

## **SELF EFFICACY MAHASISWI PEROKOK DI UNIVERSITAS DIAN NUSWANTORO SEMARANG**

**PRADIKA SEPTI**

*Program Studi Kesehatan Masyarakat - S1, Fakultas  
Kesehatan, Universitas Dian Nuswantoro Semarang  
URL : <http://dinus.ac.id/>*

### **ABSTRAK**

Merokok adalah menghisap asap tembakau yang dibakar melalui sebuah pipa atau merupakan suatu rangkaian kegiatan yang dilakukan seseorang mulai dari mengambil rokok dari bungkusnya, menaruhnya di antara bibir, menyulutnya dengan pematik api lalu menghisapnya. Self efficacy adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk berhasil dalam situasi tertentu. Beberapa faktor yang mempengaruhi self efficacy yaitu: Pengalaman keberhasilan (mastery experiences), pengalaman orang lain (vicarious experiences), persuasi sosial (social persuasion), keadaan fisiologis dan emosional (physiological and emotional states). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan self efficacy mahasiswa Udinus tentang perilaku merokok.

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan teknik pengambilan sampel snowball chain sampling dalam menentukan subyek penelitian serta informan pendukung. Analisa data dengan pengolahan analisa thematic.

Walaupun pada awalnya merokok mereka sempat mengalami batuk-batuk dan sesak nafas (Mastery experiences). Sebagian besar mahasiswa perokok itu mempunyai teman sebaya perokok yang berpendapat bahwa merokok itu dapat membantu mengatasi masalah, kondisi ini menguatkan mahasiswa tersebut untuk melakukan aktifitas merokok (Vicarious experiences). Secara verbal tidak ada pengaruh dari seseorang yang mempengaruhi mahasiswa untuk merokok, secara keseluruhan perilaku merokok mereka di pengaruh oleh teman sebaya yang akhirnya berkeinginan untuk mencobanya (Social persuasion). Ketika tingkat stress yang dirasakan mahasiswa tersebut meningkat ternyata dapat meningkatkan frekuensi merokok sehingga dapat menghabiskan dua bungkus rokok seharinya (Physiological and emotional states).

Meningkatkan kemampuan mahasiswa untuk berkata tidak kepada rokok melalui peningkatan ketrampilan hidup sehat bagi mahasiswa baru di perguruan tinggi. Serta meminimalkan akses rokok di perguruan tinggi baik di media maupun sarana-sarana yang menjual rokok. Peningkatan peran orang tua dalam memantau dan mengendalikan perilaku anaknya atau pergaulan putra putrinya selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi.

Kata Kunci : Self efficacy, mahasiswa, perokok

## **SELF-EFFICACY STUDENT SMOKERS IN UNIVERSITY OF DIAN NUSWANTORO SEMARANG**

**PRADIKA SEPTI**

*Program Studi Kesehatan Masyarakat - S1, Fakultas  
Kesehatan, Universitas Dian Nuswantoro Semarang*

*URL : <http://dinus.ac.id/>*

### **ABSTRACT**

Smoking is inhale tobacco smoke that burned through a pipe or a series of activities carried out one starts from a cigarette from the pack, put it between his lips, ignite with matches then suck it. Self-efficacy is one's belief in his ability to succeed in a particular situation. Some of the factors that influence self-efficacy, namely: Success experiences (mastery experiences), others experiences (vicarious experiences), social persuasion (social persuasion), physiological and emotional state (physiological and emotional states). Aim of this study was to describe self-efficacy UDINUS student smoking behavior. The study was a qualitative research with snowball sampling technique of sampling in determining the chain of research subjects and informants supporters. Analysis of data with the processing of thematic analysis.

Although at first experienced they had smoking coughing and asphyxia (Mastery experiences). Most of the student smokers who have peer smokers argue that smoking can help solve the problem, this condition is to strengthen student smoking activity (vicarious experiences). Verbally there is no influence of a person who affects a student for smoking, overall smoking behavior is influenced by their peers are finally willing to try it (social persuasion). When the level of perceived stress increased student can increase the frequency of smoking proved to be spent two packs of cigarettes a day (Physiological and emotional states).

Improve the ability of students to say no to cigarettes through increasing healthy life skills for a freshman in college. And to minimize smoking in college access in both the media and the means to sell cigarettes. Increasing the role of parents in monitoring and controlling the behavior of his son or daughter during the association's son studying in college.

Keyword : Self efficacy, mahasiswa, perokok