

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Merokok adalah suatu kegiatan atau aktivitas membakar rokok lalu menghisapnya dan menghembuskannya keluar sehingga dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang disekitarnya. Rokok merupakan benda yang sudah tak asing lagi bagi masyarakat bahkan sudah menjadi kebiasaan yang sangat umum dan meluas di masyarakat tetapi kebiasaan merokok sulit dihilangkan dan jarang diakui orang sebagai suatu kebiasaan buruk. Sementara, alasan utama merokok adalah cara untuk bisa diterima secara sosial, melihat orang tuanya merokok, menghilangkan rasa jenuh, ketagihan dan untuk menghilangkan stress.

Merokok merupakan masalah yang masih sulit diselesaikan hingga saat ini, berbagai dampak dan bahaya merokok sebenarnya sudah dipublikasikan kepada masyarakat, namun kebiasaan merokok masih sulit untuk dihentikan. Dalam rokok terkandung tidak kurang dari 4000 zat kimia beracun. Dalam kandungan rokok tersebut menimbulkan rasa tenang, percaya diri, dan rokok juga dapat menimbulkan rasa nikmat bagi perokok. Adanya zat yang terkandung didalam setiap batang rokok seperti tar, nikotin, karbon monoksida ini yang menyebabkan perokok merasakan perasaan tersebut. Efek jangka panjang dari perilaku merokok ini dapat menyebabkan impotensi, penyakit jantung, penyakit paru-paru, pernapasan, dan juga dapat menurunkan fungsi otak.

Merokok juga dapat merusak organ-organ lainnya serta berhubungan dengan penyakit-penyakit yang berisiko tinggi seperti *bronkhitis* kronis atau radang saluran

pernafasan, *ashma*, radang paru-paru (*pneumonia*), penyakit paru obstruktif kronis (PPOK), emfisema, pengerasan arteri (*arteriosklerosis*), stroke, jantung koroner, tukak lambung, kanker paru-paru, mulut, tenggorokan, dan nasofaring. Hal lain yang berdampak pada perokok kaum pria dapat merusak sperma dan menyebabkan impotensi, memicu penggumpalan darah sehingga sirkulasi darah tidak lancar dan pada wanita hamil dapat memperbesar risiko keguguran, kematian pada janin atau menimbulkan kecacatan pada bayi. Merokok juga dapat meningkatkan sekresi lendir di seluruh saluran pernafasan meningkat, memperlambat gerakan bulu-bulu getar (*cilia*) pada dinding saluran nafas bahkan *cilia* dapat terbakar karena efek panas dari asap rokok. Hal tersebut mengurangi kemampuan *cilia* dan lendir untuk mengeluarkan kontaminan (benda asing) menjadi berkurang, dinding saluran nafas meradang yang akhirnya dapat berkembang menjadi kanker.

Salah satu penyakit terbanyak yang disebabkan oleh rokok adalah penyakit jantung, menurut Departemen Kesehatan pada tahun 2008 diperkirakan sebanyak 17,3 juta kematian disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler, lebih dari 3 juta kematian tersebut terjadi sebelum usia 60 tahun dan seharusnya dapat dicegah. Kematian “dini” yang disebabkan oleh penyakit jantung terjadi berkisar sebesar 4% di negara berpenghasilan tinggi sampai dengan 42% terjadi di negara berpenghasilan rendah. Hal tersebut disebabkan karena radikal bebas dari rokok yang terhisap, masuk ke paru-paru, kemudian masuk ke aliran darah melalui pembuluh darah di paru-paru, sesampainya di pembuluh darah jantung menyebabkan luka dan semakin banyak merokok serta semakin lama merokok yang terjadi pada pembuluh jantung bertambah banyak.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa merokok terbukti menyebabkan peningkatan denyut jantung, tekanan darah dan kadar katekolamin yang berperan

penting sebagai penyebab kelainan jantung. Merokok menjadi faktor utama penyebab penyakit pembuluh darah jantung tersebut. Bukan hanya menyebabkan penyakit jantung koroner, merokok juga berakibat buruk bagi pembuluh darah otak dan perifer. Menurut data Departemen Kesehatan RI (2010) melaporkan adanya hubungan kausal antara penggunaan rokok dengan terjadinya berbagai penyakit kanker, penyakit jantung, penyakit sistem pernapasan, penyakit gangguan reproduksi dan kehamilan. Risiko berbagai penyakit tersebut disebabkan pada setiap batang rokok yang mengandung lebih dari 4.000 bahan kimia toksik dan 43 bahan penyebab kanker (Depkes, RI, 2010).

Salah satu alasan rokok menjadi komoditas yang laris di pasar Indonesia antara lain harga rokok yang murah dan terjangkau, selain itu aturan yang longgar terkait pembatasan peredaran dan konsumsi rokok di Indonesia sehingga rokok masih menjadi kebutuhan primer. Terdapat beberapa aturan terkait konsumsi rokok di Indonesia yaitu PP No.19 Tahun 2003 tentang Pengamanan Rokok Bagi Kesehatan yang mencakup kandungan nikotin dan tar, syarat penjualan rokok, syarat iklan dan promosi serta kawasan tanpa rokok. Di dalam peraturan tersebut mewajibkan setiap produsen untuk mencantumkan label peringatan bahaya merokok pada setiap kemasan rokok. Peringatan tersebut seperti “merokok menyebabkan kanker, serangan jantung, impotensi dan gangguan kehamilan dan janin”, selain itu pemerintah juga melarang iklan rokok di televisi dengan tidak boleh menampilkan rokoknya secara langsung. Peraturan tersebut tentunya didasari dengan tujuan dengan mengetahui bahaya rokok dan juga konsumen rokok akan lebih berniat untuk berhenti merokok. (bppt.jabarprov.go.id)

Di kota Bandung sendiri, terdapat aturan Perda Kota Bandung No. 11 Tahun 2005 Pasal 23 yang mengatur bahwa tempat umum, sarana kesehatan, tempat kerja, dan

tempat yang secara spesifik sebagai tempat proses belajar mengajar, arena kegiatan anak, tempat ibadah dan angkutan umum dinyatakan sebagai kawasan tanpa merokok.

Sebagai salah satu upaya pemerintah untuk mengatasi masalah rokok yang semakin meningkat setiap tahunnya terdapat juga berbagai organisasi non-pemerintah turut berpartisipasi dalam mengatasi masalah rokok, seperti Lembaga Menanggulangi Masalah Merokok (LM3), Yayasan Jantung Indonesia, dan Yayasan Kanker Indonesia (YKI), selain itu masih ada beberapa organisasi non-pemerintah yang turut serta berpartisipasi dalam menanggulangi masalah merokok, tetapi ketiga organisasi tersebut sangat gencar menginformasikan bahaya rokok dan perilaku merokok.

Salah satu organisasi non-pemerintah yang bergerak dalam bidang kesehatan adalah komunitas jantung sehat P2TEL (persatuan pensiunan telkom) Bandung. Komunitas jantung sehat P2TEL adalah suatu komunitas yang berdiri yang memiliki visi menjadi organisasi pengelola dana kesehatan yang mandiri dan terpercaya untuk memelihara kesehatan pensiunan Telkom beserta keluarganya, serta masyarakat. Misi dari P2TEL yaitu memupuk dan mengembangkan dana kesehatan pensiun sehingga cukup untuk menjamin kesehatan pensiunan beserta keluarganya, memelihara serta meningkatkan derajat kesehatan pensiunan Telkom beserta keluarganya, dan juga menyelenggarakan layanan kesehatan kepada masyarakat dengan mengutamakan layanan kepada Pensiunan dan Keluarganya.

Dalam komunitas ini tidak diwajibkan semua pensiunan Telkom untuk bergabung menjadi anggota komunitas, melainkan mereka harus melakukan pendaftaran dengan mengisi formulir terlebih dahulu untuk menjadi anggota komunitas jantung sehat. Setiap anggota yang masuk dalam komunitas ini semuanya adalah pensiunan

Telkom dan sampai sekarang anggota komunitas jantung sehat P2TEL yang terdaftar secara resmi berjumlah 78 orang.

Kegiatan – kegiatan yang rutin dilakukan oleh komunitas ini setiap hari senin dan rabu mengadakan senam jantung sehat yang diikuti oleh semua anggota tetap P2TEL yang dilakukan di tempat P2TEL cabang Bandung di jalan Diponegoro 63 Bandung. Kegiatan setiap bulannya mengadakan gerak jalan untuk menjaga jantungnya agar tetap sehat dan badan yang *fit* yang dilakukan 2 kali dalam sebulan. Rutinitas gerak jalan yang dilakukan dari PUSDAI sampai ke Dago Pakar dan kembali lagi ke tempat awal yaitu PUSDAI dengan menggunakan mobil atau bus. Kegiatan lain P2TEL yaitu mengadakan seminar tentang kesehatan jantung, bahaya penyakit jantung dan juga penyebab sakit jantung, ini dilakukan untuk memberikan informasi kepada anggotanya agar mengetahui kesehatan tentang jantung.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa anggota, mereka mengikuti komunitas ini untuk mengisi waktu luang karena sudah tidak bekerja lagi atau sudah pensiun, selain itu mereka mengikuti komunitas ini agar dapat menambah wawasan mengenai kesehatan jantung dan juga mereka mengikuti komunitas ini ingin menjaga kesehatan jantung, selain itu menurut mereka dengan mengikuti komunitas jantung sehat mereka berharap dapat memelihara kesehatan terutama jantung, dengan banyaknya kegiatan yang berkaitan dengan jantung seperti gerak jalan, senam jantung, dan pengetahuan tentang kesehatan jantung mereka percaya dapat memelihara kesehatan terutama kesehatan jantung.

Berdasarkan hasil wawancara, selain tanggapan para anggota komunitas jantung sehat P2TEL diatas mereka juga ingin memiliki pola hidup yang sehat semasa tua. Dalam mengikuti komunitas jantung sehat ini mereka meyakini bahwa mereka akan

terhindar atau setidaknya mengurangi resiko terkena penyakit jantung. Terdapat juga anggota yang mempunyai riwayat penyakit jantung, lalu mengikuti komunitas ini karena ia meyakini dengan mengikuti komunitas ini secara rutin ia yakin akan mengurangi terkena penyakit jantung. Menurut subjek juga dapat disimpulkan bahwa alasan utama mereka ingin mempunyai pola hidup yang sehat yaitu dengan makan-makanan yang sehat seperti tidak terlalu banyak minyak dan olahraga serta istirahat yang cukup agar badan menjadi bugar dan sehat dan juga faktor yang menyebabkan mereka ingin mempunyai pola hidup yang sehat, mereka ingin dapat berkumpul bersama keluarga, anak, cucu dan juga ingin menikmati masa tuanya dengan tidak terbaring dirumah atau dirumah sakit, mereka masih ingin dapat melakukan aktivitas-aktivitas yang serupa semasa kerja atau mudanya. Menjaga pola hidup yang sehat salah satunya dengan mengikuti komunitas ini mereka meyakini bahwa dengan beraktivitas seperti yang dilakukan komunitas ini mereka meyakini dapat mengurangi resiko terkena penyakit jantung, akan tetapi berdasarkan hasil observasi mereka yang mengikuti komunitas jantung sehat masih ada anggota yang memiliki pola hidup yang tidak sehat khususnya untuk jantung, perilaku tersebut adalah merokok.

Jumlah para perokok yang tergabung dalam komunitas ini berjumlah 42 orang yang aktif merokok. Menurut mereka perilaku merokok sudah menjadi kebiasaan dari remaja, mereka juga merasa bahwa merokok dapat memberikan manfaat, seperti dapat menambah teman karena seringnya berkumpul dengan sesama perokok, namun mereka juga mengetahui bahaya dari merokok seperti penyakit jantung, kanker, dan lain sebagainya. Berdasarkan wawancara kepada beberapa anggota yang merokok, mereka masih mempertahankan perilaku merokok karena mereka merasa ketika tidak merokok mereka merasa kurang bersemangat untuk melakukan aktivitas, sebagai contoh ada

beberapa perokok yang tergabung kedalam komunitas ini, ketika tidak merokok ia merasa tidak bergairah bahkan jadi terasa lemas, menurutnya ketika tidak menghisap satu batang rokok sehari ia merasa tidak percaya diri untuk memulai kesehariannya. Terdapat juga anggota komunitas jantung sehat ini yang rutin mengkonsumsi rokok setiap harinya, pernah suatu ketika ia dimarahi karena merokok terlalu banyak dalam sehari sehingga keluarga menyarankan untuk mengurangi merokoknya, ketika perilaku merokoknya dikurangi ia merasa kurang bergairah khususnya ketika melakukan aktivitas.

Anggota yang merokok ini sebenarnya memiliki keinginan untuk menghentikan perilaku merokoknya, mereka sudah berusaha untuk melakukannya, meskipun banyak kendala yang mereka rasakan ketika akan menghentikan perilaku merokoknya. Kendala – kendala yang mereka alami diantaranya adalah ajakan dari teman sesama perokok untuk merokok, pemberian rokok dari sesama perokok. Diantara faktor –faktor tersebut yang menyebabkan para perokok ini terhambat ketika akan melakukan perilaku berhenti merokok. Didalam menjalani perilaku yang menunjukkan pola hidup yang sehat, mereka sedikit demi sedikit dapat merubahnya, seperti yang disebutkan diatas bahwa masih ada faktor – faktor yang menghambat mereka untuk melakukan perilaku berhenti merokok, namun sesuai berjalannya waktu mereka dapat mengontrol perilaku merokok mereka.

Salah satu usaha yang dilakukan para perokok, yang paling mudah yaitu dengan tidak merokok setelah makan atau sedang berkumpul bersama teman – temannya. Mereka percaya bahwa dengan mengurangi kebiasaan tersebut mereka dapat memperkecil intensitas merokoknya. Para perokok ini juga sebenarnya memiliki keinginan untuk mengurangi bahkan menghentikan perilaku merokoknya tersebut. Terutama bagi anggota yang memiliki pengalaman penyakit yang disebabkan oleh

rokok, misalkan penyakit jantung dan juga nafas yang tidak prima. Para perokok ini percaya bahwa dengan memiliki pola hidup yang sehat mereka yakin akan membawa dampak yang sehat juga terhadap kehidupan mereka.

Para perokok yang tergabung dalam komunitas jantung sehat P2TEL ini sebenarnya memiliki niatan untuk menghentikan perilaku merokok nya, karena mereka ingin memiliki masa tua yang sehat. Para perokok ini telah berusaha dengan cara mengganti rokok tembakau yang biasa mereka hisap dengan rokok elektrik karena menurut temannya rokok elektrik dapat menghentikan perilaku merokoknya, namun hingga saat ini para perokok masih saja merokok bahkan mereka kembali merokok dengan menggunakan rokok tembakau yang biasa mereka hisap. Selain usaha yang disebutkan sebelumnya, para perokok juga pernah mencoba usaha lain seperti mengganti rokok dengan permen agar terbiasa tidak menampilkan perilaku merokok setelah makan, dan usaha tersebut masih saja belum maksimal.

Usaha – usaha yang dicoba oleh setiap para perokok yang tergabung dalam komunitas jantung sehat ini berbeda – beda, mereka mendapatkan sumber pengetahuan untuk berhenti merokok dari berbagai jenis media masa, ada yang dari majalah kesehatan, *browsing* internet, dan ada juga yang dari surat kabar. Salah satu perokok ada yang menyatakan bahwa perilaku merokok sudah tidak dilakukan selama tiga bulan, menurutnya dengan tidak merokok selama tiga bulan tersebut, ia merasa berat dalam melakukan perilaku berhenti merokok, namun seiring dengan keteguhannya untuk berhenti merokok ia bisa mengurangi konsumsi rokoknya selama tiga bulan, ketika mencoba merokok lagi yang ia rasakan rasanya kurang nikmat dibandingkan dengan sebelum ia mengurangi konsumsi rokoknya.

Selain pernyataan dari anggota tentang merokok ada pendapat lain dari para anggota perokok yang tergabung di komunitas jantung sehat P2TEL Bandung. Berdasarkan wawancara pada anggota yang merokok sebenarnya banyak orang – orang disekitar mereka melarang mereka untuk merokok, apalagi yang intensitas merokoknya tidak dapat dikurangi, misalkan ketika mengobrol ataupun berkumpul harus merokok. Mereka yang seperti itu banyak yang memperingatinya, mulai dari teman – teman sesama komunitas sampai dengan anggota keluarga. Pernyataan – pernyataan tersebut yang menjadi penguat mereka untuk sesegera menghentikan perilaku merokoknya tersebut, selain itu menurut para anggota yang merokok, sebenarnya mereka dapat menahan perilaku merokok, misalkan dengan adanya aturan – aturan yang terdapat di lingkungan kantor, rumah atau tempat umum lainnya, seperti larangan “dilarang merokok” atau gambar rokok yang di beri tanda garis miring yang artinya dilarang merokok. Perilaku merokok tersebut sementara waktu dapat dihilangkan, namun ketika sudah berada di luar lingkungan tersebut para perokok melakukan aktivitas merokok lagi.

Anggota yang merokok juga dapat menahan perilaku merokok ketika ada larangan dari istri, suami, anak, dan teman yang melarang mereka untuk memunculkan perilaku merokok. Biasanya para anggota yang merokok ini tidak melakukan aktivitas merokok ketika ada keluarga, biasanya mereka tidak melakukannya karena mereka harus menyesuaikan dengan harapan dari keluarga untuk dapat menjaga pola hidup yang sehat, ataupun dengan orang - orang yang berada dalam satu lingkungan tetapi dalam lingkungan tersebut terdapat orang - orang yang tidak merokok, biasanya para perokok ini tidak melakukan aktivitas merokok, terkecuali ketika ada teman yang mengajak untuk merokok dengan menjauhi teman - teman yang tidak merokok.

Terdapat juga para anggota yang merokok, ketika diberitahu oleh keluarga atau teman – teman yang tidak merokok ia menuruti harapan – harapan dari orang disekitarnya, sebagai contoh ketika keluarga (istri) melarangnya untuk merokok, ia seketika langsung mejauhi istrinya atau mematikan rokoknya, tetapi terdapat juga anggota yang sering memberi atau mengajak teman – teman yang lain untuk merokok sekaligus menemani ia merokok, sehingga perilaku merokok yang sudah tidak muncul seketika muncul karena adanya pengaruh dari luar seperti ajakan teman ataupun pemberian teman sesama perokok.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap anggota yang merokok, mereka menyadari pengaruh sosial yang didapatkan ketika berhadapan dengan lingkungan orang-orang yang tidak merokok, mereka menilai dengan adanya orang-orang yang tidak merokok, para perokok cenderung untuk menahan perilaku merokoknya tersebut, sebagai contoh ketika berada dirumah, istri dan anaknya tidak merokok dan juga istri maupun anaknya melarang untuk merokok, ketika anggota ini berada di rumah ia cenderung bisa menahan perilaku merokoknya tersebut. Para perokok juga menyadari bahwa ada orang – orang yang tidak merokok, mereka biasanya menjauhi orang – orang yang tidak merokok. Ketika para perokok berada dilingkungan yang tidak boleh merokok para perokok ini cenderung menahan perilaku merokoknya, sebagai contoh larangan ataupun aturan yang berada di lingkungan seperti “kawasan bebas asap rokok” dan “dilarang merokok”. Mereka biasanya merokok karena pengaruh ajakan dari teman – teman yang merokok baik dilingkungan rumah misalkan teman daerah rumah, tetangga, anak dan juga lingkungan komunitas jantung sehat.

Dari hasil wawancara terhadap 12 orang anggota komunitas jantung sehat yang mencoba untuk menghentikan perilaku merokok, mereka sedikit demi sedikit bisa untuk

melakukan berhenti merokok, itu karena mereka sudah diberikan ilmu dan wawasan dari seminar – seminar yang telah dilakukan bersama komunitas jantung sehat ini akan bahaya dan dampak yang ditimbulkan oleh rokok. Selain itu dari hasil wawancara juga terdapat para anggota yang ingin mengurangi perilaku merokoknya, menurutnya perilaku merokok tersebut bisa mereka kurangi atau bahkan dihilangkan dengan tidak menerima pemberian dari teman, ketika sedang berkumpul dengan teman sesama anggota yang merokok dalam suatu perkumpulan pasti ada teman yang membawa atau membelikan rokok kepada teman-temannya untuk menemaninya untuk merokok.

Para anggota yang merokok ini sebenarnya memiliki niatan untuk berhenti merokok, para perokok ini sudah berusaha untuk mengurangi konsumsi rokoknya, yang awalnya merokok satu bungkus sehari bisa dikurangi dengan setengah bungkus, mereka yang bisa mengurangi konsumsi rokoknya biasanya banyak yang mempengaruhinya diantaranya adalah kesadaran diri mengenai dampak dan bahaya serta kontrol diri mereka. Menurut pengakuan anggota yang sudah mengurangi konsumsi rokoknya, awalnya sulit untuk tidak merokok, namun seiring dengan keinginan untuk memiliki pola hidup yang sehat, ia dapat mengontrol keinginannya tersebut dengan tidak menerima tawaran, pemberian atau ajakan dari rekan – rekannya yang merokok.

Selain itu para perokok ini juga sudah mulai menjauhi atau sekedar berkumpul dengan teman – teman sesama perokok baik dilingkungan rumah maupun dilingkungan komunitas jantung sehat. Menurut perokok yang tergabung dalam komunitas jantung sehat P2TEL, sampai sekarang masih dalam tahapan untuk menghentikan perilaku merokoknya, menurutnya sekarang – sekarang konsumsi rokoknya sudah mulai menurun karena ia sedikit demi sedikit menjauhi sumber – sumber yang dapat menimbulkan kembali perilaku merokoknya.

Terdapat juga anggota yang dapat mengurangi konsumsi rokoknya setelah memasuki komunitas jantung sehat, menurutnya karena menyadari bahwa dengan bertambahnya usia, maka daya tahan fisik juga menurun dan harus memiliki pola hidup yang sehat. Para anggota yang sudah sedikit demi sedikit mengurangi konsumsi rokoknya ini masih sulit untuk berhenti secara total dalam berperilaku merokok, namun menurut para perokok ini mereka percaya bahwa nantinya mereka akan bisa untuk bisa menghentikan atau menjauhi rokok, karena mereka ingin memiliki pola hidup yang sehat.

Menurut para anggota yang memiliki keinginan untuk mengurangi bahkan menghentikan perilaku merokok, dalam menghentikan perilaku merokok mereka mereka harus memiliki sikap yang mengarahkan mereka untuk berhenti merokok, selain itu mereka juga harus berusaha untuk mengharapkan apa yang diharapkan dari orang – orang terdekatnya untuk tidak merokok lagi, dan juga para perokok ini harus memiliki persepsi terhadap kontrol perilaku berhenti merokok. karena mereka ingin memiliki pola hidup yang sehat di masa tuanya. Dari paparan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tentang “**Kontribusi *Attitude Toward Behaviour*, *Subjective Norm* dan *Perceived Behavioral Control* terhadap intensi berhenti merokok pada Komunitas Jantung Sehat P2TEL Bandung**”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Merokok merupakan masalah yang masih sulit diselesaikan hingga saat ini dan juga berbagai dampak dan bahaya merokok sebenarnya sudah dipublikasikan kepada masyarakat, namun kebiasaan merokok masih sulit untuk dihentikan. Dalam rokok terkandung tidak kurang dari 4000 zat kimia beracun. Ironisnya para perokok

sebenarnya sudah mengetahui akan dampak dan bahaya dari merokok, namun masih tetap saja melakukan aktivitas tersebut.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa merokok terbukti menyebabkan peningkatan denyut jantung, tekanan darah dan kadar katekolamin yang berperan penting sebagai penyebab kelainan jantung. Merokok menjadi faktor utama penyebab penyakit pembuluh darah jantung tersebut. Bukan hanya menyebabkan penyakit jantung koroner, merokok juga berakibat buruk bagi pembuluh darah otak dan perifer.

Selain itu berbagai organisasi non-pemerintah juga turut berpartisipasi dalam menanggulangi masalah rokok, seperti Lembaga Menanggulangi Masalah Merokok (LM3), Yayasan Jantung Indonesia, dan Yayasan Kanker Indonesia (YKI), selain itu masih ada beberapa organisasi non-pemerintah yang turut serta berpartisipasi dalam menanggulangi masalah merokok. Salah satu organisasi non-pemerintah yang bergerak dalam bidang kesehatan adalah komunitas jantung sehat P2TEL (persatuan pensiunan telkom) Bandung. Komunitas jantung sehat P2TEL adalah suatu komunitas yang berdiri yang memiliki visi menjadi organisasi pengelola dana kesehatan yang mandiri dan terpercaya untuk memelihara kesehatan Pensiunan Telkom beserta keluarganya, serta masyarakat. Misi dari P2TEL yaitu memupuk dan mengembangkan dana kesehatan pensiun sehingga cukup untuk menjamin kesehatan pensiunan beserta keluarganya, memelihara serta meningkatkan derajat kesehatan Pensiunan Telkom beserta keluarganya, dan juga menyelenggarakan layanan kesehatan kepada masyarakat dengan mengutamakan layanan kepada Pensiunan dan Keluarganya.

Kegiatan – kegiatan yang rutin dilakukan oleh komunitas ini setiap hari senin dan rabu mengadakan senam jantung sehat yang diikuti oleh semua anggota tetap P2TEL yang dilakukan di tempat P2TEL cabang Bandung di jalan Diponegoro 63

Bandung. Kegiatan setiap bulannya mengadakan gerak jalan untuk menjaga jantungnya agar tetap sehat dan badan yang fit yang dilakukan 2 kali dalam sebulan. Biasa melakukan gerak jalan dari PUSDAI sampai ke Dago pakar dan kembali lagi ke PUSDAI dengan menggunakan mobil atau bus. Kegiatan lain P2TEL yaitu mengadakan seminar tentang kesehatan jantung, bahaya penyakit jantung dan juga penyebab sakit jantung, ini dilakukan untuk memberikan informasi kepada anggotanya agar mengetahui kesehatan tentang jantung dan kegiatan yang terakhir sering dilakukan adalah jalan – jalan atau rekreasi.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa anggota, mereka mengikuti komunitas ini untuk mengisi waktu luang karena sudah tidak bekerja lagi atau sudah pensiun, selain itu mereka mengikuti komunitas ini agar dapat menambah wawasan mengenai kesehatan jantung dan juga mereka mengikuti komunitas ini ingin menjaga kesehatan jantung, selain itu menurut mereka dengan mengikuti komunitas jantung sehat mereka berharap dapat memelihara kesehatan terutama jantung, namun berdasarkan observasi masih saja ada anggota yang memiliki perilaku pola hidup yang tidak sehat, salah satu contoh pola hidup yang tidak sehat yaitu merokok.

Menurut mereka perilaku merokok sudah menjadi kebiasaan dari remaja, mereka juga merasa bahwa merokok dapat memberikan manfaat, namun mereka juga mengetahui bahaya dari merokok. Jumlah para perokok yang tergabung dalam komunitas ini berjumlah 42 orang yang aktif merokok. Berdasarkan wawancara kepada beberapa anggota yang merokok, mereka masih mempertahankan perilaku merokoknya, mereka merasa bahwa dengan merokok bisa lebih rileks, santai dan nyaman dalam melakukan aktivitas. Anggota yang merokok juga merasakan bahwa merokok dapat

menghilangkan stres dan lebih percaya diri ketika sedang berkumpul dengan teman – teman sesama anggota komunitas jantung sehat yang merokok.

Para perokok yang tergabung dalam komunitas jantung sehat P2TEL ini sebenarnya memiliki niatan untuk menghentikan perilakunya, karena mereka ingin memiliki masa tua yang sehat. Para perokok ini telah berusaha dengan cara mengganti rokok tembakau yang biasa mereka hisap dengan rokok elektrik karena menurut temannya rokok elektrik dapat menghentikan perilakunya, namun hingga saat ini para perokok masih saja merokok bahkan mereka kembali merokok dengan menggunakan rokok tembakau yang biasa mereka hisap. Selain usaha yang disebutkan sebelumnya, para perokok juga pernah mencoba usaha lain seperti mengganti rokok dengan permen agar terbiasa tidak menampilkan perilaku merokok setelah makan, dan usaha tersebut masih saja belum maksimal.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap anggota yang merokok, mereka menyadari pengaruh sosial yang didapatkan ketika berhadapan dengan lingkungan orang-orang yang tidak merokok, mereka menilai dengan adanya orang-orang yang tidak merokok, para perokok cenderung untuk menahan perilakunya tersebut, sebagai contoh ketika berada di rumah, istri dan anaknya tidak merokok dan juga istri maupun anaknya melarang untuk merokok, ketika anggota ini berada di rumah ia cenderung bisa menahan perilakunya tersebut. Para perokok juga menyadari bahwa ada orang – orang yang tidak merokok, mereka biasanya menjauhi orang – orang yang tidak merokok. Ketika para perokok berada di lingkungan yang tidak boleh merokok para perokok ini cenderung menahan perilakunya, sebagai contoh larangan ataupun aturan yang berada di lingkungan seperti “kawasan bebas asap rokok” dan “dilarang merokok”. Mereka biasanya merokok karena pengaruh ajakan dari teman

– teman yang merokok baik dilingkungan rumah misalkan teman daerah rumah, tetangga, anak dan juga lingkungan komunitas jantung sehat.

Dari hasil wawancara terhadap 12 orang anggota komunitas jantung sehat yang mencoba untuk menghentikan perilaku merokok, mereka sedikit demi sedikit bisa untuk melakukan berhenti merokok, itu karena mereka sudah diberikan ilmu dan wawasan dari seminar – seminar yang telah dilakukan bersama komunitas jantung sehat ini akan bahaya dan dampak yang ditimbulkan oleh rokok. Selain itu dari hasil wawancara juga terdapat para anggota yang ingin mengurangi perilaku merokoknya, menurutnya perilaku merokok tersebut bisa mereka kurangi atau bahkan dihilangkan dengan tidak menerima pemberian dari teman, ketika sedang berkumpul dengan teman sesama anggota yang merokok dalam suatu perkumpulan pasti ada teman yang membawa atau membelikan rokok kepada teman-temannya untuk menemaninya untuk merokok.

Para anggota yang merokok ini sebenarnya memiliki niatan untuk berhenti merokok, para perokok ini sudah berusaha untuk mengurangi konsumsi rokoknya, yang awalnya merokok satu bungkus sehari bisa dikurangi dengan setengah bungkus, mereka yang bisa mengurangi konsumsi rokoknya biasanya banyak yang mempengaruhinya diantaranya adalah kesadaran diri mengenai dampak dan bahaya serta kontrol diri mereka. Menurut pengakuan anggota yang sudah mengurangi konsumsi rokoknya, awalnya sulit untuk tidak merokok, namun seiring dengan keinginan untuk memiliki pola hidup yang sehat, ia dapat mengontrol keinginannya tersebut dengan tidak menerima tawaran, pemberian atau ajakan dari rekan – rekannya yang merokok.

*Theory of Planned Behavior* (TPB) dapat memberikan prediksi terhadap perilaku yang dalam penelitian ini adalah menghentikan perilaku merokok dengan cara mengukur kekuatan intensi dan determinan - determinan pembentuknya. Maka

penelitian ini difokuskan untuk mendapatkan data dan mengkaji faktor - faktor pembentuk intensi berhenti merokok (sikap terhadap perilaku berhenti merokok, norma subjektif mengenai perilaku berhenti merokok dan persepsi terhadap kontrol perilaku berhenti merokok) serta determinan manakah yang paling berkontribusi untuk memunculkan intensi berhenti merokok pada anggota komunitas jantung sehat P2TEL Bandung.

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi yang dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: “Bagaimanakah kontribusi *Attitude Toward Behaviour*, *Subjective Norm* dan *Perceived Behavioral Control* terhadap intensi berhenti merokok dan determinan manakah yang paling berkontribusi terhadap kuat - lemahnya intensi berhenti merokok pada komunitas jantung sehat P2TEL Bandung ?”.

### **1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian**

#### **a. Maksud Penelitian**

Maksud dari penelitian ini adalah untuk untuk mendapatkan data empiris mengenai kontribusi determinan pembentuk intensi terhadap intensi berhenti merokok pada komunitas jantung sehat P2TEL Bandung yang ditinjau dengan menggunakan *Theory of Planned Behavior*.

#### **b. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran tentang besarnya pengaruh *Attitude Toward Behaviour*, *Subjective Norm* dan *Perceived Behavioral Control* terhadap intensi berhenti merokok serta mengetahui determinan mana yang paling berkontribusi terhadap kuat -

lemahnya intensi berhenti merokok pada komunitas jantung sehat P2TEL Bandung yang ditinjau dengan menggunakan *Theory of Planned Behavior*.

#### 1.4 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dua macam kegunaan, yaitu:

**a. Kegunaan teoritis**

Untuk memberikan informasi mengenai intensi berhenti merokok pada komunitas jantung sehat P2TEL Bandung, selain itu diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi - informasi bagi penelitian yang berikutnya terutama bagi mereka yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai intensi merokok, yang termasuk kedalam bidang psikologi kesehatan.

**b. Kegunaan praktis**

Agar hasil dari penelitian ini dapat memberikan prediksi mengenai intensi berhenti merokok pada komunitas jantung sehat P2TEL bagi anggota yang merokok dengan mengetahui determinan *attitude toward behavior*, *subjective norms*, dan *Perceived behavioral control* yang paling berpengaruh terhadap intensi merokok yang dimiliki oleh setiap anggota P2TEL Bandung.

Hasil dari penelitian ini bisa menjadi rujukan atau rencana untuk memberi intervensi atau *treatment* yang nantinya akan diterapkan bagi anggota yang masih merokok untuk dapat menghentikan perilaku merokoknya, agar tercapai keinginan untuk memiliki pola hidup yang sehat.