

**MENGUNGKAP BEHAVIORAL INTENTION PADA INDIVIDU YANG BERHENTI
MEROKOK DITINJAU DARI *THEORY OF PLANNED BEHAVIOR***

SKRIPSI

Pembimbing:

Grestin Sandy R, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Andi Tenri Pada Rustham, S.Psi., M.A

Oleh:

Andi Radiva Kananda Hafid

NIM: C021201032



**UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
MAKASSAR**

2024

**MENGUNGKAP BEHAVIORAL INTENTION PADA INDIVIDU YANG BERHENTI
MEROKOK DITINJAU DARI *THEORY OF PLANNED BEHAVIOR***

SKRIPSI

Diajukan untuk Menempuh Ujian Sarjana
pada Fakultas Kedokteran
Program Studi Psikologi
Universitas Hasanuddin

Pembimbing:

**Grestin Sandy R, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Andi Tenri Pada Rustham, S.Psi., M.A**

Oleh:

**Andi Radiva Kananda Hafid
NIM: C021201032**



**UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
MAKASSAR
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Halaman Persetujuan

**MENGUNGKAP *BEHAVIORAL INTENTION* PADA INDIVIDU YANG
BERHENTI MEROKOK DITINJAU DARI *THEORY OF PLANNED BEHAVIOR***

disusun dan diajukan oleh:

**Andi Radiva Kananda Hafid
C021201032**

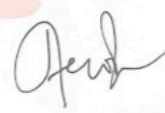
Telah disetujui dan diajukan di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin:

Pembimbing I

Pembimbing II



Grestin Sandy, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 19860601 201404 2 001



Andi Tenri Pada Rustham, S.Psi., M.A.
NIP. 19811111 201012 2 003

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin



Dr. Ichlas Naniang Afandi, S.Psi., M.A
NIP.-19810725 201012 1 004

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

MENGUNGKAP *BEHAVIORAL INTENTION* PADA INDIVIDU YANG BERHENTI MEROKOK DITINJAU DARI *THEORY OF PLANNED BEHAVIOR*

disusun dan diajukan oleh:
Andi Radiva Kananda Hafid
C021201032

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi
Pada tanggal 19 Agustus 2024

Menyetujui,

Panitia Penguji

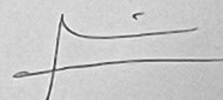
No.	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A	Ketua	1. 
2.	Susi Susanti, S.Psi., M.A	Anggota	2. 
3.	Grestin Sandy, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	3. 
4.	Andi Tenri Pada Rustham, S.Psi., M.A	Anggota	4. 
5.	Rizky Amalia Jamil, S.Psi., M.A	Anggota	5. 

Mengetahui,



Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kemahasiswaan
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin
Prof. dr. Agus Salim Bukhari, M.Clin., Med., Ph.D., Sp.GK(K)
NIP. 197008211999031001

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin


Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A
NIP. 198107252010121004

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Hasanuddin maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah mumi gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali Tim Pembimbing dan masukan Tim Penelaah/Tim Penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali karya yang menjadi acuan referensi yang dituliskan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Makassar, ^{19 Agustus}.... 2024
Yang membuat pernyataan,
Materai



Andi Radiva Kananda Hafid
NIM.C021201032

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur dipanjatkan kepada Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Mengungkap Behavioral Intention Pada Individu Yang Berhenti Merokok Ditinjau Dari *Theory Of Planned Behavior*”. Skripsi ini ditulis sebagai tugas akhir serta syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

Penulis menyadari banyak pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, bimbingan, dan pengajaran, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi serta penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Jamaluddin Jompa, M.Sc., selaku Rektor Universitas Hasanuddin yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada peneliti dalam menempuh pendidikan program S1 di Universitas Hasanuddin.
2. Prof. Dr. dr. Haerani Rasyid, M.Kes, Sp.PD-KGH, Sp.GK., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin beserta seluruh staf yang telah memfasilitasi peneliti selama berproses di Fakultas Kedokteran.
3. Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi, M.A., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin beserta seluruh jajarannya yang telah memberikan fasilitas dan kesempatan kepada peneliti dalam mengembangkan diri di program studi Psikologi.
4. Ibu Grestin Sandy, S.Psi, M.Psi, Psikolog., selaku dosen pembimbing 1 peneliti. Terima kasih atas waktu, bimbingan, dan arahan yang diberikan kepada peneliti dari awal penyusunan hingga penyelesaian skripsi. Terima

kasih atas segala dukungan, arahan, motivasi, serta umpan balik yang sangat berharga sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.

5. Ibu Andi Tenri Pada Rustham, S.Psi., M.A., selaku dosen pembimbing 2 peneliti. Terima kasih telah bersedia untuk meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan bimbingan, arahan, saran, serta umpan balik selama pengerjaan skripsi berlangsung.
6. Dosen pembahas 1 dan 2, Ibu Susi Susanti, S.Psi, M.A. dan Bapak Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi, M.A. Terima kasih atas umpan balik serta saran yang diberikan kepada peneliti dalam mengoptimalkan pengerjaan skripsi sesuai dengan standar penelitian.
7. Seluruh dosen dan staff Prodi Psikologi FK Unhas. Terima kasih atas segala bantuan, pembelajaran, serta insight yang diberikan selama berproses sebagai mahasiswa psikologi. Terima kasih telah memberikan banyak ilmu serta membantu peneliti dalam mempersiapkan diri sebagai sarjana Psikologi.
8. Dosen pembimbing akademik, Ibu Triani Arfah, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Terima kasih atas motivasi serta arahan yang diberikan kepada peneliti selama menjalankan studi di Prodi Psikologi Universitas Hasanuddin.
9. Kedua orang tua peneliti, Andi Faika Patawari dan Andi Sukawati Hafid. Terima kasih telah memberikan dukungan, motivasi, serta kasih sayang dalam membesarkan dan membimbing penulis untuk dapat meraih mimpi dan cita-cita. Terima kasih atas doa, nasihat, serta kesabaran yang luar biasa dalam setiap langkah hidup peneliti. Segala kesuksesan dan hal baik yang kedepannya akan peneliti dapatkan adalah karena dan untuk kedua orang tua peneliti. Peneliti berharap dapat menjadi anak yang dapat dibanggakan.

10. Saudari peneliti, Andi Narizza Azzahra Hafid selaku kakak penulis serta Andi Rayya Almayrah Hafid selaku adik penulis. Terima kasih atas dukungan serta bantuan yang diberikan selama peneliti menjalankan studi Psikologi.
11. Sahabat terbaik peneliti, Aisyah Ahmad, Brenda Febricha, Elizabeth Pellokila, Nur Aliya Sabira, dan Ni Made Wulandari. Terimakasih atas dukungan, motivasi, serta bantuan yang diberikan kepada peneliti sejak SMA. Terima kasih telah mengingatkan bahwa peneliti tidak sendiri dan selalu meluangkan waktu serta bersabar dalam mendengarkan segala keluhan-kesah peneliti. Terima kasih atas segala saran dan masukan yang diberikan kepada peneliti. Terima kasih untuk selalu menghibur serta menguatkan peneliti. Semoga kita dapat terus bersama, memotivasi satu sama lain, serta sukses dengan cita-cita kita masing-masing.
12. Teman dekat peneliti di Psikologi, Fairuz, Aya, Rizki, Puput, Aurel, Muti, dan Maze. Terima kasih telah kebersamai serta membantu peneliti selama berproses dan menyelesaikan studi sebagai mahasiswa psikologi. Terima kasih telah mengajarkan peneliti mengenai budaya-budaya di Makassar. Terima kasih telah membantu dan menemani peneliti selama merantau di Makassar. Terima kasih atas momen-momen berharga yang tidak terlupakan. Semoga kita dapat berkumpul kembali serta sukses dengan jalan yang kita ambil masing-masing.
13. Teman-teman angkatan 2020, Psychaltair. Terima kasih telah kebersamai selama belajar serta berproses di Prodi Psikologi. Terima kasih atas bantuan serta momen berharga selama menjadi mahasiswa psikologi.

14. Keluarga besar peneliti. Terima kasih kepada puang-puang dan Andi yang telah membantu peneliti selama ini. Terima kasih telah menemani peneliti selama merantau di Makassar.
15. Seluruh subjek penelitian. Terima kasih telah bersedia meluangkan waktu berharganya untuk menjadi subjek penelitian ini. Terima kasih telah berbagi cerita dan membuka pandangan baru. Peneliti belajar banyak hal selama proses wawancara bersama subjek.
16. Diri sendiri. Terima kasih telah bertahan dan berjuang hingga sejauh ini. Terima kasih untuk tidak mudah menyerah, tidak mudah puas, terus belajar, serta terus memperbaiki diri. Terima kasih untuk selalu semangat mencapai cita-cita serta hidup disiplin. Terima kasih untuk tidak memaksakan diri dan beristirahat sejenak untuk merenung serta melakukan refleksi diri sebagai bentuk persiapan diri agar dapat melangkah lebih jauh. Masih banyak cita-cita dan tujuan lain yang belum tercapai, semoga kita dapat terus semangat untuk melangkah dan tetap rendah hati.
17. Semua pihak yang telah membantu peneliti yang tidak dapat dituliskan satu per satu. Terima kasih telah membantu peneliti untuk menyelesaikan studi sebagai mahasiswa psikologi.

Dengan kerendahan hati, peneliti sadar bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan ilmu, kemampuan, serta pengalaman peneliti. Oleh karena itu, peneliti memohon maaf atas kesalahan serta kekurangan yang dilakukan oleh peneliti. Peneliti terbuka serta bersedia untuk menerima kritik dan saran yang membangun. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan serta berkontribusi dalam pengembangan yang lebih baik.

Makassar, 19 Agustus 2024



Andi Radiva Kananda Hafid
NIM. C021201032

ABSTRAK

Andi Radiva Kananda Hafid, C021201032, Mengungkap Behavioral Intention Pada Individu Yang Berhenti Merokok Ditinjau dari *Theory of Planned Behavior*. Skripsi, Fakultas Kedokteran, Program Studi Psikologi, 2024. xv + 78 halaman, 9 Lampiran.

Merokok merupakan perilaku yang dapat merusak kesehatan sehingga diperlukan beberapa upaya untuk mengurangi jumlah perokok. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap behavioral intention pada individu yang berhenti merokok ditinjau dari *theory of planned behavior*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian narrative study. Jumlah subjek pada penelitian ini adalah sebanyak tiga orang dengan karakteristik pernah menjadi perokok berat dan sudah berhenti merokok lebih dari satu tahun. Data penelitian diperoleh dengan melakukan wawancara semi terstruktur. Data yang diperoleh akan dianalisis dengan cara melakukan reduksi data, penyajian data, dan membuat kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga dimensi *theory of planned behavior* berperan dalam membentuk behavioral intention pada ketiga subjek untuk berhenti merokok. Selain itu, terdapat interaksi antara ketiga dimensi *theory of planned behavior* pada ketiga subjek. Attitude merupakan dimensi yang berperan dalam membentuk behavioral intention pada ketiga subjek untuk berhenti merokok. Namun, *attitude* saja tidak cukup karena terdapat ketidakkonsistenan pada ketiga subjek yang disebabkan oleh subjective norm negatif atau berada di lingkungan yang menghambat subjek untuk berhenti merokok. Akan tetapi, apabila subjek memiliki attitude serta perceived behavioral control yang kuat, subjek dapat kembali memiliki behavioral intention dan konsisten untuk berhenti merokok walaupun berada di lingkungan yang tidak setuju akan perilakunya. Berdasarkan hal tersebut, dapat diketahui bahwa peran perceived behavioral control cukup signifikan dalam membuat subjek konsisten untuk berhenti merokok.

Kata Kunci: Merokok, Behavioral Intention, *Theory of Planned Behavior* Daftar Pustaka, 50 (1991 – 2024).

ABSTRACT

Andi Radiva Kananda Hafid, C021201032, Revealing Behavioral Intention in Individuals Who Quit Smoking in View of the Theory of Planned Behavior. Bachelor Thesis, Faculty of Medicine, Psychology Department, 2024.
xv + 78 pages, 9 attachments.

Smoking is a behaviour that can harm your health, hence numerous measures are needed to minimise the number of smokers. This research aims to reveal behavioral intentions in individuals who quit smoking considering the theory of planned behavior. This research uses a qualitative approach with a narrative research design. This study includes three subjects who were heavy smokers and had quit for more than a year. Research data was obtained by conducting semi-structured interviews. The data obtained will be explained by reducing the data, displaying the data, and making conclusions. The results of this study indicate that the three dimensions of the theory of planned behavior plays a role in forming the three subjects' behavioral intention to quit smoking. Apart from that, there was an interaction between the three dimensions of the theory of planned behavior in the three subjects. Attitude is a dimension that plays a role in forming the three subjects' behavioral intention to stop smoking. Nevertheless, attitude alone is not sufficient due to the inconsistencies in the three subjects induced by negative subjective norms or being in an environment that discourages subjects from quitting smoking. However, if the subject has a strong attitude and perceived behavioral control, he can re-establish the behavioral intention and consistency to quit smoking even when he is in an environment that does not support his behavior.. Based on this, it can be seen that the role of perceived behavioral control is quite significant in making subjects consistent in quitting smoking.

Keywords: Smoking, Behavioral Intention, Theory of Planned Behavior
Bibliography, 50 (1991 – 2024).

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT	xii
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Pertanyaan Penelitian	8
1.3 Signifikansi dan Keunikan Penelitian	9
1.4 Maksud, Tujuan dan Manfaat Penelitian	10
1.3.1 Maksud Penelitian	10
1.3.2 Tujuan Penelitian	10
1.3.3 Manfaat Penelitian.....	10
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Tinjauan Pustaka	11
2.1.1 Behavioral Intention.....	11
2.1.2 Perilaku Merokok.....	12
2.1.3 Theory of Planned Behavior	17
2.2 Kerangka Konseptual	20
BAB III : METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis Penelitian dan Pendekatan Penelitian	22
3.2 Unit Analisis	22
3.3 Subjek Penelitian.....	22
3.4 Teknik Penggalan Data.....	23
3.5 Teknik Analisis Data.....	23
3.6 Teknik Keabsahan Data.....	24
3.7 Prosedur Kerja	24
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Profil Subjek Penelitian	28

4.1.1 Subjek 1.....	28
4.1.2 Subjek 2.....	29
4.1.3 Subjek 3.....	30
4.2 Hasil Temuan.....	31
4.2.1 Subjek 1.....	31
4.2.2 Subjek 2.....	44
4.2.3 Subjek 3.....	58
4.2.4 Kesimpulan Hasil Wawancara Secara Keseluruhan	70
4.3 Pembahasan	78
BAB V : PENUTUP	
5.1 Kesimpulan.....	86
5.2 Saran	87
DAFTAR PUSTAKA.....	88

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Timeline Prosedur Kerja.....	27
Tabel 4.1 Profil Subjek Penelitian	28
Tabel 4.2 Hasil Temuan Subjek 1	32
Tabel 4.3 Hasil Temuan Subjek 2	44
Tabel 4.4 Hasil Temuan Subjek 3	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Koseptual	21
Gambar 4.1 Bagan Gambaran Proses <i>Behavioral Intention</i> Subjek 1	43
Gambar 4.2 Bagan Gambaran Proses <i>Behavioral Intention</i> Subjek 2	57
Gambar 4.3 Bagan Gambaran Proses <i>Behavioral Intention</i> Subjek 3	69
Gambar 4.4 Bagan Gambaran Kesimpulan Dinamika <i>Behavioral Intention</i> ..	72
Gambar 4.5 Bagan Gambaran Kesimpulan Proses <i>Behavioral Intention</i>	60
Gambar 4.6 Bagan Dinamika Dimensi <i>Planned Behavior Theory</i>	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: <i>Guideline</i> wawancara	92
Lampiran 2: <i>Informed Consent</i>	98

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perilaku merokok memberikan dampak buruk bagi kesehatan dan merupakan salah satu penyebab utama kematian serta penyakit pada masyarakat. Rokok tidak hanya memberikan dampak buruk bagi orang yang merokok tetapi juga memberikan dampak bagi orang-orang yang ada di sekitar perokok. Perilaku merokok merupakan perilaku yang fenomenal mengingat banyaknya perokok sehingga pemerintah serta tenaga kesehatan tidak pernah berhenti untuk menyuarkan dampak dari penggunaan rokok. Dampak dari perilaku merokok ini menyadarkan banyak orang sehingga hal tersebut dapat mendorong perokok untuk berusaha berhenti merokok.

Perilaku merokok adalah aktivitas individu yang dipelajari dari lingkungannya. Di Indonesia, perilaku merokok terus menjadi sorotan bagi pemerintah. Hal tersebut disebabkan karena jumlah perokok di Indonesia terus meningkat dan mencapai angka yang cukup memprihatinkan. Pada tahun 2020, WHO (World Health Organization) merilis suatu artikel yang menyatakan bahwa tingkat merokok rata-rata di Indonesia merupakan salah satu yang tertinggi dan satu-satunya negara di Asia Tenggara yang belum menandatangani WHO FCTC (Framework Convention on Tobacco Control) (WHO, 2020). Selain itu, Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat bahwa terdapat 28,26% persentase penduduk Indonesia dengan usia di atas 15 tahun yang merokok pada tahun 2022. Kemudian, berdasarkan Global Adult Tobacco Survey (GATS) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2011 dan 2021, Indonesia menempati peringkat ketiga di dunia dengan jumlah perokok terbanyak di dunia setelah Cina

dan India (Kemkes, 2022). Pada tahun 2020, WHO juga mengeluarkan artikel yang menyatakan bahwa sekitar 225.700 orang di Indonesia meninggal akibat merokok atau penyakit lain yang berkaitan dengan tembakau setiap tahunnya (WHO, 2020).

Tingginya perokok di Indonesia perlu ditangani karena perilaku merokok dapat memberikan dampak buruk bagi kesehatan individu. Pada orang dewasa, merokok dapat menyebabkan kanker paru-paru atau jantung, masalah atau gangguan kehamilan, tenggorokan kering, sulit tidur, dan masalah kesehatan lainnya (Mubin, 2023). Selain itu, Centres for Disease Control and Prevention (CDC), yaitu salah satu badan kesehatan masyarakat Amerika menjelaskan bahwa rokok dapat memberikan dampak yang sangat berbahaya bagi individu yang terpapar asap rokok atau biasa disebut dengan perokok pasif. Tidak ada tingkat paparan asap rokok yang aman karena asap rokok dapat memberikan dampak kesehatan yang berbahaya walaupun hanya dalam waktu yang singkat.

Pada orang dewasa, perokok pasif dapat menyebabkan penyakit jantung koroner, stroke, kanker paru-paru, bahkan dapat mengakibatkan kematian dini. Perokok pasif juga dapat memberikan dampak buruk terhadap kesehatan reproduksi pada wanita. Pada anak-anak, paparan asap rokok dapat menyebabkan infeksi pernafasan, infeksi telinga, dan serangan asma. Rokok juga dapat memberikan dampak pada bayi, yaitu rokok dapat menyebabkan sindrom kematian bayi mendadak (SIDS) (CDC, 2023).

Tingginya risiko yang diakibatkan oleh rokok ini menjadi perhatian tenaga kesehatan untuk mengurangi perilaku merokok, terutama di Indonesia yang menjadi salah satu negara dengan jumlah perokok terbanyak di dunia. Sudah banyak upaya yang dilakukan oleh tenaga kesehatan dan pemerintah Indonesia untuk mengurangi jumlah perokok di Indonesia. Upaya pencegahan yang

dilakukan pemerintah untuk mengurangi jumlah perokok di Indonesia, yaitu dengan membuat campaign, memberikan peringatan risiko merokok pada kemasan rokok, membuat layanan konseling bagi warga negara yang membutuhkan bantuan untuk berhenti merokok, dan lain sebagainya (Kemkes, 2022). Selain itu, sudah banyak juga organisasi atau komunitas yang terus menyuarkan dampak dari merokok dan mengajak individu untuk berhenti merokok.

Walaupun telah banyak upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah dan tenaga kesehatan untuk mengurangi perokok, perilaku merokok merupakan salah satu perilaku yang sulit untuk dihentikan, karena merokok merupakan salah satu bentuk perilaku adiksi. Perilaku Adiksi merupakan aksi, biasanya merupakan obsesif dan destructive, yang berhubungan dengan penyalahgunaan atau ketergantungan seseorang pada suatu zat yang mendominasi kehidupan seseorang (APA, 2015). Adiktif rokok dapat disebabkan dari salah satu zat pada rokok, yaitu nikotin yang berperan dalam menstimulasi otak, mengeluarkan beta-endorphine, dan menyebabkan tingginya metabolisme (Marrison, 2009). Seseorang dapat dikategorikan adiksi nikotin, apabila orang tersebut terus membutuhkan nikotin dan tidak dapat berhenti menggunakannya.

Bahaya dari merokok berhasil membuat beberapa orang sadar akan bahaya rokok serta berusaha membuat beberapa dari orang tersebut untuk berhenti ketergantungan pada rokok. Pada 2020, WHO merilis suatu artikel yang menyatakan bahwa terdapat 60% perokok di Indonesia yang memiliki keinginan untuk berhenti merokok. Namun, hanya sejumlah 40% yang melakukan upaya untuk berhenti merokok (WHO, 2020). Selain itu, hanya 15,7% masyarakat di

Indonesia yang berhasil berhenti merokok dari masyarakat yang berupaya untuk berhenti merokok (Sadarang, 2021).

Mengenai data di atas, terdapat beberapa tingkatan mengenai proses individu berhenti merokok. Pertama, individu yang hanya memiliki keinginan untuk merokok. Selanjutnya, individu yang memiliki keinginan untuk merokok dan mulai melakukan beberapa upaya untuk berhenti merokok. Tingkat terakhir adalah individu yang berhasil berhenti merokok. Hal tersebut dijelaskan oleh Ogden (2007) yang menyatakan bahwa terdapat lima tahapan dasar untuk berhenti merokok, yaitu *pre-contemplation* (tidak serius untuk berhenti merokok), *contemplation* (memiliki keinginan untuk berhenti), *preparation* (mempertimbangkan untuk berhenti merokok secara serius), *action* (mulai merubah perilaku), dan *maintenance* (mempertahankan perubahan perilaku dalam jangka waktu tertentu).

Tahapan *maintenance* merupakan tahapan yang sangat penting dan sulit dilakukan oleh pengguna zat. Hal tersebut karena individu yang merokok sesekali akan mengalami fase *relapse*, yaitu kondisi terulangnya penyalahgunaan zat setelah periode panjang (APA, 2015). Fase *relapse* sering muncul pada beberapa minggu pertama berhenti merokok. Intensitas relapse akan terus menurun hingga 6 sampai 12 bulan apabila individu berhasil menahan diri untuk tidak menggunakan zat (Lee, et.al., 2021). Ogden (2007) menjelaskan bahwa diperlukan setidaknya satu tahun agar fase *relapse* tidak terjadi pada pengguna zat, salah satunya adalah zat nikotin rokok.

Individu perlu melewati kelima tahapan tersebut untuk dapat terlepas dari penggunaan zat rokok. Akan tetapi, tidak semua individu dapat melewati kelima tahapan tersebut. Hal tersebut dapat terjadi karena perlu adanya proses

perubahan dalam diri individu untuk dapat berhenti merokok. Perubahan ini memiliki proses yang lambat dan perlu adanya pengembangan serta penerapan dari behavioral intention individu (Ogden, 2007). Behavioral intention adalah faktor yang dapat memotivasi individu untuk berperilaku (Ajzen, 1991).

Behavioral intention dapat terbentuk dari lingkungan dan dari dalam diri individu. Terdapat banyak penelitian yang menunjukkan dinamika dari dalam individu yang dapat membentuk *behavioral intention* untuk dapat berhenti merokok. Hal ini dijelaskan pada penelitian yang dilakukan oleh Cordon, Eyeston, Hutchison, Dunlap, Smith, Williams, Kim, Kao, Hurtado-de-Mendoza, Stanton, Davis, Frey, McKee, Parikh, dan Taylor (2021) yang menunjukkan bahwa *behavioral intention* untuk berhenti merokok dapat terbentuk karena adanya dinamika dalam diri individu, yaitu rasa takut atau cemas bahwa perilaku merokok dapat memperburuk kesehatannya sehingga berisiko untuk terserang penyakit lainnya seperti terserang virus COVID-19. Perasaan takut atau cemas ini terbentuk karena individu tersebut memiliki penilaian bahwa merokok dapat memperburuk kesehatannya. Penilaian terhadap perilaku ini merupakan sikap individu terhadap suatu perilaku (*attitude*).

Penelitian lainnya dilakukan oleh Buczkowski, Marcinowicz, Czachowski, dan Piszczek (2014) yang menunjukkan bahwa salah satu hal yang dapat membentuk *behavioral intention* individu untuk berhenti merokok karena adanya keyakinan bahwa individu dapat berhenti merokok yang disebabkan rasa kekhawatiran bahwa rokok dapat berdampak pada kesehatan diri sendiri dan juga orang lain. Keyakinan individu untuk dapat berhenti merokok merupakan salah satu bentuk persepsi bahwa individu dapat mengontrol perilakunya atau dapat disebut dengan *perceived control behavior*.

Selanjutnya, Schoenaker, Brennan, Wakefield, dan Durkin (2018) melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa individu berhenti merokok disebabkan adanya tekanan sosial, seperti ketidaksetujuan dari keluarga untuk merokok, rasa malu untuk mengakui bahwa dirinya merokok, dan merasa segan untuk merokok saat berada di lingkungan yang tidak merokok. Ketidaksetujuan dari keluarga, rasa malu, dan perasaan segan untuk berhenti merokok di lingkungan yang tidak merokok merupakan bentuk dari tekanan sosial (*subjective norm*) yang dapat membentuk dinamika dalam diri individu untuk berhenti merokok. Tekanan sosial dapat terbentuk karena adanya kepercayaan atau budaya yang ada pada masyarakat.

Berdasarkan paparan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, terdapat banyak dinamika yang terjadi pada individu yang dapat membentuk *behavioral intention* untuk dapat berhenti merokok. *Behavioral intention* ini dapat terbentuk dari beberapa faktor, seperti sikap terhadap suatu perilaku, kontrol terhadap perilaku, dan norma sosial. Terdapat sebuah teori yang dapat menjelaskan kaitan antara *behavioral intention* dengan ketiga faktor tersebut, yaitu *Theory of Planned Behavioral*. Teori ini menekankan bahwa *behavioral intentions* adalah hasil dari kombinasi beberapa faktor. Selanjutnya, *behavioral intention* ini diubah menjadi sebuah konsep sebagai suatu rencana sebelum Individu melakukan sebuah aksi untuk mencapai tujuan perilakunya (Ajzen. 1991).

Theory of Planned Behavior berfokus pada *behavioral intention* yang terdiri dari tiga dimensi. Dimensi pertama adalah sikap terhadap tingkah laku (*attitudes*) yang merupakan evaluasi positif atau negatif pada tingkah laku dan keyakinan mengenai hasil dari perilaku tersebut (Ajzen, 1991). Dimensi kedua adalah persepsi mengenai keyakinan atau *belief* bahwa Individu memiliki kontrol terhadap

tingkah laku (*perceived control behavior*). Dimensi ini merupakan hasil keyakinan individu melakukan suatu perilaku, walaupun terdapat beberapa hambatan yang akan diterimanya. Semakin banyak sumber daya dan peluang yang diyakini dimiliki orang, semakin kuat keyakinan individu untuk dapat mengendalikan perilaku. Dimensi ketiga adalah persepsi atau keyakinan individu mengenai tekanan sosial (*subjective norms*) yang didapatkan berkaitan dengan aksi yang dilakukan.

Ketiga dimensi tersebut dapat membentuk *behavioral intention* yang dapat mengarahkan individu untuk mengubah perilakunya. Sebagai contoh, individu yang percaya bahwa makan makanan yang tidak sehat menyebabkan tubuh gemuk dan kesehatan yang memburuk (*attitude*) percaya bahwa Individu harus memakan makanan yang sehat dan tubuh ideal lebih disukai (*subjective norms*). Selanjutnya individu tersebut termotivasi untuk mengikuti kepercayaan-kepercayaan tersebut, dan percaya bahwa dapat melakukan diet dengan memakan makanan sehat (*perceived behavioral control*). Individu yang memiliki kepercayaan tersebut cenderung untuk mengonsumsi makanan sehat dibandingkan individu yang tidak memegang kepercayaan tersebut.

Theory of Planned Behavior telah digunakan sebagai salah satu kerangka berpikir untuk mengeksplor perilaku berhenti merokok dalam berbagai populasi. Sudah banyak penelitian yang menggunakan konsep *Theory of Planned Behavior* untuk melihat behavioral intention individu untuk dapat berhenti merokok. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Tapera (2020) memperlihatkan peran *Theory of Planned Behavior* sebagai faktor merubah perilaku penggunaan tembakau pada remaja di Bostwana. Penelitian ini mengumpulkan data mengenai demografi, niat perilaku, sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku yang dirasakan terhadap merokok. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa

sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioral control* berkontribusi secara signifikan pada perilaku merokok pelajar. Penelitian lainnya dilakukan oleh Syaputra dan Coralia (2022) yang meneliti ketiga prediktor dalam *Theory of Planned Behavior* pada *behavioral intention* untuk berhenti merokok pada perokok dewasa. Penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga prediktor tersebut berhubungan positif yang signifikan pada *behavioral intention* untuk Individu dapat berhenti merokok.

Merokok merupakan perilaku yang sangat berisiko dan memberikan dampak negatif tidak hanya bagi perokok tetapi juga lingkungan yang ada di sekitarnya. Saat ini, di Indonesia jumlah perokok memasuki angka yang cukup memprihatinkan dan terus meningkat setiap tahunnya sehingga diperlukan upaya untuk dapat mengurangi perokok di Indonesia. Perilaku untuk berhenti merokok merupakan perilaku yang cukup kompleks sehingga peran dari faktor internal perlu untuk diteliti lebih lanjut. Oleh karena itu, dibutuhkan penelitian untuk mengungkap faktor-faktor internal pada individu yang dapat membentuk *behavioral intention* untuk berhenti merokok. *Theory of Planned Behavior* merupakan salah satu teori yang dapat menjelaskan *behavioral intention* individu untuk melakukan suatu perilaku. Mengenai hal tersebut, peneliti ingin mengungkap *behavioral intention* pada individu yang telah berhenti merokok ditinjau dari *Theory of Planned Behaviour*.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun, pertanyaan penelitian pada penelitian ini adalah bagaimana *behavioral intention* pada individu yang berhenti merokok ditinjau dari *Theory of Planned Behavior*?

1.3 Signifikansi dan Keunikan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun, perilaku merokok merupakan perilaku yang perlu menjadi perhatian di Indonesia. Hal tersebut disebabkan karena rokok dapat memberikan dampak yang buruk bagi perokok dan juga orang yang ada di sekitarnya. Jumlah perokok di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya sementara jumlah individu yang berhasil berhenti merokok masih tergolong sedikit. Terdapat beberapa tingkatan mengenai proses individu berhenti merokok. Pertama, individu yang hanya memiliki keinginan untuk merokok. Selanjutnya, individu yang memiliki keinginan untuk merokok dan mulai melakukan beberapa upaya untuk berhenti merokok. Tingkat terakhir adalah individu yang berhasil berhenti merokok

Mengenai hal tersebut, peneliti ingin mengungkap dinamika pada individu yang berhenti merokok untuk dapat berada pada tingkat terakhir proses berhenti merokok. Penelitian ini dilakukan untuk membantu mengurangi permasalahan rokok yang terjadi di Indonesia, khususnya dalam hal memahami faktor psikologis yang dapat membentuk behavioral intention individu untuk dapat berhenti merokok ditinjau dari *Theory of Planned Behavior*. Sejauh ini, telah banyak penelitian yang menggunakan *Theory of Planned Behavior* untuk melihat faktor pembentuk behavioral intention untuk berhenti merokok. Akan tetapi, penelitian terdahulu hanya menggunakan metode kuantitatif dan masih sedikit penelitian yang membahas mengenai dinamika psikologis yang terjadi pada individu yang berhasil berhenti merokok.

1.4 Maksud, Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Penelitian ini bermaksud untuk mengungkap behavioral intention individu yang berhenti merokok ditinjau dari *Theory of Planned Behavior*.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap behavioral intention individu yang berhenti merokok ditinjau dari *Theory of Planned Behavior*.

1.3.3 Manfaat Penelitian

1.3.3.1 Manfaat Teoritik

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi terbaru berupa ilmu pengetahuan, khususnya ilmu psikologi yang berkaitan dengan bagaimana dinamika behavioral intention individu untuk berhenti merokok ditinjau dari *Theory of Planned Behavior*.

1.3.3.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan mengenai faktor yang dapat membentuk behavioral intention Individu untuk berhenti merokok. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi rujukkan atau solusi bagi masyarakat serta tenaga kesehatan untuk membuat intervensi bagi masyarakat untuk dapat mengurangi atau dapat terlepas dari rokok.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Pustaka

2.1.1 Behavioral Intention

Perilaku merupakan salah hal yang kompleks dan memerlukan banyak pendekatan untuk dapat memahami proses terjadinya perilaku. Perilaku dapat terbentuk dari proses pengolahan informasi yang ada dari lingkungan sosial dan juga kepribadian individu. Ajzen berpendapat bahwa hal yang memegang peran penting dalam memprediksi dan menjelaskan perilaku manusia adalah dari karakteristik perilaku manusia, yaitu seperti sikap sosial dan sifat kepribadian (Ajzen, 1991).

Behavioral Intention merupakan faktor motivasi yang dapat mempengaruhi suatu perilaku (Ajzen, 1991). Behavioral intention merupakan indikasi yang menggambarkan seberapa besar keinginan individu bersedia untuk mencoba dan seberapa besar upaya yang akan individu lakukan untuk melakukan suatu perilaku. Aturan umum dari behavioral intention adalah semakin besar intensi atau keinginan individu untuk melakukan sesuatu, maka semakin besar kemungkinan individu akan melakukan perilaku tersebut. Akan tetapi, niat berperilaku dapat terekspresikan dalam perilaku hanya jika perilaku tersebut memenuhi satu syarat, yaitu berada di bawah kendali kemauan.

Sebagian besar perilaku yang bergantung pada faktor-faktor non-motivasi seperti ketersediaan peluang dan sumber daya yang diperlukan, seperti, waktu, uang, keterampilan, kerja sama orang, walaupun beberapa perilaku dapat dengan mudah memenuhi syarat tersebut (Ajzen, 1991). Secara keseluruhan, faktor-faktor

ini mewakili kendali seseorang terhadap perilakunya. Semakin besar individu tersebut mempunyai peluang dan sumber daya yang diperlukan, serta berniat untuk melakukan perilaku tersebut, maka ia harus akan berhasil melakukan perilaku tersebut.

2.1.2 Perilaku Merokok

Perilaku merokok merupakan salah satu perilaku adiksi, yaitu perilaku penggunaan nikotin yang merupakan salah satu penggunaan obat *psychoactive* yang banyak digunakan. Merokok adalah kebiasaan menghisap rokok yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari (Kemkes, 2022). WHO (World Health Organization) mengklasifikasikan perokok aktif menjadi kelompok, yaitu *light smokers* (perokok ringan), *medium smokers* (perokok sedang), dan *heavy smokers* (perokok berat). Kelompok tersebut diklasifikasi berdasarkan jumlah rokok yang dikonsumsi. Perokok ringan adalah perokok yang mengonsumsi satu sampai 10 rokok per harinya. Perokok sedang adalah perokok yang mengonsumsi sebelas sampai 20 rokok per harinya. Sementara itu, Perokok berat adalah perokok yang mengonsumsi lebih dari 20 rokok per harinya.

Merokok dapat dikategorikan sebagai perilaku berisiko karena dapat memberikan risiko, bahaya, atau dampak bagi individu yang melakukannya. Terdapat penelitian yang memperlihatkan dampak rokok dengan health-risk behavior. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa faktor risiko dalam penggunaan rokok dapat menimbulkan pikiran untuk bunuh diri, penggunaan alkohol, pesta minuman keras, penggunaan ganja, dan mengalami hubungan seksual (Cruz, et al, 2019).

Saat individu mulai teratur merokok, penggunaan nikotin akan membuat physical dependence dan psychological dependence (Alberia, 2008). Physical

dependences berkembang saat individu dapat meningkatkan toleransi pada nikotin dan merokok lebih banyak untuk mencapai efek yang sama atau untuk menghindari efek penarikan yang mengikuti penurunan kadar nikotin dalam darah (Marrison, 2009). *Psychology dependences* berkembang saat individu ingin menghindari gejala psikologis seperti kecemasan, kegelisahan dan lekas marah. Hal tersebut yang membuat individu dapat memulai kembali merokok untuk menghilangkan gejala-gejala tersebut. Terdapat beberapa alasan yang membuat individu dari hanya mencoba menjadi regular smoking, yaitu adanya *positive affect (mood)* untuk mengurangi *negative affect (stress reduction)*, perkembangan kebiasaan merokok, dan perkembangan *psychological dependences* (Alberia, 2008).

2.1.2.1 Perilaku Adiksi

Adiksi merupakan aksi yang biasanya dalam bentuk obsesif dan *destructive* dan berhubungan dengan penyalahgunaan atau ketergantungan seseorang pada suatu zat yang mendominasi kehidupan seseorang (APA, 2007). Sudah banyak teori yang telah mengembangkan penjelasan terkait adiksi. Salah satunya, adalah teori moral model yang menjelaskan bahwa perilaku adiksi adalah hasil dari kurangnya serta lemahnya moral (Ogden, 2007). Selain itu, teori lainnya juga menjelaskan adiksi sebagai salah hasil dari sosial, yaitu hasil dari proses belajar dari lingkungan sosial. Perilaku adiksi ditandai dengan salah satu karakteristik, yaitu adanya *dependency* atau ketergantungan pada suatu zat yang ditunjukkan dengan adanya *psychological* dan *physiological withdrawal*.

Telah banyak penelitian terkait dengan perilaku adiksi yang menjelaskan bahwa terdapat empat tahap dalam penggunaan zat, yaitu *initiation*, *maintenance*, *cessation*, dan *relapse* (Ogden, 2007). *Initiation* atau tahap awal penggunaan zat

dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu kepercayaan dan juga faktor sosial. Selanjutnya, setelah mencoba menggunakan zat dan Individu sudah mulai ketergantungan, individu tersebut akan mempertahankan perilakunya untuk menggunakan zat tersebut.

Tahapan *cessation* muncul saat Individu memutuskan untuk berhenti menggunakan zat tersebut (Ogden, 2007). Tahapan ini terdiri dari empat proses, yaitu *pre-contemplation*, *contemplation*, *action*, dan *maintenance*. Tidak semua individu dapat berada pada proses terakhir pada tahapan ini, yaitu *maintenance* atau mempertahankan perilakunya untuk berhenti menggunakan zat. Terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi individu untuk kembali menggunakan zat. Akan tetapi, telah banyak fasilitas kesehatan yang menawarkan intervensi untuk individu dapat mempertahankan perilakunya untuk berhenti menggunakan zat. Walaupun begitu, selama proses berhenti menggunakan zat, individu akan mengalami proses *relapse*, yaitu Individu memiliki keinginan untuk kembali menggunakan zat yang membuatnya ketergantungan. Akan tetapi, hal ini dapat dicegah dengan cara *coping*, *expentancies*, dan *attribution*.

2.1.2.2 Karakteristik Berhenti Merokok

Merokok dapat memberikan dampak yang buruk bagi kesehatan, baik kesehatan fisik maupun kesehatan mental. Oleh karena itu, banyak individu yang berusaha untuk berhenti merokok. Proses untuk dapat berhenti merokok melibatkan lima tahapan, yaitu *pre-contemplation*, *contemplation*, *preparation*, *action*, dan *maintenance* (Ogden, 2007). *Pre-contemplation* merupakan tahapan saat individu tidak serius untuk berhenti merokok. Selanjutnya, individu akan memasuki tahapan *contemplation*, yaitu individu memiliki pemikiran untuk berhenti merokok. Tahapan ketiga adalah *preparation*, yaitu individu sudah merasa serius

untuk berhenti merokok. Setelah individu merasa serius untuk berhenti, tahapan selanjutnya adalah *action*, yaitu melakukan perubahan perilaku. Tahapan terakhir adalah *maintenance*, yaitu individu mulai mempertahankan perubahan perilaku dalam jangka waktu tertentu.

Untuk dapat melewati beberapa tahapan tersebut, terdapat beberapa karakteristik pada individu untuk dapat berhenti merokok. Karakteristik tersebut dapat dikelompokkan menjadi tiga faktor, yaitu intrapersonal, interpersonal, dan lingkungan (Kim, et.al., 2012).

1. Karakteristik intrapersonal

Individu yang berhenti merokok mengalami karakteristik interpersonal, yaitu seperti gejala fisik akibat merokok, memiliki perasaan tidak enak terhadap bau yang berhubungan dengan rokok, dan merasa takut akan dampak yang diakibatkan rokok. Selain itu, individu yang berhenti merokok memiliki banyak teman yang dapat membantunya untuk menghindari rokok. Sementara individu yang tidak dapat berhenti merokok, umumnya, tidak merasakan gejala fisik, memiliki pandangan yang negatif terhadap masa depannya, dan berteman dengan perokok lainnya (Kim, et.al., 2012).

2. Karakteristik Interpersonal

Karakter Interpersonal ini dapat berupa perasaan akan orang yang ada di sekitarnya. Individu yang ingin berhenti merokok memiliki orang terdekat, seperti teman atau keluarga yang ingin dijaga dari dampak rokok. Selain itu, individu berhenti merokok untuk tidak mengecewakan orang-orang di sekitarnya.

3. Karakteristik Lingkungan

Lingkungan yang ada di sekitar perokok juga dapat mempengaruhi individu untuk berhenti merokok. Individu yang berada di lingkungan yang memiliki

peraturan yang ketat untuk tidak merokok akan memudahkan individu untuk berhenti merokok.

Selain dari ketiga karakteristik tersebut, terdapat beberapa karakteristik berhenti merokok lainnya, seperti pernah melakukan setidaknya tiga kali upaya untuk berhenti merokok, tidak merasakan keinginan untuk merokok, serta memiliki pengetahuan mengenai bahaya atau dampak dari merokok (Peucker, 2015).

2.1.2.3 Behavioral Intention Dalam Berhenti Merokok

Terdapat lima tahapan dasar untuk dapat berhenti merokok, yaitu *pre-contemplation* (tidak serius untuk berhenti merokok), *contemplation* (memiliki keinginan untuk berhenti), *preparation* (mempertimbangkan untuk berhenti merokok secara serius), *action* (mulai merubah perilaku), dan *maintenance* (mempertahankan perubahan perilaku dalam jangka waktu tertentu) (Ogden, 2007).

Tahapan *maintenance* merupakan tahapan yang sangat penting dan sulit dilakukan oleh pengguna zat. Hal tersebut karena individu yang merokok dapat mengalami fase *relapse*, yaitu kondisi terulangnya penyalahgunaan zat setelah periode panjang (APA, 2015). Seseorang perlu melewati kelima tahapan tersebut untuk dapat terlepas dari penggunaan zat rokok. Namun, tidak semua individu dapat melewati kelima tahapan tersebut karena perlu adanya proses perubahan dalam diri individu untuk dapat berhenti merokok. Perubahan ini memiliki proses yang lambat dan perlu adanya pengembangan serta penerapan dari *behavioral intention* individu (Ogden, 2007). *Behavioral intention* adalah faktor yang dapat memotivasi individu untuk berperilaku (Ajzen, 1991).

Ajzen (1991) menjelaskan bahwa *behavioral intention* diasumsikan dapat menangkap faktor yang memotivasi untuk melakukan sebuah perilaku. *Behavioral*

intention dapat menjadi indikasi seberapa keras seseorang ingin melakukan sesuatu serta seberapa besar upaya yang akan mereka lakukan untuk melakukan perilaku tersebut. Apabila seseorang ingin melakukan sesuatu, individu akan menentukan *behavioral intention* terlebih dahulu. Dengan kata lain, semakin kuat *behavioral intention* seseorang untuk mengubah perilakunya, maka semakin besar kemungkinan individu dapat merubah perilakunya.

2.1.3 Theory of Planned Behavior

Theory of Planned Behavior merupakan teori yang dikembangkan oleh Icek Ajzen yang dapat menghubungkan langsung *health belief* dengan perilaku. Inti dari teori ini adalah mengasumsikan individu akan menimbang faktor-faktor dan berperilaku sesuai dengan hasil dari analisis terkait dengan perilaku tersebut. Berdasarkan teori ini, perilaku adalah hasil langsung dari behavioral intention. Behavioral intention merupakan keputusan sadar sebelum melakukan suatu perilaku (Ajzen, 1991). Ajzen (Sarafino & Smith, 2017) menjelaskan bahwa individu memutuskan behavioral intention sebelum melakukan sebuah perilaku dan behavioral intention ini adalah prediktor terbaik dari hal yang akan dilakukan individu. Teori ini mengusulkan bahwa behavioral intention harus dikonseptualisasikan sebagai rencana tindakan dalam mengejar tujuan perilaku.

Hal yang harus diperhatikan adalah *behavioral intention* dapat membentuk perilaku. Apabila individu melakukan persiapan atau pengaturan setelah membuat *behavioral intention*, maka kesempatan untuk melakukan perilaku tersebut akan meningkat. Menurut teori ini, *behavioral intention* ini dibentuk oleh tiga dimensi, yaitu *attitudes*, *subjective norms*, dan *perceived behavioral control*. Teori ini tidak hanya dapat memprediksi perilaku, tetapi juga membahas terkait hal-hal yang dapat membentuk *attitudes*, *subjective norms*, dan *perceived behavioral control*,

yaitu informasi penting (*salient information*) atau keyakinan-keyakinan yang berkaitan dengan perilaku tersebut. Informasi penting (*salient information*) atau keyakinan ini disebut sebagai *salient belief*. Ajzen (1991) menjelaskan bahwa terdapat tiga jenis *salient belief*, yaitu *behavioral belief* yang diasumsikan dapat mempengaruhi *attitudes*, *normative belief* yang diasumsikan dapat mempengaruhi *subjective norms*, serta *control belief* yang memberikan dasar bagi persepsi kontrol perilaku (*perceived behavioral control*).

1. *Attitude*

Dimensi pertama adalah *attitude* yang mengacu pada evaluasi atau penilaian terkait dampak positif dan negatif dari sebuah perilaku (Ajzen, 1991). *Attitudes* berkembang dari kepercayaan yang dimiliki individu terkait suatu objek atau perilaku yang biasa disebut dengan *behavioral belief*. Di dalam teori ini, setiap kepercayaan menghubungkan tingkah laku dengan hasil tertentu atau hal-hal lainnya, seperti dampak yang disebabkan dari melakukan sebuah perilaku. *Attitude* akan terbentuk secara otomatis saat individu mengaitkan sebuah perilaku dengan dampak positif dan negatif yang akan didapatkan. Mengenai hal tersebut, individu akan belajar menyukai perilaku yang diyakini memiliki dampak positif atau dampak yang diinginkan individu. Sementara itu, individu akan menunjukkan *attitude* tidak menyenangkan dari perilaku-perilaku yang diyakini dapat memberikan dampak negatif atau dampak yang tidak diinginkan.

2. *Subjective Norms*

Dimensi kedua adalah faktor sosial yang disebut *subjective norm* yang mengacu pada tekanan sosial yang dirasakan untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku (Ajzen, 1991). Penilaian ini mencerminkan dampak dari tekanan atau pengaruh sosial terhadap penerimaan atau kesesuaian perilaku.

Menurut Ajzen (1991), *subjective norm* dapat terbentuk dari adanya *normative belief* yang diperkuat dengan motivasi individu untuk mematuhi kepercayaan tersebut. *Normative belief* berkaitan dengan kemungkinan bahwa perilaku yang dilakukan individu berdasarkan dari persetujuan dan penolakan dari kelompok atau individu lain. Pengukuran umum dari *subjective norms* adalah dengan menilai pandangan persetujuan atau penolakan dari orang-orang penting atau significant other terkait dengan perilaku yang dilakukan individu.

3. *Perceived Behavioral Control*

Dimensi ketiga adalah persepsi mengenai adanya kontrol terhadap tingkah laku (*perceived behavioral control*) yang mengacu pada kemudahan serta kesulitan yang dirasakan dalam melakukan perilaku (Ajzen, 1991). Dimensi ini memiliki konsep yang sama dengan self-efficacy, yaitu harapan keberhasilan individu dalam melakukan suatu perilaku. Ajzen (1991) berpendapat bahwa *perceived behavioral control* didasarkan dari control belief individu. *Control belief* merupakan kepercayaan yang berhubungan dengan ada atau tidak adanya sumber daya dan peluang yang diperlukan. *Control belief* ini berdasar pada pengalaman masa lalu dengan perilaku tersebut, atau dapat juga dipengaruhi oleh informasi-informasi yang didapatkan dari teman atau keluarga, serta faktor-faktor lain yang meningkatkan atau mengurangi kesulitan yang dirasakan saat melakukan perilaku tersebut. Semakin banyak peluang atau sumber daya yang dimiliki individu, serta semakin sedikit tantangan atau hambatan yang perlu diantisipasi, maka semakin besar behavioral control yang dimiliki individu.

Aturan umum dari teori ini adalah apabila semakin baik sikap dan norma subjektif mengenai suatu perilaku, serta semakin besar kontrol perilaku yang dirasakan, maka akan semakin kuat behavioral intention individu untuk melakukan

perilaku yang sedang dipertimbangkan. Kepentingan relatif dari sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku yang dirasakan dalam prediksi niat diperkirakan bervariasi antar perilaku dan situasi (Ajzen, 1991). Oleh karena itu, di beberapa situasi, dapat ditemukan bahwa hanya sikap (*attitude*) yang memiliki pengaruh yang signifikan terhadap behavioral intention atau hanya attitudes serta *perceived behavioral control* yang dirasakan cukup untuk menjelaskan niat. Pada intinya, ketiga prediktor tersebut dapat memberikan kontribusi yang bersifat independen terhadap *behavioral intention* individu.

2.2 Kerangka Konseptual

Perilaku merokok merupakan salah satu fenomena yang marak dilakukan di berbagai negara dan menjadi salah satu penyebab utama kematian serta penyakit pada masyarakat. Walaupun merokok merupakan salah satu perilaku yang memiliki dampak negatif, masih banyak masyarakat yang tetap merokok, sehingga menjadikan perilaku berhenti merokok sebagai salah satu target public health pada negara berkembang yang memiliki prevalensi merokok yang terus meningkat.

Akan tetapi, terdapat beberapa Individu yang berhasil untuk berhenti merokok. Terdapat banyak penelitian yang menunjukkan bahwa perilaku berhenti merokok diawali dari behavioral intention individu yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu *attitude*, *subjective norms*, dan *perceived behavioral control*. *Theory of Planned Behavior* ini juga banyak digunakan untuk meneliti terkait behavioral intention individu untuk melakukan perilaku yang berisiko, salah satunya adalah perilaku merokok. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengungkap faktor pembentuk behavioral intention yang dapat mempengaruhi individu untuk berhenti merokok

2.1 Kerangka Konseptual

