumlah delapan orang mahasiswa. Responden ini dipilih dari 31 peserta FGD melalui tehnik *purposive sampling* (Rakhmat, 1994). Peneliti menentukan kriteria responden berdasarkan: (a) mahasiswa yang ingin berhenti dan/atau sudah berhenti merokok, dan (b) respons/jawaban peserta FGD yang relatif berbeda atas pertanyaan 'mengapa mereka ingin berhenti merokok?'

FGD ini berlangsung dalam 4 tahap yang dilaksanakan antara bulan Juni dan Juli 2009, berlokasi di Ruang Seminar Kantor ARTI-Darussalam, Banda Aceh. Jumlah peserta FGD secara keseluruhan adalah 31 orang; FGD 1 = 8 orang, FGD 2 = 7 orang, FGD 3 = 9 orang, dan FGD 4 = 7 orang. Hasil FGD ini memberikan gambaran umum bagi peneliti tentang fenomena merokok mahasiswa di Aceh, khususnya motivasi mahasiswa ingin berhenti merokok. Sebagian besar peserta FGD menyatakan ingin berhenti merokok, sembilan menjawab belum ingin berhenti merokok. 13 peserta FGD memberikan respon yang relatif berbeda dari topik pertanyaan yang disampaikan, namun hanya delapan orang yang bersedia diwawancara lebih mendalam.

Pengumpulan data melalui wawancara dilakukan pada waktu dan tempat yang berbeda dalam jangka waktu tiga bulan. Wawancara berlangsung dua hingga tiga kali untuk mendapatkan informasi sedalam mungkin tentang upaya responden untuk berhenti merokok. Topik wawancara meliputi *pertanyaan umum*, yakni tentang awal perkenalan dengan rokok, jumlah rokok yang dihisap perhari; pada kondisi bagaimana responden merokok, pemahaman responden tentang bahaya merokok, dan sejauhmana keinginan untuk berhenti merokok. Dilanjutkan dengan *pertanyaan khusus*: apa motivasi utama responden berhenti merokok, dan kendala-kendala apa saja yang dihadapi responden untuk meninggalkan

rokok. (Lampiran 1). Disamping mewawancarai responden, peneliti juga mewawancarai satu-dua *peers* responden, yang merokok dan tidak merokok. *Peers* pada penelitian ini didefinisikan sebagai teman atau rekan sebaya dan yang tergolong dekat dengan responden. Penggalan informasi ini bertujuan untuk melihat sejauhmana lingkungan sosial responden, terutama teman dekat memberikan pengaruh dalam upaya responden meninggalkan ketergantungan akan rokok.

Semua proses pengumpulan data melalui wawancara telah mendapatkan persetujuan dari responden, termasuk perihal merekam selama proses wawancara. Konsumsi dan buah tangan (*souvenirs*) diberikan kepada responden dan informan lainnya sebagai bentuk ungkapan terima kasih atas partisipasi mereka dalam penelitian.

Perilaku Merokok di Kalangan Mahasiswa: Sebuah Dilema

Sebagai target utama industri rokok di Indonesia, konsumsi rokok dikalangan mahasiswa cenderung meningkat setiap tahunnya. Prevalensi merokok di kalangan remaja di Indonesia pada tahun 2009 adalah 57.8% laki-laki dan 6.4% perempuan. Terjadi kenaikan yang cukup signifikan dari rata-rata frekuensi merokok remaja di tahun 2006, yakni 24.5% remaja putra dan 2.3% remaja putri (Fact sheet GYTS, 2009; GYTS, 2006). Menariknya lagi, 25% dari para remaja tersebut mulai mengenal dan memiliki kecanduan rokok pada usia kurang dari 10 tahun (Aditama, 2006).

“Awal kenal rokok waktu umur 9 tahun, biasa sore hari sama kawan-kawan bawa sapi pulang habis mencari makan di sawah, sambil cari-cari sapi punya kita, ada kawan yang nawarin rokok, namanya ‘panamas’, itulah pertama kali tau rokok ” (Zf, lk, 21)

Delapan responden yang berhasil diwawancarai, tujuh responden berstatus sebagai perokok aktif dan ingin berhenti merokok, dan satu responden menyatakan dirinya sudah total berhenti merokok. Mayoritas responden mahasiswa mengakui awal mengenal rokok sejak usia bangku sekolah (usia 8-16 tahun), bahkan ada yang baru mencoba rokok ketika kuliah dan tinggal di kontrakan.

“saya mulai merokok waktu pindah ke Banda Aceh, ikut paman karena dikampung sedang konflik. Memang waktu SD sudah coba-coba merokok sama teman-teman waktu sama-

sama pulang sekolah, tapi mulai aktif merokok waktu di Banda Aceh...” (Zf, lk, 21)

Faktor-faktor yang menyebabkan meningkatnya konsumsi masyarakat Indonesia akan rokok, antara lain: pertama, perilaku merokok sudah menjadi tradisi dan kebiasaan yang bersifat umum atau perilaku yang normatif (Nitcher, 2009). Mayoritas lingkungan mereka adalah perokok, baik itu lingkungan keluarga (ayah, abang atau paman) maupun lingkungan sosial (antar teman). Penelitian terhadap 50 remaja laki-laki usia 13-17 tahun di Purworejo, Jawa Tengah memperlihatkan bahwa melalui teman sebayanya (*peers*) remaja tersebut pertama sekali mengenal rokok, dengan alasan untuk mengangkat status sosial mereka dihadapan teman-temannya (Nawi Ng, 2006; Nitcher, 2009). Kebiasaan mengkonsumsi rokok secara bersama-sama antar pria juga terjadi di hampir seluruh kegiatan sosial masyarakat, termasuk dalam perayaan perkawinan, kematian, acara-acara keagamaan, dan pertemuan-pertemuan masyarakat lainnya (Nitcher, 2009).

Sudah merupakan kebiasaan turun menurun di masyarakat Aceh, para kaum pria (remaja dan dewasa) senang duduk dan bercengkrama di warung-warung kopi baik di waktu pagi, siang, sore, hingga malam hari. Tradisi ini senantiasa disertai dengan kebiasaan minum kopi dan merokok bersama.

“dulu, dalam masyarakat Aceh, rokok dikenal sebagai bagian dari kebiasaan hidup laki-laki dewasa. Kalau orang laki bertamu dan diterima oleh orang laki lainnya, maka disuguhkan kepada tamunya tersebut air, sirih, dan rokok. Jadi dahulu merokok di Aceh merupakan sesuatu yang lumrah dan umum. Umumnya orang laki-laki dewasa merokok dimana-mana, bahkan dimeunasah dan mesjid. Ketika wacana dan pemberitaan bahwa merokok adalah berbahaya dan sudah ramai diperbincangkan, maka telah terjadi pergeseran nilai. Banyak yang sudah mulai berhenti merokok, dan bahkan ada yang merasa malu kalau merokok secara terbuka di depan umum” (Soelaiman, lk, 72)

Lingkungan yang mayoritas perokok ini cenderung menciptakan kondisi dimana mahasiswa yang awalnya bukan perokok cenderung sulit untuk menolak rokok yang ditawarkan rekan-rekan perokok lainnya, sehingga mereka pun terpengaruh menjadi seorang perokok (Nitcher, 2009).

“awal kenal rokok waktu SD. Serng diajak duduk di kedai-kedai kopi, jadi kan sering lihat orang merokok, waktu ditawar, coba dan enak, jadinya keterusan....” (Rd, lh, 23)

Kedelapan responden mengakui awal mengenal rokok karena mencoba-coba (keinginan sendiri) dan ditawari teman-teman sebayanya. Namun ada pula yang merokok karena alasan penasaran melihat *peers* nya yang merokok. “waktu pertama kali coba rokok ditempat kos. Tadinya tidak merokok, terus ada kawan yang pulang dan ninggalin rokoknya dikamar saya. Karena perut sudah kenyang, gak tau ngapain, saya ambil rokok dia dan nyobain, awalnya batuk-batuk, tapi lama-lama jadi biasa” (Wn, lk, 21) “sewaktu SD kelas 5 sering kumpul sama kawan-kawan, awalnya ditawari, kemudian karena alasan ingin PD (percaya diri) dihadapan kawan-kawan, jadinya keterusan merokok” (Fn, lk, 20)

Meningkatnya perilaku merokok dikalangan mahasiswa juga disebabkan oleh masih lemahnya perangkat undang-undang pemerintah Indonesia dalam mengatur pembatasan rokok atau tembakau, baik dalam masalah produksi, pemasaran, pengiklanan/promosi, dan aktivitas penyuluhan kesehatan (Barracough, 1999; Nawi Ng, 2006; Achadi, 2005). Hal ini yang menjadikan Indonesia menduduki pasar rokok terbesar keempat dunia (Reynolds, 1999). Sampai saat ini Indonesia adalah negara satu-satunya di Asia yang belum bersedia menandatangani dan meratifikasi aturan internasional mengenai pengendalian tembakau (rokok). Aturan yang tertuang dalam Kerangka Kerja Konvensi Pengendalian Tembakau (Framework Convention on Tobacco Control / FCTC) yang disponsori oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) ini, cukup ketat membatasi peredaran rokok, yakni dengan mensyaratkan larangan total terhadap iklan dan sponsor dari industri rokok dalam segala bentuknya, serta merekomendasikan cukai rokok setinggi-tingginya.

Walaupun pemerintah Indonesia telah memberlakukan Peraturan Pemerintah Nomor 18 tahun 1999 dan PP Nomor 38 tahun 2000 tentang Pengamanan Rokok, khususnya Peraturan Daerah (Perda) No 2 Tahun 2005 tentang Penanggulangan Pencemaran Udara (PPU) di DKI Jakarta, namun tidak semua provinsi meresponnya, termasuk Provinsi NAD melalui Qanun Kesehatan No. 11 Tahun 2003 tentang Penyelenggaraan dan Pembiayaan Upaya Kesehatan

maupun dalam pra-rancangan Qanun Kesehatan 2009.

Demikian pula dengan Insitusi Perguruan Tinggi, melalui Peraturan Tata Tertib dan Etika Kehidupan Warga Kampus Universitas Syiah Kuala Banda Aceh Nomor: 323 tahun 2003, tiada aturan yang melarang dan memberi sanksi bagi perokok di lingkungan kampus. Hal ini semakin menjustifikasikan sikap dan perilaku mahasiswa untuk terus merokok. Tiadanya larangan atau pembatasan penggunaan iklan rokok sebagai sponsor kegiatan-kegiatan mahasiswa di kampus turut menciptakan perokok-perokok baru di kalangan mahasiswa.

“dimana-mana kita lihat orang merokok, anak kecil sampai orang dewasa, dan tidak ada peraturan yang melarang merokok, itu yang bikin orang bebas merokok dimana-mana....” (Ad, lk, 20)

Faktor lain yang membenarkan perilaku merokok di kalangan mahasiswa adalah sikap mereka dalam menanggapi perbedaan pendapat antar ulama (khususnya di Aceh); fatwa haram atau tidaknya rokok diberlakukan di Indonesia yang penduduknya mayoritas Muslim. Majelis Permusyawaratan Ulama (MPU) NAD juga tidak mengeluarkan rekomendasi larangan merokok di Provinsi NAD sebagai daerah yang memberlakukan syariat Islam. Bahkan, fatwa terbaru MUI tentang haram merokok, khususnya bagi ibu hamil, anak-anak, remaja, dan merokok di tempat-tempat umum sampai saat ini masih merupakan wacana yang menimbulkan perdebatan publik (YLKI, 2009). Sebagian ulama menfatwakan bahwa merokok adalah haram, mengingat lebih banyak mudhorat (kerugian) dibandingkan maslahatnya (manfaatnya); namun sebagian lain ulama, memandang rokok bersifat *makbrub* (diperbolehkan). “Ulamanya aja ngerokok, bagaimana bisa buat peraturan melarang merokok, kan gak adil” (Ar, lk, 20)

Faktor-faktor tersebut diatas merupakan pembenar dan pencetus meningkatnya perilaku merokok masyarakat di Indonesia, selain faktor adiktif yang terdapat dalam rokok itu sendiri. Nikotin dalam rokok dengan 4000 racun merupakan komponen utama penyebab ketergantungan pada rokok. Sehingga menghentikan kebiasaan yang bersifat adiktif tersebut merupakan hal sulit untuk dilakukan, termasuk meninggalkan kebiasaan merokok.

Tabel 1
Rangkuman jawaban responden untuk pertanyaan umum

Nama	Mulai merokok	Alasan Merokok	Jmlh rokok/hari	Paling suka merokok saat	Motivasi berhenti merokok
Qs	SMP	Ditawari Teman	2-3 bngks	Melamun, tidak ada pekerjaan	Sangat kuat
Ad	SD	Coba-coba	3-5 batang	Kumpul sama teman-teman	Sudah berhenti
Ys	SMA	Nge hindari ganja	Tidak tentu, 1-2 bngks	Lagi stress	kuat
Zf	SD	Ditawari teman	1 bngks	Suntuk, tidak ada kegiatan	kuat
Kk	SMP	Coba-coba	3-4 bngks	Stress, banyak pikiran, dan kumpul dengan kawan-kawan	biasa
Fn	SD	Gengsi sama kawan-kawan	2-3 bngks	Tidak ada makanan yang dikunyah, dan tidak ada kegiatan	kuat
Ih	SD	Ditawarin teman	3-4 bngks	Banyak pikiran/stress	Sangat kuat
Am	Kuliah	Penasaran, ingin membuktikan bila setelah dia merokok, pasti bisa berhenti	Tidak tentu, 2-3 bungkus	Kumpul dengan kawan-kawan	Sangat kuat

“saya paling benci dengan rokok, memang tidak pernah merokok waktu dikampung. Waktu pindah ke Banda Aceh, saya penasaran lihat kawan-kawan saya kok tidak berhenti-berhenti merokok. Karena saya belajar filsafat, saya yakin berhenti itu karena sugesti, jadi saya niat merokok untuk membuktikan kalo sebenarnya berhenti merokok itu mudah....tapi ternyata setelah ketagihan, saya tidak bisa berhenti merokok lagi...” (Am, lk, 22)

Jawaban responden cenderung bervariasi untuk jumlah rokok yang dihisap perharinya. Namun rata-rata mereka menghabiskan minimal 1-2 bungkus rokok perhari. Sebagai perokok aktif yang kesehariannya senantiasa ditemani oleh rokok membuat tiga dari delapan responden menyebutkan bila mereka biasanya merokok ketika ada masalah atau dalam kondisi stress berat.

“merokok paling sering kalau lagi adalah masalah atau stress. Kayaknya kalo sudah ngerokok pasti pikiran agak tenang, gak pusing lagi. Yang tadinya gak bisa berpikir, jadi bisa mikir lagi...” (Ih, lk, 22)
“kalau bagi saya, kandungan nikotin itu dapat meningkatkan konsentrasi, makanya kalau suntuk dan stress, paling enak sambil hisap rokok” (Rd, Lk, 23)

Satu dari delapan responden menyatakan sudah berhenti total dari merokok. Responden lainnya mengungkapkan bahwa mereka memiliki keinginan yang kuat untuk berhenti merokok, namun menyatakan tidak bisa. Ada pula yang sudah melakukan berbagai usaha untuk berhenti namun akhirnya kembali merokok.

“saya bulan kemarin sudah berhenti merokok karena batuk keluar darah, gak berani merokok lagi. Setelah sembuh terus kumpul-kumpul

lagi sama kawan ya ngerokok lagi, hahahaha....”
(Fn, lk, 20)

Berhenti Merokok : Sebuah Motivasi Faktor Kesehatan

Berdasarkan hasil FGD dan wawancara, tujuh dari 31 mahasiswa menyatakan keinginannya untuk berhenti merokok karena alasan kesehatan. Sebagaimana pernyataan salah satu peserta FGD yang juga berprofesi sebagai olahragawan, bahwa ia merasa cepat lelah bila sedang berlari. Hal senada disampaikan salah satu responden: “kalau malam kurang minum air putih, dada saya terasa sakit, panas, nafas agak tersendat” (Qs, lk, 23)

Temuan menarik peneliti ditemui pada pernyataan salah satu responden, bahwa ayahnya cenderung membolehkan ia untuk merokok daripada memakai ganja. “ayah sebenarnya melarang saya untuk merokok, tapi karena lingkungan remaja di kampung kebanyakan ‘ngegelek’ (menghisap ganja), maka ayah tidak melarang ketika saya ketahuan merokok” (Zf, lk, 21)

Dengan mengecilkan dampak negatif rokok dibandingkan zat adiktif lainnya, seperti ganja, menunjukkan bahwa *significant others* (dalam hal ini orang tua) kurang memahami bahaya merokok bagi diri responden maupun lingkungannya. Demikian pula dengan adanya realitas masih kurang dan belum efektifnya sosialisasi bahaya rokok pada mahasiswa. Sebagai contoh pernyataan mahasiswa berikut yang memutarbalikkan fakta tentang bahaya rokok:

“Pernah saya hadir seminar tentang rokok yang dibuat oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran-Unsyiah. Judul seminar itu ‘sebatang rokok bisa mengurangi umur dua detik’. Tapi saya juga pernah baca kalau dengan senyuman bisa menambah umur kita setiap 30 detik, artinya tidak usah repot-repot berhenti merokok, tinggal banyakin aja senyuman, hehehe” (Fr, lk, 22)

Faktor Keuangan

Motivasi lain yang mendorong mahasiswa berhenti merokok adalah faktor keuangan. Enam dari 31 mahasiswa menyatakan alasan finansial sebagai motivasi mereka meninggalkan rokok. Mereka mengakui bahwa menghabiskan uang dengan membeli rokok dapat mengurangi anggaran keuangan mereka untuk kebutuhan harian lainnya, seperti makan, transportasi, buku, dan sebagainya.

“walau saya punya kerja sampingan dan menghasilkan uang saku tambahan, tapi tetap saja karena sering membeli rokok, uang tersebut cepat habis. Kadang-kadang belum akhir udah tidak ada uang” (Ys, lk, 21). “alasan saya ingin berhenti merokok karena ingin memperbaiki ekonomi pribadi, terasa berat juga kalau 1 hari harus beli 1 bungkus rokok. Padahal sebagai anak kos, kiriman dari orang tua tidak tentu datangnya, pusing, kepikiran juga. Jadi sekarang, kalau dapat kerjaan sampingan, uang hasil kerja itu baru digunakan untuk beli rokok” (Al, lk, 23)

Sebagian besar mahasiswa berasal dari daerah-daerah diluar kota Banda Aceh, dan selama kuliah di Banda Aceh mereka mengontrak rumah (indekost). Tinggal berjauhan dari orang tua tanpa pekerjaan tetap, menjadikan mereka hanya mengandalkan kiriman uang dari kampungnya yang harus dikelola sebijaksana mungkin guna memenuhi semua kebutuhan hidup selama berada di kota Banda Aceh. Jawaban-jawaban mahasiswa tersebut menjadi pembenaran temuan bahwa mayoritas konsumsi rokok di Indonesia adalah mereka dengan latarbelakang ekonomi menengah kebawah. Kehidupan ekonomi masyarakat Aceh secara umum, utamanya pasca konflik dan tsunami adalah masih tergolong menengah kebawah.

Pengaruh Peers dan *Significant Others*

“Mendukung aja buk, malahan kalo gak ada rokok; oh....gak ada rokok nih, tunggu, dia yang beliin...dia gak merokok” (Ih, lk, 22), ungkap salah seorang mahasiswa ketika ditanyakan bagaimana respon rekan-rekan mereka yang tidak merokok saat melihat mereka sedang merokok. Tidak dapat dipungkiri bila faktor *significant others* akan mempengaruhi perilaku seseorang, seperti halnya perilaku merokok mahasiswa dan keinginannya untuk berhenti merokok. Namun, penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa peran *significant others*, terutama rekan sebaya adalah sangat kecil dalam memotivasi mahasiswa untuk meninggalkan tembakau bila dibandingkan faktor-faktor lainnya, yakni keuangan dan kesehatan.

Walaupun hanya dua orang yang mengatakan bahwa orang-orang terdekat mempengaruhi keputusan mereka untuk berhenti merokok, namun semua responden mengakui bahwa ada pengaruh dari orang-orang terdekat mereka dalam perilaku berhenti merokok responden, tapi bukan sebagai motivasi utama. Hanya lima dari 31 mahasiswa mengakui ada pengaruh dari

orang-orang terdekatnya (baik kawan, pacar, dan keluarga) terhadap upaya mereka menjauhkan diri dari rokok.

“kebetulan adik laki-laki saya yang di SMA pernah kedapatan merokok. Saya tidak mau dia merokok dan menasehatinya bila rokok tidak baik bagi kesehatan, tapi adik saya malah mengatakan: ‘ngapain suruh adik berhenti, kalo abang aja gak mau berhenti merokok’. Oleh sebab itu saya ingin membuktikan pada mereka bahwa saya bisa berhenti merokok (Zf, lk, 21)

Keenganan untuk menegur atau mengingatkan rekannya secara langsung agar berhenti merokok menjadi salah satu alasan kurang signifikannya pengaruh *significant others* terhadap proses berhenti merokok mahasiswa. Umumnya dukungan yang mereka sampaikan berupa sindiran dan bahasa tubuh. Seperti pernyataan salah satu *peer* responden berikut:

“saya pernah bilang sama kawan saya yang merokok: ‘sebungkus aja bang sekalian dan habisin dalam sejam, sekalian biar cepat mati’. Tapi kawan saya hanya tertawa” (Ft, pr, 19)

Faktor Agama

Alasan berikutnya yang mendorong mahasiswa untuk meninggalkan ketergantungan akan rokok adalah faktor agama. Hal ini berkenaan dengan kontroversi Fatwa MUI tentang haram rokok bagi ibu-ibu hamil, anak-anak dan merokok di tempat-tempat umum. Rata-rata mahasiswa mengatakan setuju dengan fatwa MUI tersebut, namun ada juga yang memandangnya dengan sinis, dan mengatakan itu bagian dari proyek MUI saja atau memutarbalik pernyataan MUI tersebut. Fatwa MUI kan untuk anak-anak, orang tua dan ibu-ibu hamil, kan tidak disebut bahwa merokok itu terlarang untuk kami mahasiswa” (Rd, lk, 23).

Namun, hanya ada satu responden yang menyebutkan bila karena faktor agama-lah, ia ingin terbebas dari rokok--walaupun belum dapat mewujudkannya. “bagi saya, kalo bukan ulama yang kita dengar jadi siapa lagi. Ulama kan warisan para nabi. Menurut saya, tidak akan menyatu hal-hal yang tidak baik dengan hal-hal yang baik. Jadi saya merasa akidah saya belum benar, di satu sisi saya solat, tapi saya juga merokok dan tau kalo rokok itu tidak baik, banyak mudharatnya, padahal fungsi solat kan mencegah dari perbuatan keji dan mungkar, tapi saya masih melakukannya” (Qs, lk, 23)

Peran ulama belum dipandang efektif dalam mensosialisasikan bahaya rokok kesehatan, dan mendukung upaya berhenti merokok mahasiswa. Selain perbedaan pendapat yang terus antar ulama terjadi berkenaan dengan masalah hukum rokok ini; belum adanya model panutan yang dapat menjembatani persetujuan ini menjadikan pendekatan dari segi agama masih sulit untuk diterima masyarakat dan mahasiswa khususnya.

“Bukan tidak percaya, karena mungkin tengku-tengku, ustad-ustad, orang-orang terdekat di kampung kita, sekeliling kita juga merokok. Waktu kita tanya ke ustad apa ‘apa rokok itu haram?’, katanya tidak haram. Jadi doktrin yang kuat dari kecil kalau rokok itu tidak haram sudah tertanam kuat. Dan sekarang dengan adanya Fatwa MUI tentang haram rokok, kita-kita sulit menerimanya. Ulama kita di Aceh tidak bilang seperti itu, jadi saya rasa MUI diatas tidak mewakili semua ulama Indonesia” (Sy, lk, 20)

Komitmen Diri yang Kuat

Keinginan untuk berhenti merokok karena alasan kemauan dari dalam diri hanya disampaikan oleh satu responden, yang dalam pengakuannya sudah total berhenti merokok. Menurut responden, permasalahan berhenti merokok adalah karena niat dari dalam diri.

“tidak ada cara lain untuk berhenti merokok selain harus introspeksi diri, paling tidak berjanji pada diri sendiri kalau mau berhenti merokok. Mungkin bukan sekarang, suatu saat nanti, tapi jangan sampai mereka mengalami efek buruk dari merokok itu dulu, baru niat berhenti. Menurut saya kalau ada yang bilang rokok bisa menghilangkan stress, itu sebenarnya sugesti saja. Karena keuntungan merokok itu adalah hal yang semu. Saya berhenti merokok berawal dari menghisap rokok bersama kawan-kawan di dalam bis. Uang beli rokok itu adalah hasil dari rampasan uang saku adik-adik kelas. Terus, waktu sedang merokok, tiba-tiba tersadar kalau yang saya lakukan adalah tidak baik. Saya buang rokok itu, terus berjanji tidak akan merokok lagi, kecuali kalau saya sakit yang hanya bisa sembuh dengan merokok. Itu yang saya praktekan dan berhasil” (Ad, lk, 20)

Tidak dapat dipungkiri, bila niat dan kemauan diri yang kuat untuk berhenti adalah faktor utama keberhasilan meninggalkan ketergantungan akan rokok (Fawzani dan Triratnawati, 2005). Namun, tidak semua mahasiswa mampu

mencapainya. Niat yang setengah-setengah semakin menjerumuskan mereka untuk kembali merokok. Dan hal tersebut dipengaruhi oleh banyak faktor.

Meninggalkan Rokok: Sebuah Tantangan

Hampir semua responden mengatakan sulit meninggalkan rokok, karena faktor candu dan godaan ketika berkumpul dengan kawan-kawan. Bahkan ada responden yang mengatakan bahwa bila sekali tidak merokok, serasa ada yang kurang. “udah niat setelah puasa gak akan merokok lagi, tapi bis lebaran kayak balas dendam, rokok 2-3 bungkus habis sehari...” (Qs, lk, 23). Faktor candu adalah kendala utama yang dirasakan mahasiswa ketika ingin berhenti merokok.

“saya selama diasrama kalo kedapatan merokok, pasti badan bonyok-bonyok karena itu saya sempat berhenti selama dua bulan, tapi setelah dua bulan itu, ya gak tahan.. jadinya cari rokok yang lebih nikmat lagi buk, misalnya biasanya ngisap rokok yang Rp.500,- perbatang, sekarang sekarang beli yang Rp.700,- perbatang, yang nikotinnya agak tinggi dikit”. (Ih, lk, 22)

Mayoritas lingkungan perokok juga menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa untuk berhenti merokok (Nawi, 2006). Salah satu responden menyebutkan bila dia mengenal rokok karena hampir semua anggota keluarganya merokok, baik dari ayah, abang pertama, kedua dan ketiga. Sehingga dia merasa kesulitan meninggalkan tembakau itu; setiap berkumpul semua anggota keluarga dalam keadaan menghisap rokok. Oleh sebab itu keinginannya untuk merokok kembali timbul. (Qs, lk, 23)

“saya sempat berhenti merokok karena sakit gigi berat. Kawan-kawan di asrama, hampir semuanya merokok, memberi saran kalau asap rokok bisa mengurangi rasa sakit. Ya saya cobain, ternyata memang asap yang saya hirup mengurangi sakit di gigi saya sedikit. Ketika sudah sembuh, ya semakin nambah merokoknya” (Qs, lk, 23)

Menurut beberapa mahasiswa, fenomena banyaknya perokok di Aceh karena tiadanya aturan yang mengatur kapan dan dimana orang boleh merokok. Persepsi mahasiswa bahwa merokok ditempat terbuka tidak menjadi masalah walaupun itu merupakan lokasi umum atau ruang publik. “kalau merokok ditempat terbuka seperti ini kan tidak mengapa, tidak mengganggu orang lain. Di Aceh tidak ada tempat khusus

yang tertutup atau kawasan merokok” (Rd, lk, 23). Dan mereka membenarkan bila warung-warung kopi ada yang tempat terbuka dan bebas untuk merokok, walaupun itu termasuk kategori tempat umum.

Di balik harapan mahasiswa akan adanya peraturan di Aceh yang akan membantu mereka dalam proses meninggalkan tembakau, terdapat pula beberapa nada pesimis bahwa dengan diberlakukannya aturan di Aceh tentang rokok, tidak akan menyelesaikan persoalan jumlah pengguna tembakau yang semakin meningkat. Mereka mengungkapkan dampak negatif yang mungkin timbul bila adanya perangkat hukum yang mengtur persoalan rokok di Aceh.

“orang Aceh itu keras kepala, susah di atur. Kalau di Aceh pemakaian rokok dibatasi, bisa-bisa orang Aceh akan beralih ke ganja, yang umumnya ditanam sendiri di ladang-ladang mereka. Lebih enak lagi...., saya rasa sulit, dan sangat berat rasanya. Harus ada ‘hadiah’ atau kompensasi untuk itu, ujung-ujungnya duit/uang lagi” (St, lk, 21)

“Tapi ibaratnya seperti razia penggunaan helm motor dijalan oleh polisi, yang umumnya akan dipatuhi orang supaya tidak kena tilang, maka bila ada peraturan yang jelas dan ada sanksi yang kuat tentang merokok disembarang tempat, saya yakin orang pasti mau mematuhi” (Fr, lk, 22)

Kesimpulan

Berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya mengenai motivasi berhenti merokok karena alasan kesehatan, keluarga dan kemauan diri (Fawzani & Triratnawati, 2005); alasan keuangan menjadi latar belakang utama keinginan mahasiswa di Aceh untuk meninggalkan tembakau, disamping karena faktor kesehatan. Bahwa peers memiliki pengaruh besar dalam proses berhenti merokok seseorang (Christakis & Fowler, 2008), ternyata tidak berlaku demikian untuk kasus berhenti merokok mahasiswa di Aceh. Hasil temuan penelitian ini menunjukkan bahwa peers dan significant others tidak terlalu berpengaruh dalam upaya mahasiswa meninggalkan tembakau. Pemahaman mahasiswa dan significant others akan bahaya rokok bagi kesehatan diri dan lingkungan sekitar (passive smokers) masih sangat terbatas. Argumen bahwa rokok lebih baik dan tidak sebahaya ganja (zat adiktif lainnya) menjustifikasi minimnya pengetahuan mereka secara umum tentang dampak rokok bagi kesehatan.

Diperparah dengan kenyataan bahwa di Aceh, perihal merokok merupakan bagian dari sebuah tradisi yang turun-menurun dan kebiasaan lumrah dalam adat Aceh tempo dulu. Hal ini yang menjelaskan fenomena mayoritas lingkungan sosial mahasiswa yang merupakan perokok aktif.

Mahasiswa sebagai agen perubah dalam masyarakat menghadapi posisi yang paradoksial dalam isu rokok. Di satu sisi, mereka memiliki keinginan untuk berhenti merokok karena beragam alasan, yakni kesehatan, keuangan, pengaruh *significant others* (teman maupun keluarga), agama, dan juga alasan komitmen diri yang kuat untuk berhenti. Di sisi lain, mereka dihadapkan pada kondisi lingkungan mereka yang mayoritas adalah pengguna tembakau, dan faktor candu yang menyebabkan mereka mengalami kesulitan melepaskan diri dari ketergantungan akan rokok. Belum adanya peraturan yang konkret tentang larangan merokok ditempat-tempat umum, terutama di lingkungan kampus menjadi kendala besar bagi upaya mereka untuk beralih dari menghisap rokok menjadi berhenti merokok.

Daftar Pustaka

- Achadi, A. et al, (2005). The relevance and prospects of advancing tobacco control in Indonesia. *Health Policy*, 72; p. 333-349, [http://www.journals.elsevierhealth.com/periodicals/heap/article/S0168-8510\(04\)00209.pdf](http://www.journals.elsevierhealth.com/periodicals/heap/article/S0168-8510(04)00209.pdf), diakses pada tanggal 2 Maret 2009
- Aditama, T. Y, (2006). Global Youth Tobacco Survey (GYTS). *WHO Surveillance and Informations System-GYTS-Indonesia*, p.2, diakses pada tanggal 14 Januari 2009, http://www.searo.who.int/LinkFiles/GYTS_Indonesia-2006.pdf>
- AGB Nielsen Media Research in Indonesia, diakses pada tanggal 6 Maret 2008, <http://www.agbnielsen.net/whereweare/dynPage.asp?lang=local&id=321&country=Indonesia>
- Badan Pusat Statistik, (2004), Survei Sosial Nasional, diakses pada tanggal 21 April 2009, http://digilib-ampl.net/detail/detail.php?kode=71&row=10&ctp=pustaka&ktg=buku&kd_link
- Barracough, S. (1999). Women and tobacco in Indonesia. *Special Communication* , 327-332. Diakses pada tanggal 4 Februari 2009.
- Fawzani , N. dan Triatnawati, A. (2005). Terapi berhenti merokok (Studi kasus 3 perokok berat). *Jurnal Makara Kesehatan* , 9 (1): 15-23. Diakses pada tanggal 21 Januari 2009.
- Larabie, L. (2005). To what extent do smokers plan to quit attempts? *Tobacco Control* , 14: 425-428. Diakses pada tanggal 6 Maret 2009
- Ganiwijaya, T. et al. (1995), Prevalence of cigarette smoking in a rural area of West Java, Indonesia, *Tobacco Control* , p. 335-337, diakses pada tanggal 3 January 2009. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1759469/pdf/v004p00335.pdf>
- Global Youth Tobacco Survey (GYTS). (2009), 'Fact Sheet' diakses pada tanggal 5 April 2009, >
- Nitcher, M, et. al. (2005), Reading culture from tobacco advertisement in Indonesia. *Tobacco Control*, 18, p.98-107, diakses pada tanggal 22 Januari 2009, <http://tobaccocontrol.bmj.com/content/18/2/98.full.pdf>
- Nitcher, M. (1998), Smoking: what does culture have to do with it?, *Addiction*, 1, p. 139-145, Review, diakses pada tanggal 17 January 2009, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12752366>
- Ng, et al. (2006). 'If I don't smoke, I'm not a real man'--Indonesia teenage boys' views about smoking, *Health Education Research*, 22, p.794-804, diakses pada tanggal 24 Maret 2009, <http://her.oxfordjournals.org/cgi/reprint/cyl104v1>
- Pribadi, Jelinteng. (2009). *Pengaruh Iklan Layanan Masyarakat pada kemasan rokok terhadap*

persepsi, sikap dan minat. belum dipublikasikan.

Jakarta: Universitas Pembangunan Nasional Veteran.

Rakhmat, Jalaluddin. (1994). *Metode Penelitian Kualitatif*. Rosdakarya: Bandung

YLKI. (2009, Januari 29). Fatwa MUI terlalu ringan. Serambi Indonesia . Banda Aceh, NAD.

Reynolds, C. (1999), The fourth largest market in the world, *Tobacco Control*, 8, p. 89-91, diakses pada tanggal 22 Maret 2009, <http://tobaccocontrol.bmj.com/content/8/1/85.full.pdf>

Smet, B. et al, (1999), Determinant of smoking behaviour among adolescents in Semarang, Indonesia, *Tobacco control*, 8, p.186-191, diakses pada tanggal 2 Mei 2009, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1759711/pdf/v008p00186.pdf>

Riskesdas. (2007). *Laporan Kesehatan Dasar*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.

World Health Organization. 2008, WHO Report on The Global Tobacco Epidemic, 2008: The MPOWER Package, p.6. Geneva

Sumarayasa, K. A. (2008). Hubungan tingkat pengetahuan, sikap, praktik merokok dengan kesehatan gigi dan mulut.