

PRAKTEK MEROKOK PADA KALANGAN MAHASISWI (STUDI PADA MAHASISWI FISIPOL UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA)

Izzulhaq Ahmad Alfarizi

Universitas Negeri Surabaya

e-mail: izzulhaq.22168@mhs.unesa.ac.id

Abstract

The development of modernization in the 21st century certainly has an impact on changes in people's conditions, especially on their way of acting and behavior in carrying out social life. The practice of smoking which was previously dominated by men, since many dynamic human changes have made the practice of smoking currently mostly carried out by women. Especially among female students on campuses now. It is undeniable that most female students in several Indonesian campuses have practiced smoking. Things that encourage these female students to practice smoking can occur due to environmental factors or their natural characteristics that make them practice smoking. All of these smoking actions are of course based on how cigarettes are assessed and assumptions on the lives of female students. Because from some female students, cigarettes are an item that can vent their stress and anxiety in responding to problems in themselves. As for those who practice smoking, it is only based on following along with the trend of women smoking or it can be said as a lifestyle. Therefore, in this study the author has an interest in "Smoking Practices among female students" which takes a review of his analysis of female students of the Faculty of Social Sciences and Law, Surabaya State University.

Keywords: *Student, Change, Smoking, Practice, Action*

Abstrak

Perkembangan modernisasi pada abad Ke-21 ini tentu memberikan dampak kepada perubahan kondisi masyarakat, terlebihnya kepada cara bertindak dan perilaku mereka dalam menjalankan kehidupan bermasyarakat. Praktek merokok yang sebelumnya didominasi oleh para laki-laki, sejak banyak perubahan manusia yang dinamis membuat praktek merokok pada saat ini banyak juga dilakukan oleh para perempuan. Terutamanya dikalangan mahasiswa pada kampus-kampus sekarang. Tidak dipungkiri, kebanyakan mahasiswa yang ada di beberapa kampus Indonesia sudah banyak yang melakukan praktek merokok. Hal yang mendorong para mahasiswa ini melakukan praktek pendorong bisa terjadi akibat dari faktor lingkungan ataupun sifat natural mereka yang membuat dirinya melakukan praktek merokok. Segala tindakan merokok tersebut tentu didasarkan terhadap bagaimana penilaian dan asumsi rokok terhadap kehidupan para mahasiswa. Karena dari sebagian mahasiswa rokok merupakan sebuah barang yang dapat melampiaskan rasa stress dan kegelisahan mereka dalam menanggapi permasalahan pada diri. Adapun yang melakukan praktek merokok hanya didasarkan kepada ikut-ikutan mengikut perkembangan trend perempuan yang merokok atau dapat dikatakan sebagai gaya hidup. Oleh sebab itu, pada penelitian ini penulis memiliki ketertarikan terhadap “Praktek Merokok Pada Kalangan Mahasiswa” yang mengambil tinjauan analisisnya terhadap mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Surabaya.

Kata Kunci : Mahasiswi, Perubahan, Merokok, Praktek, Tindakan

PENDAHULUAN

Perkembangan kehidupan masyarakat yang dinamis tentu memberikan pengaruh kepada tindakan masyarakat dalam berperilaku. Modernisasi dan globalisasi menjadi salah satu faktor pendorong terjadi perubahan pada masyarakat. Segala perubahan yang terjadi pada masyarakat dapat dilihat salah satunya dengan cara melihat kepada perubahan dalam bertindak dan adanya nilai yang baru pada masyarakat tersebut. Contoh hasil dari perubahan yang ada pada masyarakat, yaitu adanya praktek merokok yang dilakukan para mahasiswi pada lingkungan kampus atau diluar lingkungan kampus. Praktek merokok yang dilakukan mahasiswi sendiri merupakan bentuk dari perubahan nilai yang dipegang oleh setiap mahasiswi dalam menyikapi rokok dalam kehidupannya. Fenomena ini sendiri jika dilihat pada masa perkembangan modernisasi sudah banyak sekali dilakukan oleh para anak muda perempuan salah satunya yaitu mahasiswi.

Praktek merokok pada dasarnya lebih dominan dilakukan oleh para laki-laki. Namun seiring dengan perkembangan zaman yang mempengaruhi sifat dan perilaku pada individu membuat pada akhirnya praktek merokok dilakukan juga oleh para perempuan terutamanya mahasiswi. Tentunya perilaku merokok yang dilakukan oleh para perempuan salah satunya mahasiswi sendiri tentu memberikan stigma pada masyarakat, karena tidak sepatutnya seorang perempuan memiliki sifat merokok seperti laki-laki. Merokok sendiri jika dilihat oleh kalangan orang tua sendiri merupakan tindakan yang sangat tidak lumrah untuk dilakukan, namun bagi antar sesama anak muda tindakan merokok yang dilakukan perempuan tidak menjadi suatu permasalahan yang besar. Karena merokok sendiri dikalangan anak muda sudah dianggap menjadi sebuah hasil kebudayaan yang tercipta oleh kalangan mereka.

Tindakan mahasiswi yang melakukan praktek merokok tentu didasarkan kepada beberapa alasan yang membuat mereka merokok. Motivasi yang membuat para mahasiswi untuk merokok tentu didasarkan kepada rasa penasaran untuk merasakan bagaimana rasa dari merokok. Hal ini didorong juga akibat dari lingkungan mereka yang cenderung melakukan praktek merokok. Faktor lingkungan ini sendiri memiliki cakupan yang luas, seperti lingkungan pertemanan pada kampus, lingkungan rumah, lingkungan keluarga, dan lainnya. Hal ini tentu membuat adanya penasaran bagi setiap mahasiswi untuk merokok. Untuk para perokok sendiri, merokok dipercaya dapat mengurangi stress dan perasaan seseorang menjadi tenang akibat dari tindakan merokok tersebut. Oleh sebab itu, merokok dijadikan salah satu pelampiasan bagi para pelaku perokok terhadap permasalahan yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-harinya. Selain itu, ada juga beberapa kalangan mahasiswi

yang menganggap bahwa merokok merupakan bentuk dari gaya hidup perempuan sekarang atau dapat dikatakan sebagai trend yang sedang familiar pada perempuan. Hal inilah yang memicu terciptanya kalangan mahasiswi yang merokok hanya didasarkan kepada pemenuhan gengsi dan trend semata. Bukan didasarkan kepada pemenuhan kebutuhan dari rokok tersebut kedalam diri.

Oleh sebab itu, tindakan merokok yang dilakukan pada kalangan para mahasiswi ini sudah dijadikan sebagai bentuk dari kebudayaan atau trend yang sedang banyak merasuki kalangan para mahasiswi. Beberapa para mahasiswi yang merokok sudah menganggap tindakan merokok pada diri mereka merupakan sebagai bentuk fashion bagi mereka, sebab sudah banyak sekali para mahasiswi yang melakukan praktek merokok. Hal inilah yang membuat padangan mahasiswi terhadap tindakan merokok sudah tidak untuk menghilangkan rasa stress lagi, namun mereka melihat praktek merokok merupakan salah satu hal yang keren untuk dilakukan mereka. Namun bagi para mahasiswi yang menjadikan rokok sebagai suatu kebutuhan, mereka sudah menganggap rokok sebagai kebutuhan bagi mahasiswi dalam kehidupan sehari-harinya. Apabila mereka tidak merokok membuat ada sesuatu yang hilang dalam dirinya. Hal inilah yang membuat kebanyakan para mahasiswi sekarang mengalami ketergantungan terhadap rokok karena sudah adanya anggapan bahwa rokok sebagai bentuk dari kebutuhan kehidupan mereka.

Meskipun rokok memberikan dampak kepada berkurangnya rasa stress dan penenang pikiran bagi para pelaku perokok. Tetapi rokok sendiri pada nyatanya lebih memberikan banyak pengaruh negatif kepada kesehatan pada manusia. Karena pada dasarnya komposisi yang ada pada rokok banyak sekali mengandung zat adiktif yang tentu membuat kondisi kesehatan seseorang akan terganggu apabila mengkonsumsi berlebihan dan ketergantungan terhadap pemakaiannya. Terganggunya kesehatan pada orang yang merokok tersebut tentu akan memicu penyakit-peyakit dalam tubuh penggunaanya dan penyakit yang dihasilkan cenderung sangat merusak dengan cepat kepada organ-organ dalam yang ada pada manusia. Penyakit yang cenderung dihasilkan dari merokok lebih mengarah kepada penyakit pernapasan karena rusaknya paru-paru akibat dari asap rokok. Bagi perempuan dan mahasiswi sendiri ternyata praktek merokok dapat mempengaruhi siklus dari menstruasi mereka yang tidak teratur. Semakin banyaknya rokok yang mahasiswi dan perempuan konsumsi ternyata akan meningkatkan resiko dismenore pada perempuan produktif. Tingkat produktivitas mereka dalam kehidupan sehari-hari juga akan semakin menurun akibat dari perilaku merokok yang dilakukan.

Praktek merokok yang dilakukan mahasiswi pada kehidupan sehari-hari ini tentu menjadi suatu isu yang menarik untuk dibahas. Terutama melihat makna rokok sendiri bagi kehidupan para mahasiswi itu. Karena setiap mahasiswi sendiri tentu memiliki makna dan alasan yang berbeda-beda dalam melihat rokok bagi kehidupannya. Oleh sebab itu peneliti mengangkat isu ini sebagai bentuk ketertarikan terhadap para mahasiswi yang melakukan praktek merokok para

kehidupan sehari-harinya dan makna apa yang diambil oleh mahasiswi tersebut. Fokus pada penelitian ini sendiri diarahkan kepada bagaimana “Praktek Merokok Pada Kalangan Mahasiswi” yang ada pada Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Surabaya.

2. Kajian Pustaka

2.1 Penelitian Terdahulu

Kajian mengenai praktik/perilaku merokok pada mahasiswa dan perempuan telah banyak dilakukan, baik dari sisi faktor pendorong, aspek psikologis, maupun dinamika sosial. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa pengaruh lingkungan pertemanan/keluarga, rasa penasaran, serta pembentukan kebiasaan menjadi pemicu awal perilaku merokok pada kelompok usia muda/mahasiswa (Almaidah dkk., 2020; Arisona dkk., 2020; Oktaviani dkk., 2019). Lingkungan pergaulan yang permisif terhadap rokok membuat individu lebih mudah mencoba, lalu intensitas interaksi sosial dan pengulangan perilaku memperkuat kebiasaan tersebut. Dalam beberapa kasus, merokok juga dipahami sebagai bentuk penyesuaian diri agar diterima dalam kelompok, sehingga keputusan merokok tidak selalu murni pilihan personal, tetapi berkelindan dengan dinamika relasi sosial dan kebutuhan akan pengakuan.

Dari sisi psikologis, perilaku merokok kerap diposisikan sebagai cara individu mengelola stres dan tekanan, serta dapat berkelindan dengan gaya hidup (Defie & Probosari, 2018; Fujita & Maki, 2018). Dalam konteks perokok perempuan, sejumlah temuan menegaskan adanya stigma sosial dan proses negosiasi identitas di ruang publik (Kim, 2021; Kosasi, 2018). Penelitian lain juga menyoroti faktor konformitas dan kontrol diri sebagai variabel yang berhubungan dengan perilaku merokok (Paramitha & Hamdan, 2022). Selain itu, studi tentang dampak rokok pada perempuan, termasuk aspek kesehatan reproduksi, menjadi perhatian penting karena risiko yang spesifik (Prastiwi, 2018; Chinwong dkk., 2018). Berdasarkan pemetaan penelitian terdahulu tersebut, posisi penelitian dalam naskah ini menitikberatkan pada praktik merokok sebagai pola tindakan sehari-hari pada mahasiswi, serta bagaimana tindakan itu dijalankan, dimaknai, dan dikelola dalam interaksi sosial di lingkungan kampus maupun di luar kampus, termasuk strategi pelaku dalam menghadapi penilaian sosial serta faktor-faktor yang membuat kebiasaan itu bertahan.

2.2 Aplikasi Teori dalam Analisis Praktik Merokok pada Mahasiswi

Teori dramaturgi memandang interaksi sosial seperti panggung pertunjukan, di mana individu melakukan *impression management* dengan membedakan perilaku di ruang front stage (tampilan di hadapan publik) dan back stage (ruang yang lebih privat). Dalam penelitian ini, dramaturgi diaplikasikan untuk menjelaskan bagaimana

sebagian mahasiswi mengelola citra diri di lingkungan kampus agar tetap terlihat “sesuai” dengan norma sosial dan terhindar dari stigma. Karena merokok pada perempuan masih kerap dinilai negatif, beberapa mahasiswi memilih menampilkan diri secara berbeda: mereka menjaga perilaku, bahasa, dan pergaulan di kampus (front stage), sementara aktivitas merokok dilakukan pada ruang yang dianggap lebih aman misalnya di luar kampus atau hanya bersama lingkaran pertemanan tertentu (back stage). Pola ini menunjukkan bahwa merokok tidak sekadar kebiasaan, tetapi juga tindakan sosial yang “diatur” sesuai situasi dan audiens.

Aplikasi teori tersebut diperkuat oleh kerangka modernisasi dan perubahan sosial yang memberi konteks mengapa praktik merokok pada mahasiswi semakin terlihat. Modernisasi mendorong pergeseran nilai, gaya hidup, dan cara anak muda membangun identitas, sehingga tindakan yang dahulu dianggap tabu dapat menjadi lebih lumrah pada kelompok tertentu. Dalam naskah ini, modernisasi membantu menjelaskan meningkatnya praktik merokok pada mahasiswi sebagai bagian dari dinamika budaya anak muda, lifestyle, dan pembentukan identitas (misalnya dianggap modern, bebas, atau percaya diri). Dengan demikian, praktik merokok dipahami sebagai hasil relasi antara perubahan sosial yang lebih luas dan strategi individu dalam mengelola penilaian sosial pada situasi yang berbeda.

3. Metode Penelitian

Pada penelitian ini didasarkan kepada pendekatan kualitatif dalam bentuk data deskriptif. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini menggunakan metode etnografi. Penggunaan metode etnografi oleh penulis bertujuan untuk menganalisis bagaimana suatu pola tindakan yang dilakukan mahasiswi dalam melakukan praktek merokok. Penggunaan metode penelitian etnografi ini didasarkan kepada penggunaan teori entnometology yang melihat bagai suatu pola tindakan yang terjadi pada individu dan masyarakat. Dari penggunaan teori ini tentu membantu penulis dalam mengamati pola tindakan para mahasiswi dalam melakukan praktek merokok dalam lingkungan kampus atau lingkungan masyarakat.

Tindakan praktek merokok yang dilakukan para mahasiswi tentu dipengaruhi oleh kondisi internal dan eksternal mahasiswi tersebut. Dalam pengambilan data sendiri penulis menggunakan data primer dengan cara wawancara dan menganalisis pola tindakan para setiap mahasiswi yang ada pada Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Surabaya. Hasil wawancara dan analisis pola tindakan mahasiswi kemudian disimpulkan dalam bentuk deskriptif untuk mengetahui faktor pendorong para mahasiswi melakukan praktek merokok. Penulis juga menggunakan data sekunder dalam membantu penelitian ini yang didasarkan kepada penggunaan jurnal dan buku dalam menunjang penelitian “Praktek Merokok Pada Kalangan Mahasiswi”.

4. Hasil dan Pembahasan

4.1 Praktik Merokok pada Mahasiswi

Praktik merokok pada kalangan mahasiswi dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling terkait. Lingkungan menjadi faktor dominan, baik lingkungan rumah, keluarga, maupun pertemanan. Lingkungan pergaulan kampus disebut paling kuat mendorong mahasiswi untuk mulai merokok karena intensitas interaksi sosial yang tinggi. Ketika berada di lingkaran pertemanan yang banyak merokok, mahasiswi lebih mudah terdorong untuk mencoba. Rasa penasaran dan dorongan teman menjadi pemicu awal, lalu kebiasaan terbentuk melalui stimulus yang berulang. Selain itu, terdapat pergeseran nilai dan asumsi di era modernisasi: sebagian mahasiswi memandang merokok sebagai simbol identitas dan ekspresi diri misalnya dianggap mencerminkan kesan modern, mandiri, kuat, atau “keren”. Pada tahap tertentu, rokok tidak lagi dipahami sekadar coba-coba, tetapi berubah menjadi kebutuhan karena memberi rasa “nyaman” dan dianggap menjadi bagian dari keseharian.

Motif lain yang menguatkan kebiasaan merokok adalah kondisi psikologis. Ketika menghadapi masalah dan stress baik urusan pribadi, keluarga, maupun tekanan akademik merokok dipersepsikan sebagai cara untuk menenangkan diri. Setelah merokok, sebagian informan merasa beban masalah berkurang dan tubuh lebih rileks, sehingga rokok berfungsi sebagai pelampiasan dan strategi coping. Selain itu, merokok juga dipandang sebagai bagian dari lifestyle atau tren. Sebagian mahasiswi mengikuti perkembangan gaya hidup, ingin terlihat up to date, lalu kebiasaan merokok berpotensi berkembang menjadi kecanduan karena efek zat adiktif rokok. Bab ini juga menunjukkan perbedaan cara mahasiswi menampilkan kebiasaan merokok. Ada mahasiswi yang terbuka sehingga teman-teman kampus mengetahui dirinya merokok, dan ada pula yang tertutup sehingga hanya beberapa teman dekat yang tahu. Perbedaan ini menegaskan bahwa praktik merokok tidak selalu ditampilkan dalam ruang sosial yang sama karena ada upaya menghindari penilaian negatif. Durasi kebiasaan merokok pun bervariasi: ada yang mulai sejak SMA dan ada yang baru beberapa bulan, yang berkaitan dengan tingkat kepuasan, intensitas dorongan merokok, serta munculnya fase jenuh atau keinginan untuk mengurangi.

Selain faktor-faktor tersebut, praktik merokok pada mahasiswi juga dapat dipahami sebagai hasil interaksi antara kebutuhan individu dan pola penerimaan sosial di lingkungan sekitarnya. Kebiasaan merokok cenderung bertahan ketika pelaku merasa mendapat ruang aman dan dukungan implisit dari kelompok, misalnya melalui sikap permisif teman atau anggapan bahwa merokok adalah hal “biasa” di kalangan tertentu. Dalam situasi seperti ini, merokok tidak hanya

dipertahankan karena rasa nyaman secara personal, tetapi juga karena fungsinya dalam relasi sosial misalnya sebagai sarana membangun kedekatan, mengisi waktu saat berkumpul, atau menjadi bagian dari rutinitas kelompok. Akibatnya, proses mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok menjadi lebih kompleks, sebab pelaku tidak hanya berhadapan dengan dorongan internal (kebutuhan dan stres), tetapi juga dengan stimulus sosial yang terus berulang dan memperkuat perilaku tersebut.

4.2 Dampak dan Tantangan dalam Upaya Berhenti Merokok

Pembahasan menekankan pengaruh praktik merokok sekaligus tantangan yang dihadapi mahasiswi perokok dalam upaya berhenti. Dari sisi negatif, rokok dinyatakan berdampak buruk bagi kesehatan karena kandungan zat yang merusak organ dalam seperti paru-paru, jantung, hati, dan organ lainnya. Meski mengetahui bahaya tersebut, mahasiswi perokok tetap mengabaikannya karena rokok memberikan rasa nikmat dan membantu mengurangi stres. Selain dampak fisik, merokok juga berkaitan dengan stigma sosial, khususnya pada perempuan. Namun, sebagian mahasiswi cenderung tidak terlalu memikirkan stigma karena menganggap merokok sebagai pilihan pribadi dan hak individu, bahkan menjadi bentuk ekspresi diri. Mereka menilai perbedaan pandangan di masyarakat sebagai hal yang wajar, dan menolak jika praktik merokok dijadikan dasar untuk mendiskriminasi atau merendahkan.

Di sisi lain, bab ini juga mencatat pengaruh yang dipersepsikan positif oleh pelaku. Sebagian mahasiswi merasa merokok membuat mereka lebih tenang sehingga lebih mampu menghadapi konflik dan tekanan. Kondisi tenang ini dianggap membantu mereka berpikir lebih kritis ketika menyelesaikan masalah, meskipun hal tersebut tidak meniadakan risiko kesehatan. Tantangan terbesar adalah kesulitan berhenti merokok karena sifat adiktif rokok dan karena rokok sudah terlanjur menjadi kebutuhan. Banyak informan mengaku ingin berhenti, terutama karena khawatir dampak kesehatan, tetapi mereka kesulitan merealisasikannya. Ada informan yang menyatakan bisa berhenti jika menemukan pelampiasan lain sebagai pengganti rokok, dan ada juga yang merasa belum mencapai titik jenuh sehingga masih kecanduan. Dalam beberapa kasus, berhenti hanya terjadi sementara saat kondisi tubuh sakit; setelah sehat, kebiasaan kembali.

Tantangan eksternal juga kuat: lingkungan pertemanan, keluarga, dan kampus yang masih lekat dengan kebiasaan merokok membuat mahasiswi sulit berhenti. Ketika sering melihat orang lain merokok, muncul stimulus dan rasa ingin ikut merokok lagi. Karena itu, upaya berhenti memerlukan tindakan nyata, pengendalian diri, serta komitmen yang matang. Strategi yang ditunjukkan antara lain dukungan orang-orang terdekat sebagai sumber motivasi, keterbukaan agar

bantuan lebih tepat, pengalihan aktivitas yang lebih bermanfaat, serta kemampuan menyaring lingkungan sosial dengan menjauh dari pemicu dan mendekat pada lingkungan yang mendukung proses berhenti.

4.3. Konstruksi Makna dan Identitas dalam Praktik Merokok Mahasiswi

Dalam perspektif akademis, praktik merokok pada mahasiswi tidak hanya dapat dipahami sebagai tindakan individual yang dipicu faktor lingkungan dan psikologis, tetapi juga sebagai bentuk konstruksi makna dalam kehidupan sosial. Rokok berfungsi sebagai simbol yang diberi arti tertentu oleh pelaku sesuai pengalaman dan konteks pergaulannya. Bagi sebagian mahasiswi, merokok dimaknai sebagai strategi coping untuk meredakan stres, menenangkan emosi, serta menciptakan rasa nyaman. Makna ini membuat tindakan merokok tampak “masuk akal” bagi pelaku karena rokok dipersepsikan membantu mengelola tekanan akademik maupun persoalan pribadi.

Selain itu, rokok juga berkaitan dengan pembentukan identitas sosial. Dalam dinamika pergaulan anak muda, merokok dapat menjadi penanda gaya hidup dan citra diri, misalnya dianggap modern, mandiri, atau berani. Aktivitas merokok yang dilakukan bersama teman juga berfungsi memperkuat relasi dan rasa kebersamaan, sehingga rokok tidak hanya dipertahankan karena ketergantungan, tetapi juga karena memiliki nilai simbolik dalam interaksi sosial. Dengan demikian, praktik merokok pada mahasiswi dapat dipahami sebagai tindakan yang memuat dimensi makna dan identitas; karena itu, upaya berhenti merokok perlu mempertimbangkan penggantian fungsi rokok baik sebagai penenang maupun sebagai simbol sosial melalui strategi coping dan aktivitas alternatif yang lebih sehat.

5. Kesimpulan

Praktek merokok yang dilakukan oleh para mahasiswi Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Surabaya para dasarnya didorong oleh faktor eksternal dan internal dalam diri mahasiswi. Faktor internal pada mahasiswi sendiri yaitu adanya rasa penasaran dan ingin coba-coba untuk melakukan praktek merokok didorong adanya stimulus bahwa dengan merokok segala masalah dan rasa stress yang dialami oleh mahasiswi tersebut akan terobati yang diakibatkan oleh rasa nikmat dan ketenangan dari merokok. Sedangkan untuk faktor eksternal sendiri, para mahasiswi melakukan praktek merokok dikarenakan adanya tekanan dari lingkungan pergaulan yang cenderung didominasi oleh orang-orang perokok. Dimana lingkungan pergaulan tersebut mendorong atau memaksa mahasiswi untuk merasakan apa yang dinamakan merokok. Karena setiap tindakan individu sendiri tentu didasarkan kepada apa yang dirinya lihat pada lingkungannya. Selain itu, adanya suatu nilai yang mendorong pembentukan asumsi mahasiswi terhadap rokok juga akan mendorong mereka didalam bertindak yang kemudian pada akhirnya mereka

terjerumus untuk melakukan praktek merokok. Merokok sendiri dapat dikatakan sebagai suatu kebutuhan apabila mahasiswa sudah kecanduan terhadap rokok.

Rokok sendiri memiliki dampak yang sangat beragam terhadap para penggunanya, salah satu dampak yang buruk kepada penggunanya, yaitu dengan merokok para mahasiswa terlebihnya akan meningkatkan resiko terkena penyakit dalam. Penyakit ini tentu akan memberikan efek dengan jangka panjang kepada para mahasiswa yang melakukan praktek merokok. Mahasiswa yang melakukan praktek merokok tentu memiliki tantangan dan kesulitan. Tantangannya tersebut merupakan kesulitan bagi diri mereka untuk keluar dari kebiasaan buruk mereka yang merokok. Sulitnya keluar dari kebiasaan merokok ini tentu dikarenakan belum kuatnya komitmen yang dibangun oleh setiap mahasiswa didalam keluar dari kebiasaan merokok. Faktor dari lingkungan pergaulan yang didominasi oleh para perokok juga akan menjadi tantangan bagi para mahasiswa yang ingin keluar dari kebiasaan buruk tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Almaidah, F., Khairunnisa, S., Sari, I. P., Chrisna, C. D., Firdaus, A., Kamiliya, Z. H., Williantari, N. P., Akbar, A. N. M., Pratiwi, L. P. A., Nurhasanah, K., & Puspitasari, H. P. (2020). Survei faktor penyebab perokok remaja mempertahankan perilaku merokok. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 8(1), 20. <https://doi.org/10.20473/jfk.v8i1.21931>

Arisona, A., Rahayuwati, L., Prawesti, A., & Agustina, H. S. (2020). Smoking behavior and the use of cigarette types among university student. *Journal of Educational and Social Research*, 10(5), 211. <https://doi.org/10.36941/jesr-2020-0100>

Chinwong, D., Mookmanee, N., Chongpornchai, J., & Chinwong, S. (2018). A comparison of gender differences in smoking behaviors, intention to quit, and nicotine dependence among Thai university students. *Journal of Addiction*, 2018, 1–8. <https://doi.org/10.1155/2018/8081670>

Defie, R., & Probosari, E. (2018). Hubungan tingkat stress, perilaku merokok dan asupan energi pada mahasiswa. 7(2), 20.

Fujita, Y., & Maki, K. (2018). Associations of smoking behavior with lifestyle and mental health among Japanese dental students. *BMC Medical Education*, 18(1), 264. <https://doi.org/10.1186/s12909-018-1365-1>

Paramitha, G. K., & Hamdan, S. R. (2022). Pengaruh self-control terhadap perilaku merokok mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 132–139. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.559>

Kim, M. (2021). The relationship of smoking knowledge, smoking attitude and stigma among health-related college students. 25(1), 11.

- Kosasi, H. N. (2018). Hubungan konformitas dan stres dengan perilaku merokok pada remaja perempuan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(3). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i3.4653>
- Oktaviani, N., Avianty, I., & Mawati, E. D. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada mahasiswa pria di Universitas Pakuan Bogor Provinsi Jawa Barat tahun 2018. *PROMOTOR*, 2(1), 44. <https://doi.org/10.32832/pro.v2i1.1788>
- Prastiwi, S. (2018). Hubungan perilaku merokok dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Nursing News*, 3, 10.
- Pratama, R. Y. (2021). Perilaku merokok pada wanita pada masa pandemi Covid-19: Study kasus di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Al-Qiyam*, 2(2), 172–178. <https://doi.org/10.33648/alqiyam.v2i2.167>
- Akbar, F. M. R. (2020). Mahasiswi perokok: Studi fenomenologi tentang perempuan perokok di kampus. *Jurnal Sosiologi Dialektika*, 15(1), 33. <https://doi.org/10.20473/jsd.v15i1.2020.33-40>
- Sawitri, H., Maulina, F., & Aqsa, R. K. D. (2020). Karakteristik perilaku merokok mahasiswa Universitas Malikussaleh 2019. 6, 9.
- Winarno, K. (2015). Memahami etnografi ala Spradley. *SMART*, 1(2). <https://doi.org/10.18784/smart.v1i2.256>