

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Undang-Undang Pendidikan Tinggi pasal 13 ayat 1 Tahun 2012 mahasiswa adalah anggota sivitas akademika yang diposisikan sebagai insan dewasa yang memiliki kesadaran diri dalam mengembangkan potensi diri di Perguruan Tinggi untuk menjadi intelektual, praktisi dan/atau profesional. Mahasiswi dalam perkembangannya termasuk pada masa dewasa awal. Masa dewasa awal adalah masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa antara usia 18 - 25 tahun (Santrock, 2011). Pada masa peralihan dari masa remaja menuju dewasa seseorang akan melakukan berbagai macam tindakan untuk menunjukkan potensi dan esistensi dirinya sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa masa dewasa awal sangat rentan mendapatkan banyak permasalahan salah satunya karena rendahnya rasa kepercayaan diri. Seseorang dengan kepercayaan diri yang rendah cenderung akan memasrahkan dirinya kepada orang lain baik dalam tindakan maupun dalam pendapat (Carthy & Jameson, 2016). Hal ini tentunya dapat menghambat individu dengan kepercayaan diri yang rendah untuk mengembangkan potensinya.

Mahasiswi dengan kepercayaan diri yang rendah akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan teman dan lingkungannya. Sedangkan mahasiswi yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi lebih mudah beradaptasi dengan lingkungannya.

Menurut Maslow kepercayaan diri adalah modal dasar untuk mengembangkan aktualitas diri. Mahasiswi yang memiliki kepercayaan diri akan dapat memahami diri sendiri. Namun mahasiswi yang tidak memiliki kepercayaan diri akan mengalami berbagai dampak seperti meragukan kemampuan yang dimilikinya dan kesulitan dalam mengembangkan potensi dirinya. Sikap keraguan yang dimiliki mahasiswi akan mengakibatkan kerugian. Tidak adanya rasa kepercayaan diri akan menghambat seseorang dalam bertindak atau bersikap sehingga kesulitan dalam berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain.

Menurut Lauster (2012) kepercayaan diri adalah suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan yang dimiliki seseorang sehingga tidak merasa cemas, merasa bebas, tidak merasa malu dan bertanggung jawab atas semua perilakunya. Menurut Bandura (Mufidah, 2019) kepercayaan diri adalah suatu perasaan yang berisi kekuatan, kemampuan dan keterampilan untuk melakukan dan menghasilkan sesuatu yang dilandasi keyakinan untuk sukses. Mahasiswi yang memiliki keyakinan akan kepercayaan dirinya akan mampu memotivasi diri, mengembangkan pola pikir dan berpikir positif dalam mengambil keputusan. Menurut Lauster (1978) terdapat empat aspek kepercayaan diri yaitu : 1) Optimis 2) Cukup Toleransi 3) Tidak membutuhkan bantuan orang lain 4) Gembira.

Berdasarkan wawancara yang sudah dilakukan peneliti pada tanggal 20 Maret 2022 dengan 5 mahasiswi dari berbagai kampus yang ada di Yogyakarta. Melalui *guide* wawancara yang disusun berdasarkan aspek kepercayaan diri menurut Lauster (1978). Berdasarkan pedoman wawancara yang peneliti sudah buat diperoleh data sebanyak 5 data dari 5 narasumber. 5 mahasiswi menjelaskan a.) Pada aspek optimis 3 subjek merasa tidak yakin dan tidak percaya diri apabila

diingatkan dengan harapan-harapan yang akan datang seperti cita-cita, impian dan mereka merasa tidak percaya diri ketika berada dalam lingkungan pertemanan. b.) Pada aspek cukup toleransi 3 subjek mengatakan cukup toleransi karena dapat menghargai sesama teman dan 2 subjek terkadang merasa iri ketika dirinya dibedakan dengan teman yang lain karena tidak melakukan suatu hal yang sama seperti merokok. c.) Pada aspek mandiri atau tidak membutuhkan bantuan orang lain dari kelima subjek 2 subjek mengatakan bahwa mereka merasa cukup mandiri dengan kegiatan yang dilakukan seperti mereka mengerjakan tugas sendiri. Namun 3 subjek mengatakan membutuhkan bantuan teman karena mereka merasa kurang yakin dengan dirinya sendiri. d.) Pada aspek gembira dari kelima subjek 3 diantaranya menjawab mereka tidak selalu merasa senang karena terkadang ada banyak beban pikiran dan tekanan yang datang seperti banyaknya tugas, masalah pertemanan sehingga dapat menyebabkan kurangnya rasa percaya diri. 1 subjek merasa biasa saja dan 1 subjek merasa senang-senang saja.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti maka dapat disimpulkan bahwa ke-5 mahasiswi tersebut mengatakan bahwa mereka merasa tidak percaya diri dengan dirinya sendiri. Sehingga hal ini penting diteliti karena jika seseorang kurang percaya diri akan kesulitan dalam mengembangkan potensi dirinya.

Pernyataan diatas menjadi alasan mahasiswi yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan melakukan perilaku negatif dengan cara merokok. Ada 2 faktor yang mempengaruhi perilaku merokok faktor penampilan fisik dan faktor lingkungan sosial. Pertama faktor penampilan fisik seseorang yang merasa tidak percaya diri akan sering untuk menyendiri karena tidak diakui oleh lingkungan di

sekitarnya sehingga dengan batasan pertemanan itu menjadi gejala bahwa seseorang mempunyai kepercayaan diri yang rendah merasa diabaikan dan membuat seseorang penampilan fisik menjadi suatu hal wajib serta penting dilakukan karena untuk meningkatkan rasa kepercayaan dirinya salah satunya dengan merokok (Middlebrook, 2019).

Kedua faktor lingkungan sosial. Lingkungan sosial menjadi tempat dimana seseorang berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang lain. Di dalam lingkungan ini seseorang banyak melakukan kegiatan dan rutinitas bersama teman seusianya yang menjadi perilaku merokok sehingga lingkungan sosial ini dapat mempengaruhi seseorang untuk menjadi perokok. Karena seseorang yang merasa kepercayaan dirinya yang rendah akan diabaikan dalam lingkungan ini dapat terpengaruh untuk menjadi perilaku merokok seperti yang sudah terjadi di lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya kemantapan dan perasaan yakin bahwa merokok akan membuat seseorang diakui dan bisa meningkatkan rasa kepercayaan dirinya (Hakim, 2004).

Dari faktor di atas alasan mahasiswa merokok adalah faktor penampilan fisik dan faktor lingkungan sosial. Karena dengan faktor tersebut mahasiswa dapat meningkatkan kepercayaan dirinya. Mahasiswa mempunyai anggapan bahwa mereka merokok dapat meningkatkan kemampuan diri, terlihat menarik, merasa keren, merasa mudah dalam berinteraksi dengan teman dan diakui oleh lingkungan disekitarnya. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Rismawati (2016) bahwa semakin sering seseorang merokok maka semakin tinggi rasa percaya diri dan sebaliknya jika semakin jarang seseorang merokok maka semakin rendah rasa percaya diri yang dimiliki. Mahasiswa merokok untuk meningkatkan rasa

percaya diri sehingga dapat diterima lingkungan dan memiliki kenyamanan dalam bersikap maupun bertindak (Nasution, 2007).

Perilaku merokok adalah aktivitas yang dilakukan seseorang dengan cara membakar, menghisap tembakau yang menimbulkan asap sehingga dapat dihirup orang-orang di sekitarnya (Diyon, 2016). Perilaku adalah suatu tindakan yang ditunjukkan seseorang pada orang lain. Merokok adalah perbuatan memasukan bahan yang berasal dari dedaunan (tembakau) yang mengandung zat tertentu (khususnya nikotin) dan menyalakan api pada tembakau, sigaret atau cerutu dalam pipa rokok yang kemudian dihisap untuk mendapatkan kenikmatan efek dari zat yang ada dalam rokok tersebut (Basyir, 2005).

Di Indonesia perilaku merokok dari tahun ke tahun mengalami peningkatan sehingga menyebabkan Indonesia menjadi negara ketiga tertinggi setelah Cina dan India (WHO, 2017). Data terbaru *Global Youth Tobacco Survey* (GYTS) tahun 2019 menunjukkan bahwa 40,6% pelajar di Indonesia, 2 dari 3 anak laki-laki, dan 1 dari 5 anak perempuan pernah menggunakan produk tembakau 19,2% pelajar saat ini merokok dan di antaranya berjumlah 60,6%. Prevalensi pada dewasa tidak menurun selama lima, sedangkan prevalensi merokok pada remaja terus meningkat dari 7,2% pada tahun 2013 menjadi 9,1% dan tahun 2018 meningkat sekitar 20% (*Global Youth Tobacco Survey, 2020*).

Pada zaman sekarang banyak mahasiswi yang berada di Daerah Istimewa Yogyakarta yang merokok. Mahasiswi bisa ketergantungan merokok karena mereka kesehariannya bersama teman-teman mereka yang suka merokok dari laki-laki maupun perempuan. Tidak banyak juga mahasiswi yang awalnya mencoba-coba merokok hingga akhirnya mereka menjadi terbiasa merokok. Namun,

sebagian besar mahasiswi mereka merokok karena untuk meningkatkan kepercayaan diri, membangkitkan semangat, meningkatkan konsentrasi, mengikuti tren (gaya hidup), ingin merasa tenang, agar diterima dikelompok, dan terlihat keren atau gaul (Suhardi, dalam Lubis 2012).

Mahasiswi yang sedang merokok dapat dilihat di tempat-tempat umum seperti pusat perbelanjaan, cafe, warung kopi dan restoran yang sering kita lihat mahasiswi sedang merokok. Sedangkan alasan mahasiswi merokok ditempat-tempat umum, mereka lebih merasa santai dan bebas dibandingkan dirumah, di kosan atau di lingkungan kampus. Kejadian merokok ini dikalangan mahasiswi masih menjadi hal yang tabu atau masih jarang terjadi bahkan di Daerah Istimewa Yogyakarta sebagian orang menganggap dan memberi label bahwa perempuan yang merokok adalah wanita nakal sehingga sebagian besar masyarakat di Daerah Istimewa Yogyakarta memandang perilaku merokok dengan sebelah mata. Mahasiswi yang sudah terbiasa merokok mereka merasa cuek dengan anggapan masyarakat di Daerah Istimewa Yogyakarta sehingga mereka tetap merokok di tempat-tempat umum dengan santai.

Berdasarkan kejadian ini masih terdapat kesenjangan antara kenyataan dengan harapan, mahasiswi cenderung berperilaku merokok untuk mendapatkan kenyamanan diri dan mendapatkan kepercayaan dirinya sedangkan harapannya mahasiswi tidak lagi merokok dan berhenti merokok sehingga dapat terhindar dari bahaya rokok terhadap kesehatan dan untuk mendukung kelancaran masa depan mereka. Harapan diatas sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh (Hariadi, Widjanarko, & Jati, 2018) bahwa kepercayaan diri untuk membuat masyarakat berhenti dari kebiasaan merokok memang sulit untuk dilakukan karena

faktor lingkungan sosial dan pertemanan yang sulit untuk dihindari serta niat dan kemauan masih rendah sehingga berhenti merokok tidaklah mudah dan membutuhkan waktu lama. Pernyataan di atas juga didukung oleh penelitian yang sudah dilakukan Kurniawan (2021) bahwa Indonesia harus bisa menjadi negara bebas dari asap rokok. Hal ini dapat dicapai dengan memperketat peraturan perundang-undangan yang bertujuan untuk menghindari bahaya merokok sehingga masyarakat senantiasa memiliki nilai-nilai terpuji tanpa tercemar oleh asap rokok.

Dampak dari merokok dapat menyebabkan gangguan kesehatan. Penyakit ini dapat terjadi karena berlebihan mengonsumsi tembakau atau rokok seperti katarak, kanker paru-paru, kanker mulut dan tenggorokan, *chronic pulmonary disease*, emfisema, bronkitis, stroke, serangan jantung, ginjal dan penyakit lainnya. Tidak hanya itu saja tembakau atau rokok juga dapat merusak sistem reproduksi pada wanita seperti keguguran, bayi premature, *low birth weight*, *sudden infant death* (SID) selain itu bisa juga terjadi pada anak-anak, seperti *attention hyperactivity deficit disorders* (Hasan, 2015).

Hal ini didukung dengan keaslian penelitian sebelumnya dari Salim (2019) menyatakan bahwa semakin tinggi perilaku merokok maka semakin tinggi pula kepercayaan dirinya dengan hal ini mahasiswi di Daerah Istimewa Yogyakarta tetap terbiasa merokok guna meningkatkan kepercayaan dirinya. Sementara itu, mahasiswi yang merokok dapat meningkatkan jumlah perokok di Daerah Istimewa Yogyakarta. Sedangkan data (Riskesdas, 2013), Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta termasuk dalam 15 besar perokok tertinggi di Indonesia, yaitu sebesar 31,6%. Daerah Istimewa Yogyakarta menjadi penyumbang kedua tertinggi tingkat perokok dalam provinsi yaitu sebesar 26,2%. Kemudian dari data (Kemenkes RI,

2014) Indonesia menjadi negara pengguna rokok cukup tinggi pada tahun 2030 sehingga diperkirakan jumlah kematian akibat rokok akan terus mengalami peningkatan hingga mencapai 10 juta jiwa setiap tahunnya dan akan didominasi oleh negara berkembang (Aslih, 2018). Menurut data *General Agreement on Trade in Services* (GATS, 2011) Indonesia menjadi negara kedua terbesar di dunia. Hal ini terjadi karena perokok di Indonesia tidak hanya di usia dewasa saja, namun sudah merambat ke usia remaja terutama pada mahasiswa. Dari data diatas menjadi berita yang sangat menyedihkan karena mengingat bahaya rokok terhadap kesehatan (Notoatmojo, 2005)

Penulis tertarik untuk meneliti kejadian ini karena penulis merasa prihatin akan kesehatan generasi muda yang terancam bahaya rokok. Hal ini karena banyak remaja terutama mahasiswi yang terbiasa mengkonsumsi rokok di Indonesia. Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin meneliti bagaimana hubungan antara perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada mahasiswi di Daerah Istimewa Yogyakarta

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada mahasiswi di Daerah Istimewa Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis :

Secara teoritis, manfaat dari penelitian ini yaitu mampu memberikan kontribusi dalam mengembangkan ilmu psikologi khususnya psikologi sosial tentang hubungan antara perilaku merokok dengan kepercayaan diri pada mahasiswi di Daerah Istimewa Yogyakarta.

2. Manfaat Praktis :

Hasil penelitian ini diharapkan bisa meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswi dan mampu memberikan pengetahuan, wawasan serta informasi yang berkaitan dengan kepercayaan diri dan perilaku merokok.