

Pengaruh Faktor Sikap, Norma Subjektif, Kontrol Perilaku terhadap Kebiasaan Merokok pada Atlet di UKM Bulutangkis X Surabaya

Cici Violita Dewi Cintya¹, Sri Widati²

^{1,2} Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga

Alamat Korespondensi: Cici Violita Dewi Cintya

E-mail: ciciviolita9@gmail.com

ABSTRACT

Smoking habit can be done by all circles and professions includes badminton athletes. The purpose of this study is to determine the effect of attitude, subjective norms, and behavior control about smoking habit to athletes on the UKM Bulutangkis of X University Surabaya. This research is analytic by using cross sectional research design using total population in UKM Bulutangkis University X Surabaya. Respondents fulfilled the inclusion criteria in this study amounted to 35 atlet. Data analysis used is logistic regression. The result showed that as many as 40% athletes have smoking habit. The result of regression test showed that attitudes factor (Odds Ratio = 36), subjective norms (Odds Ratio = 15.583), and behavior control (Odds Ratio = 17.333) influence smoking habits to UKM Bulutangkis of X University Surabaya is athletes. The conclusion of the research is attitude factor, subjective norm, and behavior control have positive influence to smoking habit at athlete at badminton University X Surabaya. Attitudinal factors are the most positive factor in smoking. Athletes who smoke start to reduce smoking by avoid and refuse a friend or neighborhood stimulus to smoking. Athletes who do not smoke, still maintain the habit of not smoking by motivating themselves that smoking will harm health. UKM Bulutangkis Universitas X Surabaya, should advise athletes who smoke to reduce smoking and quit smoking habit.

Keywords: smoking habit, badminton athletes

ABSTRAK

Kebiasaan merokok dapat dilakukan oleh semua kalangan dan profesi termasuk atlet bulutangkis. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku terhadap kebiasaan merokok pada atlet di UKM bulutangkis Universitas X Surabaya. Penelitian ini bersifat analitik dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan menggunakan total populasi di UKM bulutangkis Universitas X Surabaya. Responden yang memenuhi kriteria inklusi pada penelitian ini berjumlah 35 atlet. Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi logistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebesar 40% atlet yang memiliki kebiasaan merokok. Hasil analisis regresi logistik diperoleh bahwa faktor sikap (*Odds Ratio* = 36), norma subjektif (*Odds Ratio* = 15,583), dan kontrol perilaku (*Odds Ratio* = 17,333) memengaruhi kebiasaan merokok pada atlet di UKM bulutangkis Universitas X Surabaya. Kesimpulan dari penelitian adalah faktor sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku memiliki pengaruh positif terhadap kebiasaan merokok pada atlet di UKM bulutangkis Universitas X Surabaya. Faktor sikap merupakan faktor yang paling memiliki pengaruh positif terhadap kebiasaan merokok. Atlet yang merokok sebaiknya mulai mengurangi kebiasaan merokok dengan menghindari dan menolak ajakan teman atau lingkungan untuk merokok. Atlet yang tidak merokok, tetap mempertahankan kebiasaan tidak merokok dengan memotivasi diri sendiri bahwa rokok akan merugikan kesehatan. Bagi UKM Bulutangkis Universitas X Surabaya, sebaiknya memberikan nasehat kepada atlet yang merokok untuk mengurangi kebiasaan merokok dan berhenti untuk melakukan kebiasaan merokok.

Kata kunci: kebiasaan merokok, atlet bulutangkis

PENDAHULUAN

Peraturan Pemerintah Nomor 109 Tahun 2012 tentang Pengamanan Bahan yang Mengandung Zat Adiktif Berupa Produk Tembakau Bagi Kesehatan, dijelaskan terkait pengertian rokok adalah bagian dari bahan

dasar tembakau yang dibakar untuk diisap dan dihirup asapnya. Jenis rokok terdiri dari berbagai jenis, seperti rokok kretek, rokok putih. Asap rokok terdiri atas bahan berbahaya seperti nikotin dan tar yang dapat membuat kecanduan dan mengganggu kesehatan. Kesehatan dapat

memperoleh dampak dari merokok seperti kanker paru, emfisema, jantung koroner, *bronchitis* kronis, peningkatan kolesterol darah, hingga menyebabkan kematian (Kemenkes, 2011). Biaya pengobatan akibat dari dampak rokok juga tidak sedikit. Biaya yang dikeluarkan untuk hipertensi mencapai Rp. 219 miliar dalam sebulan atau Rp. 2,6 triliun selama satu tahun. Biaya tersebut menanggung sebanyak 1,5 juta orang yang ada di rumah tangga yang merokok. Biaya pengobatan akibat rokok selanjutnya adalah penyakit TBC sebesar Rp. 636 miliar, pengobatan penyakit asma sebesar Rp. 1,1 triliun, penyakit jantung sebesar Rp. 2,6 triliun dan biaya pengobatan untuk penyakit pernapasan lainnya sebesar Rp. 4,3 triliun (Kemenkes, 2011).

Dampak rokok terhadap kesehatan sangat sering diinformasikan, tetapi semakin terjadi peningkatan jumlah para perokok. Kejadian tersebut telah diketahui melalui data hasil riset kesehatan dasar tahun 2013, perokok usia muda sebanyak 34,2% di tahun 2007, meningkat sebesar 36,3% pada tahun 2013. Jawa Timur menduduki peringkat 15 untuk perokok yang berusia > 10 tahun (Risesdas, 2013). Mayoritas perokok adalah remaja.

Atlet bulutangkis yang berusia remaja juga tidak luput dari rokok. Bulutangkis diketahui telah menyumbangkan banyak prestasi untuk Indonesia. Prestasi yang baru saja diperoleh yaitu medali emas Olimpiade Rio 2016 dan juara di BCA Indonesia Open 2017 yang diselenggarakan di Jakarta. Olahraga bulutangkis adalah olahraga yang harus memiliki kekuatan otot tungkai, kelincahan, dan daya tahan kardiovaskuler (Firmansyah, 2013).

Atlet bulutangkis seharusnya menjaga kesehatan dan agar dapat menjaga kekuatan fisik, tetapi masih ada yang merokok. Atlet bulutangkis yang mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa Bulutangkis Universitas Negeri yang berada di Surabaya yang melakukan kebiasaan merokok memiliki kebugaran jasmani yang baik hanya mencapai 2,9%. Sisanya, memiliki kebugaran jasmani kurang baik sebesar 97,1% (Huda, 2012). Kebiasaan merokok memengaruhi daya tahan kardiovaskuler karena karbon monoksida yang dikeluarkan oleh asap tembakau sebesar 4% dan mengikat kadar Hb lebih cepat daripada oksigen. Dampaknya ialah kadar oksigen yang diedarkan

ke jantung mengalami penurunan (Nurhasan, 2005). Kebiasaan merokok juga mengakibatkan terjadinya perbedaan denyut jantung perokok dan bukan perokok. Perokok yang diberikan beban kerja yang sama dengan bukan perokok, mengalami denyut jantung yang lebih cepat daripada yang bukan perokok (Oktavira, 2013).

Usia remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan secara pesat antara fisik, psikologis, dan intelektual. Sifat remaja yang selalu ingin tahu hal baru, menyukai tantangan dan petualangan, serta memiliki kecenderungan untuk berani menanggung risiko atas perbuatannya tanpa didahului dengan pertimbangan yang matang. Hal ini menyebabkan remaja seringkali harus menanggung akibat jangka pendek atau panjang (Kemenkes, 2012). Kebiasaan merokok yang dilakukan oleh remaja dapat dijadikan sebagai salah satu keputusan remaja yang dapat memberikan risiko terhadap kesehatan remaja. Kebiasaan merokok remaja terjadi karena berbagai macam faktor seperti faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik terdiri dari usia, jenis kelamin, kepribadian, dan stres. Faktor ekstrinsik meliputi faktor orang tua, teman, dan iklan (Trisanti, 2016).

Berdasarkan informasi yang telah diperoleh, kebiasaan merokok remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh faktor sikap, faktor norma subjektif, dan faktor kontrol kebiasaan terhadap kebiasaan merokok pada atlet di UKM Bulutangkis Universitas X Kota Surabaya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancang bangun *cross sectional*. Penelitian ini adalah penelitian analitik dan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa di UKM Bulutangkis Universitas X Kota Surabaya. Total populasi yang digunakan untuk penelitian ini ditentukan dengan kriteria inklusi. Kriteria inklusi terdiri dari responden yang masih menjadi mahasiswa aktif di universitas X, menjadi anggota di UKM Bulutangkis Universitas X, berusia > 17 tahun, dan pernah mengikuti pertandingan bulutangkis minimal di tingkat kabupaten. Responden yang memenuhi

kriteria inklusi berjumlah 35 orang. Analisis data menggunakan analisis regresi logistik. Variabel dependen diuji dengan variabel independen untuk melihat pengaruh antar variabel.

HASIL PENELITIAN

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

UKM Bulutangkis Universitas X Kota Surabaya merupakan unit kegiatan mahasiswa yang berfungsi untuk mengembangkan minat dan bakat mahasiswa di tingkat universitas. UKM Bulutangkis Universitas X memiliki peranan yang cukup penting dalam memajukan olahraga bulutangkis dan meningkatkan kualitas atlet yang telah menjadi mahasiswa di Universitas X Kota Surabaya. Melalui UKM Bulutangkis ini, atlet bisa menjadi delegasi atau perwakilan untuk mengikuti berbagai kejuaraan dan memberikan prestasi untuk Universitas X Kota Surabaya. Atlet bulutangkis yang dapat berprestasi saat mengikuti pertandingan, akan diberikan penghargaan oleh Universitas X sesuai dengan prestasi yang diperoleh.

UKM Bulutangkis di Universitas X Kota Surabaya memiliki struktur organisasi yang terdiri dari pembina, pelatih, ketua, sekretaris, bendahara, dan anggota. Setiap individu yang bergabung dalam UKM ini, memiliki rasa saling kerja sama, tidak membuat jarak antara angkatan atas dengan angkatan bawah, dan melakukan komunikasi dengan baik, sehingga selama kegiatan dapat berjalan sesuai. Anggota yang mengikuti UKM Bulutangkis di Universitas X Kota Surabaya tidak hanya mahasiswa yang sudah menjadi atlet, tetapi juga terdapat mahasiswa yang bukan atlet. Mahasiswa yang bukan atlet, mengikuti UKM Bulutangkis untuk menjaga kesehatan tubuh dan menambah pengalaman baik untuk pengalaman organisasi maupun pengalaman untuk memiliki kemampuan dalam bermain bulutangkis.

Karakteristik Responden

Karakteristik responden yang diambil di penelitian ini meliputi usia, tahun masuk kuliah, jurusan kuliah, pertandingan yang pernah diikuti, dan prestasi yang pernah diperoleh. Penelitian diikuti oleh angkatan kuliah tahun 2013 hingga

angkatan kuliah tahun 2016 dengan jumlah responden sebanyak 35 orang. Karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1 yang telah dilakukan analisis.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh distribusi usia dari setiap responden yang mengikuti penelitian ini. Usia responden dihitung berdasarkan saat individu mengikuti dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Sebaran usia responden dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 menjelaskan bahwa usia responden mayoritas remaja yang berusia 18–20 tahun yaitu sebanyak 66%. Usia responden merupakan usia yang rentan untuk mencoba hal baru. Hal baru tersebut dapat ke arah yang baik maupun tidak baik, karena remaja juga ingin menemukan jati diri remaja yang sebenarnya. Usia remaja merupakan usia yang memiliki berbagai macam karakteristik diantaranya adalah usia remaja memiliki tingkat emosi yang cenderung tinggi dan senang berkelompok dengan teman sebaya (Suryani, 2013).

Mayoritas responden yang mengikuti UKM Bulutangkis paling banyak mengikuti UKM Bulutangkis di Universitas X Kota Surabaya merupakan angkatan 2016. Angkatan 2016 merupakan angkatan awal memasuki perkuliahan. Hal tersebut menandakan bahwa responden memasuki masa transisi dari SMA ke perkuliahan yang membutuhkan adaptasi di lingkungan baru sehingga memungkinkan atlet remaja mengikuti UKM ini untuk mencari pengalaman baru dan melanjutkan bakat bulutangkis yang telah atlet remaja miliki sejak di bangku sekolah.

Transisi dari masa SMA ke pendidikan tinggi seperti universitas merupakan masa penting dalam tahap individu untuk berkembang. Memiliki status mahasiswa memberikan dampak tersendiri bagi setiap individu. Adanya tuntutan dan harapan dari lingkungan sekitar terhadap mahasiswa untuk mampu mencapai sesuatu hal seperti kesuksesan merupakan tantangan yang besar, sehingga mahasiswa membutuhkan penyesuaian di beberapa area dimasa perkuliahannya (Astrini, 2011).

Responden yang mengikuti UKM Bulutangkis di Universitas X Kota Surabaya berasal dari beberapa jurusan yaitu jurusan Pendidikan Olahraga, Pendidikan Kepelatihan, Ilmu Keolahragaan, Administrasi Negara,

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

	F (n=35)	Persentase (%)
Usia		
18–20	23	65,7
21–23	12	34,3
Tahun Masuk Kuliah		
2013	2	5,7
2014	11	31,4
2015	7	20,0
2016	15	42,9
Pertandingan yang Diikuti		
Kabupaten	13	37,1
Provinsi	12	34,3
Nasional	10	28,6
Prestasi yang Diperoleh		
Belum Ada	7	20,0
Kabupaten	16	45,7
Provinsi	8	22,9
Nasional	4	11,4

Pendidikan Luar Biasa, Psikologi, dan Manajemen. Mayoritas responden paling banyak yang mengikuti UKM Bulutangkis berasal dari jurusan pendidikan olahraga. Jurusan tersebut berada pada Fakultas Ilmu Keolahragaan. Hal tersebut dapat terjadi karena lokasi GOR bulutangkis sangat dekat dengan Fakultas Ilmu Keolahragaan sehingga tidak perlu waktu yang lama untuk dapat mengikuti latihan bulutangkis. Fasilitas yang cukup memadai seperti adanya lapangan indoor, shuttlecock, dan penerangan menunjang untuk meningkatkan kemauan berlatih, karena atlet remaja tidak perlu kehilangan banyak waktu, tenaga, dan uang. Hal tersebut sesuai dengan penelitian ini yang berkaitan dengan atlet. Fakultas Ilmu Keolahragaan merupakan fakultas yang memang banyak diminati oleh atlet dari berbagai cabang olahraga. Hal ini dikarenakan atlet remaja ingin masuk kuliah sesuai dengan kemampuan yang atlet remaja miliki sehingga mampu untuk mengikuti kegiatan selama perkuliahan.

Sebaran pertandingan yang pernah diikuti oleh responden sangat beragam mulai dari pertandingan tingkat kabupaten, provinsi, dan hingga mengikuti ke tingkat nasional. Jumlah responden yang pernah mengikuti pertandingan dapat dilihat pada gambar 2. Mayoritas responden paling banyak mengikuti pertandingan pada

tingkat kabupaten sebanyak 37%, Mayoritas atlet di UKM Bulutangkis yang pernah mengikuti pertandingan dari tingkat kabupaten hingga nasional merupakan perwakilan atau delegasi dari universitas atau club bulutangkis tempat atlet melakukan latihan bulutangkis secara rutin. Pertandingan bulutangkis diadakan untuk memperebutkan juara dan menjadi pemenang. Selain itu, pertandingan diikuti sebagai tolak ukur sejauh mana kemampuan teknik, fisik, dan mental seorang atlet. Hampir setiap atlet memiliki target, baik itu target dari pelatih atau target individu saat mengikuti pertandingan.

Hasil pertandingan yang diikuti oleh responden ada yang telah berhasil memperoleh prestasi yaitu menjadi juara dalam sebuah pertandingan dan ada pula yang belum memperoleh prestasi dalam kejuaraan yang diikuti. Prestasi yang dimiliki oleh responden sangat beragam mulai dari prestasi tingkat kabupaten, provinsi, dan nasional. Mayoritas responden telah memiliki prestasi di bidang olahraga bulutangkis. Prestasi terbanyak yang dimiliki oleh responden adalah prestasi pada tingkat kabupaten. Menurut UU Nomor 3 Tahun 2005 pasal 1 menyebutkan bahwa prestasi merupakan hasil upaya maksimal dari atlet yang telah dicapai baik secara individu atau kelompok dalam kegiatan olahraga.

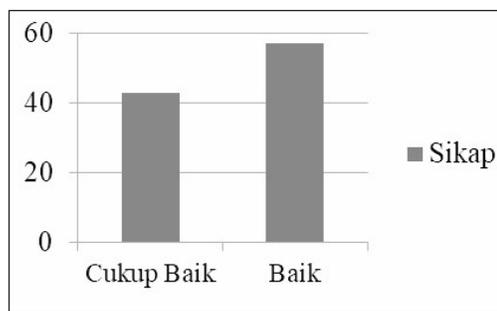
Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk menganalisis atau mendeskripsikan variabel yang terdapat dalam penelitian ini. Variabel dalam penelitian ini meliputi sikap, norma subjektif, kontrol perilaku, dan kebiasaan merokok. Hasil analisis yang telah dilaksanakan, dapat dilihat dalam setiap gambar berikut ini:

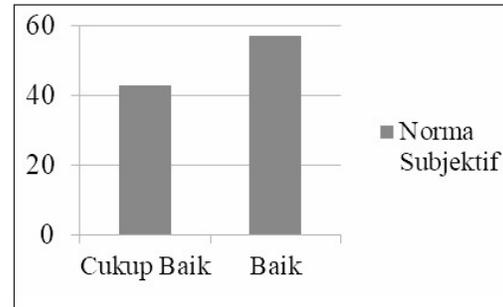
Hasil dari gambar 1 menjelaskan sikap yang dimiliki responden paling banyak responden mempunyai sikap yang baik. Sikap dalam penelitian diukur dengan keyakinan terhadap sikap untuk merokok dan keyakinan terhadap manfaat rokok. Hasil tersebut menunjukkan bahwa responden lebih banyak tidak merasakan manfaat dari rokok.

Berdasarkan hasil gambar 2 dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki norma subjektif baik. Norma subjektif dalam penelitian ini diukur dengan melihat pandangan individu terhadap pengaruh yang ada di lingkungannya. Pengaruh tersebut diantaranya adalah pendapat orang di sekitar, yaitu orang tua atau keluarga, teman, dan masyarakat di sekitar lingkungan tempat tinggal responden. Selain itu, motivasi dari melihat orang lain juga digunakan sebagai pengukur norma subjektif responden.

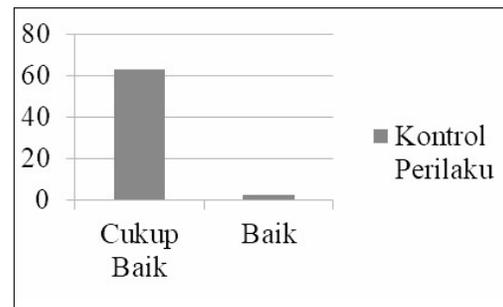
Hasil pada grafik gambar 3 menjelaskan bahwa mayoritas responden memiliki kontrol kebiasaan dalam kategori cukup baik. Faktor yang digunakan untuk tolak ukur terhadap kontrol kebiasaan adalah kemudahan akses untuk merokok dan kemampuan untuk mengambil



Gambar 1. Sikap Responden terhadap Kebiasaan Merokok.



Gambar 2. Norma Subjektif terhadap Kebiasaan Merokok.



Gambar 3. Kontrol Perilaku terhadap Kebiasaan Merokok.

keputusan. Kontrol perilaku dalam penelitian ini bagi responden yang memiliki kebiasaan merokok menunjukkan bahwa atlet remaja memiliki kemudahan akses untuk merokok dan memilih untuk merokok. Responden yang tidak merokok, meskipun atlet remaja memiliki kemudahan akses untuk merokok, atlet remaja memilih untuk tetap tidak merokok.

Hasil tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak merokok. Responden yang merokok mayoritas masuk dalam kategori rendah. Mayoritas dalam sehari atlet remaja merokok sebanyak 1–9 batang. Meskipun rendah, hal ini lebih baik dikurangi atau dihindari secara perlahan, untuk menjaga kesehatan tubuh dan kebugaran jasmani. Kategori jumlah merokok per hari dikategorikan menjadi tiga jenis, yaitu perokok ringan dengan menghisap batang rokok kurang dari 10 batang dalam sehari, perokok sedang dengan menghisap batang rokok sebanyak

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok

Kebiasaan Merokok	F (n = 35)	Persentase (%)
Tidak Merokok	21	60,0
Rendah	10	28,6
Sedang	4	11,4

10–20 batang dalam sehari, dan perokok berat dengan menghisap batang rokok lebih dari 20 batang dalam sehari (Bustan, 2007).

Analisis Regresi Logistik

Analisis regresi logistik dapat digunakan dalam mengetahui pengaruh antara variabel independen dengan variabel dependen. Variabel independen dari penelitian ini meliputi sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kebiasaan merokok.

Hasil dari analisis regresi logistik menunjukkan bahwa ada pengaruh antara sikap dengan kebiasaan merokok. Risiko terjadinya kebiasaan merokok dapat dilihat berdasarkan *Odds Ratio* (OR) yaitu 36, menunjukkan bahwa responden yang memiliki sikap cukup baik memiliki risiko 36 kali lebih besar untuk berkebiasaan merokok, daripada responden yang memiliki sikap yang baik.

Hasil analisis regresi logistik selanjutnya adalah norma subjektif dengan kebiasaan merokok. Analisis yang telah dilaksanakan mendapatkan hasil yang menunjukkan faktor norma subjektif memengaruhi kebiasaan merokok. Risiko terjadinya kebiasaan merokok dapat dilihat berdasarkan *Odds Ratio* (OR) yaitu 15,583, menunjukkan bahwa responden yang memiliki norma subjektif cukup baik memiliki risiko 15,583 kali lebih besar untuk berkebiasaan merokok daripada responden yang memiliki norma subjektif baik. Analisis regresi logistik yang terakhir adalah kontrol perilaku dengan kebiasaan merokok. Hasil analisis yang diperoleh memberikan informasi yaitu kebiasaan merokok dipengaruhi oleh kontrol perilaku. Risiko terjadinya kebiasaan merokok dapat dilihat berdasarkan *Odds Ratio* (OR) yang mendapatkan hasil 17,333, menunjukkan bahwa responden yang memiliki kontrol perilaku

cukup baik memiliki risiko sebesar 17,333 kali untuk melakukan kebiasaan merokok daripada responden yang memiliki kontrol perilaku baik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilaksanakan, memberikan informasi yaitu pada variabel sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku memberikan pengaruh terhadap kebiasaan merokok. Hasil tersebut dapat dipengaruhi dari beberapa aspek yang telah ada dalam kuesioner yang telah disebarkan kepada responden. Responden yang memiliki sikap baik memilih untuk tidak merokok. Hal ini berbeda dengan responden yang memiliki sikap cukup baik, responden yang memiliki sikap cukup baik cenderung memilih untuk merokok. Bagi responden yang tidak merokok menunjukkan bahwa sikap responden yang negatif dalam terbentuknya kebiasaan merokok sehingga tidak terjadi kebiasaan merokok. Bagi responden yang merokok meskipun memiliki sikap negatif tetapi tetap merokok dikarenakan sudah merasa ketergantungan terhadap rokok dan kemungkinan atlet remaja juga memiliki sikap yang positif terhadap rokok seperti merasa tenang saat merokok sehingga atlet remaja masih tetap melakukan kebiasaan merokok tersebut. Responden yang merokok beranggapan bahwa atlet remaja telah memiliki keyakinan akan manfaat dari rokok.

Sikap negatif yang dimiliki individu terhadap suatu perilaku kesehatan, dapat memberikan pengaruh juga untuk melakukan perilaku negatif, dalam penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, pada lokasi yang berbeda menunjukkan bahwa responden memiliki perilaku merokok. Hasil yang telah diperoleh, menunjukkan responden yang lebih banyak berada pada sikap negatif terhadap dampak bahaya rokok, merupakan individu yang merokok. Hal tersebut dapat menjelaskan bahwa, sikap dapat menunjang untuk seseorang berperilaku merokok (Faridah, 2015). Pada penelitian yang lain juga menyebutkan bahwa individu yang mempunyai sikap positif memiliki risiko perilaku tidak merokok lebih besar dibandingkan dengan individu yang sikapnya negatif (Hidayati, 2012).

Pernyataan terkait sikap responden, menunjukkan bahwa responden yang merokok memiliki sikap positif terhadap rokok, yang berarti bahwa responden yang merokok merasa tingkat percaya diri meningkat dengan merokok, sehingga responden merasa merokok merupakan pilihan yang tepat. Responden yang merokok mengatakan bahwa merokok dapat menjadi nyaman, kesehatan tidak terganggu dengan rokok, dan tidak mengurangi pengeluaran sehari-hari. Responden yang merokok juga merasakan kekuatan fisik atlet remaja tidak menurun dan merasa sulit jika tidak merokok. Responden yang merokok dapat menyelesaikan masalah dengan cepat jika dengan merokok, karena rokok membuat merasa relax. Responden yang merokok juga merasakan badan menjadi hangat saat merokok, terlihat lebih dewasa, dan memiliki banyak teman. Penelitian tersebut menunjukkan kesamaan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan sikap individu memiliki pengaruh 4 kali kemungkinannya untuk terjadi perilaku merokok pada remaja (Shaluhiah, 2006).

Responden yang memiliki norma subjektif baik memiliki kebiasaan tidak merokok. Responden yang memiliki norma subjektif cukup baik memiliki kebiasaan merokok. Responden yang memiliki kebiasaan merokok memungkinkan mendapat motivasi dan dukungan dari lingkungan, sehingga atlet remaja memilih dan tetap merokok. Norma subjektif dengan hasil cukup baik dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa responden percaya terhadap informasi tentang rokok yang diberikan oleh temannya. Informasi dari teman terkait merokok, yaitu merokok merupakan identitas seorang laki-laki, dengan merokok maka tugas kuliah dapat dengan cepat diselesaikan. Masyarakat di sekitar responden juga mengatakan bahwa merokok sudah menjadi budaya dan dapat dilakukan di setiap tempat karena dengan merokok dapat memudahkan untuk berinteraksi antar individu. Responden menganggap bahwa atlet remaja sudah dewasa sama halnya dengan orang tua yang merokok, selain itu merokok juga bentuk kekompakan dengan teman. Jawaban yang diberikan responden yang merokok tersebut menjadikan responden tetap berusaha untuk merokok, meskipun ada beberapa responden yang memiliki keinginan untuk berhenti merokok

tetapi belum dapat direalisasikan. Hasil penelitian yang telah dilakukan mempunyai kesamaan hasil dengan penelitian sebelumnya yang mendapatkan hasil mengenai status merokok orang tua memiliki hubungan terhadap kebiasaan merokok para remaja yang menjadi mahasiswa (Vivaldi, 2016). Menurut penelitian yang lain juga memperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh antara teman dengan kebiasaan merokok pada mahasiswa (Musdalifah, 2011). Menurut penelitian Gusti (2013) menyebutkan bahwa remaja pria yang merokok dan jumlah batang rokok yang diisap dalam sehari dapat dipengaruhi oleh keluarga, teman sepermainan, dan lingkungan sekolah. Faktor yang mempengaruhi remaja merokok adalah faktor teman karena teman yang sudah merokok memiliki kemungkinan untuk mengajak orang lain yang belum merokok untuk ikut merokok, selain itu juga teman yang sudah merokok juga memberikan contoh merokok kepada teman-temannya dengan menjadi sosok yang dapat diikuti. Faktor keluarga juga menjadi pemicu dalam perilaku merokok, karena secara tidak langsung anggota keluarga yang merokok telah menjadi *role model* bagi remaja (Taryaka, 2011).

Mayoritas responden memiliki kontrol perilaku cukup baik. Responden yang memiliki kontrol perilaku cukup baik memilih untuk melakukan kebiasaan merokok. Kontrol perilaku dalam hal ini meliputi persepsi tentang kemudahan untuk merokok dan persepsi tentang kemampuan dalam mengambil keputusan untuk merokok. Kontrol perilaku yang dimiliki responden yang merokok, menunjukkan bahwa responden merasa mampu untuk merokok karena harga rokok terjangkau. Responden juga menjawab bahwa penjual rokok mudah ditemui termasuk saat berada di kampus. Tempat untuk merokok di lingkungan tempat tinggal dan di kampus dapat dengan mudah dijangkau sehingga responden dapat merokok di setiap tempat. Responden yang merokok merasa bahwa merokok adalah hak setiap individu dan atlet remaja bisa merokok tanpa mendengarkan pendapat orang lain. Adanya kemudahan akses untuk merokok dan anggapan setiap individu terkait kemampuannya untuk mengambil keputusan membuat responden yang merokok tetap melakukan kebiasaan merokok. Menurut

teori Ajzen (2005) ketika individu percaya bahwa dirinya memiliki kesempatan untuk berperilaku tertentu, maka individu tersebut akan melakukannya. Penelitian sebelumnya juga mendapatkan hasil yang sama yaitu semakin tinggi kontrol diri seseorang, maka akan semakin rendah untuk melakukan perilaku merokok. Semakin rendah kontrol perilaku seseorang, maka akan semakin tinggi untuk melakukan perilaku merokok (Runtukahu, 2015).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa atlet yang memiliki kebiasaan merokok di UKM Bulutangkis Universitas X Kota Surabaya sebesar 40%. Mayoritas atlet berusia remaja yaitu usia 18–20 tahun. Atlet bulutangkis paling banyak berasal dari angkatan 2016. Sebagian besar atlet bulutangkis telah mengikuti pertandingan dan memiliki prestasi di bidang olahraga bulutangkis pada tingkat kabupaten hingga tingkat nasional. Atlet yang telah berhasil mendapatkan prestasi, memperoleh penghargaan dari Universitas X Kota Surabaya.

Hasil analisis menunjukkan bahwa faktor yang dapat memberikan pengaruh terhadap kebiasaan merokok atlet di UKM Bulutangkis Universitas X Kota Surabaya adalah sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku. Faktor sikap memiliki pengaruh yang paling besar terhadap terjadinya kebiasaan merokok.

Saran

Atlet yang merokok, sebaiknya mulai mencoba untuk memiliki sikap untuk mengurangi kebiasaan merokok. Atlet yang merokok dengan mulai mencoba untuk mengurangi waktu bermain bersama teman yang merokok dan berhati-hati dalam memilih teman agar dapat menghindari ajakan teman yang merokok untuk merokok.

Atlet yang tidak merokok, tetap mempertahankan kebiasaan tidak merokok dengan memotivasi diri sendiri bahwa rokok akan merugikan kesehatan. Atlet yang tidak merokok sebaiknya dapat memilih teman dan lingkungan yang tidak merokok.

Bagi UKM Bulutangkis Universitas X Surabaya, sebaiknya memberikan nasehat kepada atlet yang merokok untuk mengurangi kebiasaan merokok dan berhenti untuk melakukan kebiasaan merokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. 2005. *Attitudes, Personality, and Behavior (2nd. Edition)*. England: Open University Press/McGraw Hill.
- Astrini. 2011. Masa Orientasi dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru. *Jurnal Humaniora* 2(1), pp. 452–458.
- Bustan, M.N. 2007. *Epidemiologi Penyakit Menular*. Edisi Kedua. Jakarta: Rhineka Cipta
- Faridah, F. 2015. Analisis Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Remaja di SMK X Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(3).
- Firmansyah, U. 2013. *Keterampilan Bermain Bulutangkis Ditinjau dari Unsur Fisik Dominan dalam Bulutangkis pada Pemain Tunggal Anak Putra Persatuan Bulutangkis Purnama Surakarta*. Skripsi. Universitas Sebelas Maret.
- Gusti, Sarake, M., Ikhsan, M. 2013. Faktor yang Mempengaruhi Jumlah Rokok yang Dihisap per Hari pada Remaja Pria di SMA Negeri Bungku 1 Selatan Kecamatan Bungku Selatan Kabupaten Morowali di Sulawesi Tengah Tahun 2013. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Hidayati, T & Ariken, S. 2012. Persepsi dan Perilaku Merokok Siswa, Guru dan Karyawan Mahasiswa Mua'llimin Muhammadiyah Yogyakarta dan Faktor-Faktor yang Berpengaruh. *Jurnal Mutiara Medika* 12(1), pp. 31–40.
- Huda, M.A. 2012. *Analisa Kebugaran Jasmani Berdasarkan Kebiasaan Merokok pada Pemain Bulutangkis*. Skripsi. Universitas Airlangga.
- Kemenkes. 2011. *Informasi tentang Penanggulangan Masalah Rokok*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes. 2012. *Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012 Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Menteri Kesehatan RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI.

- Musdalifah & Setijadi, R.A. 2011. Pengaruh Latar Belakang Pendidikan, Stres, Orang Tua, Teman, dan Iklan terhadap Perilaku Merokok pada Mahasiswa Universitas Sebelas Maret Surakarta. *Jurnal Respirologi Indo*, 31(4).
- Nurhasan. 2005. *Petunjuk Praktis Kebugaran Jasmani*. Surabaya: Unesa.
- Oktavira, C. & Sitepu, A. 2013. Perbandingan Denyut Jantung antara Mahasiswa Perokok dan Bukan Perokok dengan Menggunakan Uji Latih Jantung. *E-journal FK USU*, 1(1).
- Peraturan Pemerintah Nomor 109 Tahun 2012 tentang Pengamanan Bahan yang Mengandung Zat Adiktif Berupa Produk Tembakau Bagi Kesehatan.
- Runtukahu, C.G., Sinolungan, J., Opod. 2015. Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Merokok Kalangan Remaja di SMKN 1 Bitung. *Jurnal e-Biomedik (eBm)* 3(1).
- Shaluliyah, Z., Karyono, Noor, F. 2006. Faktor-Faktor yang Berpengaruh terhadap Praktik Merokok pada Remaja Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Kudus Tahun 2005. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 1(1).
- Suryani, L, Syahniar, Zikra. 2013. Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas. *Jurnal Ilmiah Konseling* 2(1), pp. 136–140.
- Taryaka, A & Hurriyati, E. A. 2011. Mengapa *Late Childhood* Merokok. *Jurnal Humaniora* 2(1), pp. 405–421.
- Trisanti, I. 2016. Remaja dan Perilaku Merokok. *Jurnal Kebidanan, ISSN-2407-9189*.
- Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional.
- Vivaldi, A. 2016. Hubungan Status Merokok Orang Tua terhadap Perilaku Merokok Mahasiswa Pria Teknik Sipil di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.