

## Pengaruh Tingkat Religiusitas terhadap Perilaku Merokok pada Dewasa Awal

Hasnaa' Zahuna Nayu\*, Laili Qomariyah

Psikologi, Fakultas Psikologi dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

\*email: [zahunanayuhasna@gmail.com](mailto:zahunanayuhasna@gmail.com)

DOI: [10.31603/bpsr.9364](https://doi.org/10.31603/bpsr.9364)

### Abstrak

Berbagai macam faktor yang mempengaruhi perilaku merokok, salah satunya religiusitas. Orang dewasa muda cenderung kurang memperhatikan permasalahan agama dan bersikap acuh dengan segala sesuatu mengenai agama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh religiusitas terhadap perilaku merokok pada dewasa awal. Skala tingkat religiusitas dan skala perilaku merokok digunakan untuk memperoleh data yang berasal dari 180 responden. Kriteria responden adalah dewasa awal berusia 18-39 tahun, perokok aktif, minimal empat batang atau lebih dalam sehari, dan telah merokok minimal selama 1 bulan. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara *online* dan dianalisis dengan analisis regresi sederhana dibantu *software* SPSS versi 25. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat religiusitas berpengaruh terhadap perilaku merokok dengan nilai  $R^2 = 0,128$ . Kontribusi religiusitas terhadap perilaku merokok terbilang rendah sehingga perlu dipertimbangkan faktor-faktor lain. Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah pengetahuan dalam bidang psikologi agama tentang pengaruh tingkat religiusitas terhadap perilaku merokok, serta dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengambilan kebijakan bagi para individu perokok.

**Kata-kata Kunci:** Dewasa awal; Perilaku merokok; Religiusitas

### *The Influence of Religiosity Level on Smoking Behavior in Early Adulthood*

#### **Abstract**

*Various factors influence smoking behavior, one of which is religiosity. Young adults tend to pay less attention to religious issues and are indifferent to everything about religion. This study aims to determine the influence of religiosity on smoking behavior in early adulthood. The religiosity level scale and smoking behavior scale were used to obtain data from 180 respondents. The criteria for respondents are early adults aged 18-39 years, active smokers, at least four cigarettes or more a day, and have smoked for at least 1 month. Data was collected by distributing questionnaires online and analyzed using simple regression analysis assisted by SPSS version 25*



software. The results of this study show that the level of religiosity influences smoking behavior with a value of  $R^2 = 0.128$ . The contribution of religiosity to smoking behavior is relatively low, so other factors need to be considered. It is hoped that this research can add to the body of knowledge in the field of religious psychology regarding the influence of the level of religiosity on smoking behavior, and can be used as material for consideration in policy making for individual smokers.

**Keywords:** *Early adulthood; Smoking behavior; Religiosity*

---

## 1. Pendahuluan

Indonesia merupakan negara ketiga dengan jumlah perokok terbesar di dunia setelah Cina dan India (Triyono, 2022). *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 mengatakan bahwa rokok telah membunuh setengah dari keseluruhan jumlah penggunaannya dan sekitar delapan juta orang meninggal setiap tahunnya. Kebiasaan merokok di kalangan masyarakat tidak mengenal usia dan jenis kelamin. Prevalensi merokok untuk semua kelompok usia mengalami lonjakan (Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas), 2022). Hasil Riskesdas menyatakan bahwa setiap tahunnya jumlah perokok meningkat sekitar 0.5%. Selama kurun waktu 10 tahun terakhir pada tahun 2011-2021 jumlah perokok dewasa mengalami peningkatan sebanyak 8.8 juta orang, baik laki-laki maupun perempuan, khususnya pada kelompok usia dewasa awal. Merokok yang menjadi kebiasaan dapat memperberat penyakit yang telah diderita hingga menyebabkan kematian bagi si perokok (Dewi et al., 2020). Sifat adiktif yang berada di dalam rokok menyebabkan candu bagi individu yang memiliki kebiasaan dalam merokok (Rohmadani, 2016).

Perilaku merokok merupakan aktivitas membakar tembakau yang sudah dikeringkan dan menghisap pembakarannya (Sanjiwani & Budisetyani, 2014). Dimensi perilaku merokok menurut Martin dan Pear (2015) menyebutkan terdapat tiga yaitu durasi, frekuensi dan intensitasnya. Berbagai macam faktor yang mempengaruhi seseorang dalam melakukan perilaku merokok seperti faktor internal (pribadi), mental, sosial, serta farmakologis (Hutapea, 2013). Perilaku merokok dapat dipengaruhi oleh perasaan positif seperti merokok setelah makan atau minum. Merokok dilakukan guna menambah kenikmatan bagi individu. Perasaan negatif juga dapat mempengaruhi perilaku merokok seperti saat merasakan marah, tertekan, atau malu. Merokok dilakukan agar perasaan dapat membaik (Hartini et al., 2012). Faktor personal yang menjadi penentu perilaku merokok dapat berupa jenis kelamin, usia, pekerjaan, kepercayaan, dan religiusitas (Azizah et al., 2013; Green & Marshal, 2000).

Religiusitas adalah faktor yang menarik untuk diteliti pengaruhnya pada perilaku merokok. Religiusitas yang tinggi akan membuat individu selalu berusaha mematuhi setiap larangan yang diajarkan terutama terkait apa yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi, terbiasa mengikuti ritual atau ibadah yang dilakukan, meyakini tentang ilmu agamanya, dan merasakan pengalaman dalam beragama (Muzakkir, 2013). Dimensi dalam religiusitas dibagi menjadi lima yaitu: dimensi ritual, dimensi keyakinan, dimensi penghayatan, dimensi pengetahuan agama, dan dimensi konsekuensi (Glock dan Stark, 2000). Religiusitas mampu memberikan rasa aman, dan tenang sehingga dapat membina mentalitas seseorang (Nasikhah & Prihastuti, 2013).

Dari sudut pandang agama Islam, rokok merupakan barang yang dilarang untuk digunakan baik untuk perempuan maupun laki-laki (Aziz, 2004). Al-Qur'an surah Al-A'raf ayat 157 dalam penafsirannya yakni, *Allah Subhanahu Wa Ta'ala* meminta hambanya untuk menghindari segala perbuatan yang buruk. Seseorang yang memiliki kepercayaan yang kuat mungkin saja memiliki perasaan religiusitas dan melaksanakan amalan-amalan dalam agama. Religiusitas berperan sebagai suatu system yang berisikan pedoman dalam bersikap dan bertingkah laku seseuai dengan agama yang dianutnya didalam kehidupan individu. Berbagai macam manfaat yang akan diterima, dimana nilai gama mengandung makna khusus pada kehidupan manusia.

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 277 responden anak jalanan menemukan semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, maka semakin kecil kemungkinan untuk merokok (Azizah, dkk, 2013). Hasil yang serupa ditemukan oleh penelitian lain yang menyatakan terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan religiusitas pada mahasiswa, semakin tinggi kebiasaan merokok maka akan semakin rendah tingkat religiusitas (Gusdinar, dkk, 2017). Permasalahannya menyatakan bahwa ketika sudah dewasa, biasanya seseorang mengalami keragu-raguan terhadap kepercayaannya (religiusitas) (Hurlock, 2003). Orang dewasa muda kurang memperhatikan permasalahan agama, yang mana hal ini tampak pada jarang mereka pergi beribadah dan bersikap acuh dengan segala sesuatu mengenai agamanya. Masa dewasa merupakan masa dimana seseorang yang sudah mencapai batas kekuatan fisik, kesempurnaan akal, termasuk kematangan dalam beragama (Putri, 2018). Sikap religiusitas pada usia dewasa idealnya dilandasi oleh pendalaman pengertian dan pemahaman tentang ajaran yang dianutnya. Tanpa dilandasi pengertian, sebagian dewasa awal akan kurang menerima dan kurang dapat mengamalkan ajaran-ajaran agamanya (Iswati, 2018).

Berdasarkan paparan di atas, penelitian ini hendak mengetahui pengaruh religiusitas pada perilaku merokok dewasa awal. Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah pengetahuan dalam bidang psikologi agama tentang pengaruh tingkat religiusitas terhadap perilaku merokok, serta dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengambilan kebijakan bagi para individu perokok. Hipotesis yang hendak dibuktikan lewat penelitian ini adalah ada pengaruh religiusitas terhadap perilaku merokok pada dewasa awal.

## 2. Metode

### 2.1. Partisipan

Penelitian ini melibatkan N = 180 orang perokok dengan kriteria: dewasa awal berusia 18-39 tahun, perokok aktif minimal empat batang atau lebih dalam sehari, dan telah merokok minimal selama satu bulan. Sampel penelitian ini diperoleh dengan teknik *convenience sampling* melalui media sosial yang dimiliki peneliti, seperti: *Instagram*, *WhatsApp*, dan *Twitter*.

### 2.2. Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang dilakukan secara online yakni dengan menyebarkan kuesioner melalui media sosial. Religiusitas diukur menggunakan Skala Religiusitas yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek religiusitas. Skala ini terdiri atas 20 butir pernyataan yang disajikan dengan format Likert lima pilihan jawaban (1 = sangat tidak sesuai, 5 = sangat sesuai).

Skala ini memiliki konsistensi internal yang baik dengan koefisien Alpha = 0,862. Sementara itu, Skala Perilaku Merokok juga dikembangkan sendiri oleh peneliti. Skala ini terdiri atas 15 butir pernyataan yang disajikan dalam format Likert. Skala ini memiliki reliabilitas yang dapat diterima dengan koefisien Alpha = 0,781.

### 2.3. Analisis Data

Data penelitian ini dianalisis dalam dua tahap, yaitu: uji asumsi klasik dan uji hipotesis. Pertama uji asumsi klasik meliputi uji normalitas, dan uji linieritas. Uji normalitas menggunakan metode *Kolmogorov-Sminorv* dimana data dikatakan berdistribusi normal ketika perolehan nilai *asym. Sig.*  $\geq 0.05$ . Uji linieritas menggunakan metode *test for linierity* dengan melihat nilai *sig.linierity*  $\geq 0.05$  dikatakan memiliki hubungan linier. Kedua, uji hipotesis dilakukan dengan teknik analisis regresi sederhana. Keseluruhan data dibantu dengan bantuan software SPSS versi 25.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### 3.1. Hasil

Penelitian ini dilakukan terhadap 180 orang perokok dengan sebaran yang dapat dilihat pada **Tabel 1**.

**Tabel 1. Karakteristik Partisipan**

Variabel	Jumlah (Orang)	(%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	120 Orang	67
Perempuan	60 Orang	33
Domisili		
Sumatra	6	3,33
Banten	5	2,77
DKI Jakarta	12	6,66
Jawa Barat	46	25,5
Jawa Tengah	48	26,6
DI Yogyakarta	19	10,5
Jawa Timur	29	16,1
Bali	6	3,33
Kalimantan	3	1,66
Sulawesi	4	2,22
NTT & NTB	2	1,11
Usia (tahun)		
18-22	59	32,7
23-27	79	43,8
28-32	21	11,6
33-39	21	11,6
Agama		
Islam	138	76,6
Kristen	20	11,1
Katholik	12	6,6
Hindu	5	2,77
Budha	2	1,11
Lainnya	3	1,66
Lama Merokok (bulan)		
1	16	8,88
2-6	9	5
6-12	13	7,2
13-36	38	21,1
> 36	104	57,7

Hasil uji normalitas dalam penelitian ini nilai *asym. Sig* sebesar  $0.200 \geq 0.05$  sehingga penelitian ini terdistribusi "normal". Hasil uji linieritas *test for linierity* dengan nilai *sig linierity*

0,089 > 0,05 yang berarti linier. Pada **Tabel 2** diperoleh hasil uji hipotesis berupa analisis korelasi variabel yaitu -0,358 yang berarti arah korelasi negatif maka semakin tinggi tingkat religiusitas pada dewasa awal maka semakin rendah perilaku merokok. Sedangkan pada **Tabel 3** menunjukkan hasil analisis regresi  $R^2 = 0,128$ , disimpulkan bahwa 12,8% perilaku merokok pada dewasa awal dipengaruhi oleh tingkat religiusitas, sedangkan sisanya 87,2% dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini (lihat).

**Tabel 2. Matriks Korelasi**

Variabel	N	Nilai <i>Pearson Correlation</i>	Keterangan
Tingkat Religiusitas	180	-0,358	Korelasi negatif

**Tabel 3. Model Regresi**

<i>R Square</i>	Keterangan
0,128	Berpengaruh

Persamaan regresi yang diperoleh dijelaskan pada **Tabel 4** dimana nilai  $Y = 29,602 - 0,239X$ , yakni diartikan: 1) konstanta ( $a = 29,602$ ), jika variabel tingkat religiusitas bernilai nol (0), maka perilaku merokok akan bernilai 29,602, 2) koefisien regresi ( $b = -0,239$ ), jika tingkat religiusitas (X) meningkat sebesar satu satuan dan variabel lainnya konstan, maka variabel perilaku merokok (Y) akan menurun sebesar -0,239.

**Tabel 4. Koefisien regresi**

Variabel	B	Sig.	Keterangan
Constant	29,602		
Tingkat religiusitas	-0,239	0,009	Berpengaruh

### 3.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh religiusitas terhadap perilaku merokok. Hubungan antara religiusitas dan perilaku merokok menunjukkan korelasi negatif yang berarti semakin tinggi religiusitas seseorang, maka perilaku merokoknya semakin berkurang. Namun, kontribusi religiusitas terhadap perilaku merokok relatif kecil, yakni hanya 12,8%, sedangkan sisanya 87,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak peneliti kaji dalam penelitian ini.

Hasil ini selaras dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Tingkat religiusitas merupakan variabel yang dapat mempengaruhi seseorang untuk memiliki sikap negatif terhadap rokok, dan menghindari perilaku merokok (Gusdinar dkk., 2017). mengatakan religiusitas berperan sebagai suatu sistem yang berisikan pedoman dalam bersikap dan bertingkah laku (Iswati, 2018). Penelitian ini selaras dengan hasil penelitian kepada 666 orang dewasa madya bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang maka semakin rendah perilaku mereka dalam merokok (Brown dkk., 2014). Menghadiri kegiatan keagamaan dapat mempengaruhi dan menurunkan serta mendorong orang-orang untuk tidak melakukan perilaku merokok.

Religiusitas yang tinggi telah diketahui memberikan banyak manfaat seperti mengurangi stress, kecemasan, dan depresi. Religiusitas dapat membantu serta memberikan dukungan sosial dan pola hidup sehat. Pola hidup sehat yang diajarkan didalam religiusitas yakni dengan tidak meminum minuman keras, penyalahgunaan obat, merokok, seks bebas, dan aktivitas lain yang dilarang serta berbahaya bagi manusia (Rusdi, 2012). Selain tingkat religiusitas, terdapat faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi perilaku merokok. Faktor internal meliputi kepribadian, biologis, psikologis, konformitas teman sebaya, serta faktor usia. Faktor eksternal yang mempengaruhi perilaku merokok yakni orang tua, pengaruh teman, pengaruh iklan, dan lingkungan sosial (Nasution, 2007). Seseorang yang berperilaku merokok sebelumnya ia telah memiliki persepsi tertentu mengenai rokok itu sendiri. Perilaku merokok merupakan hasil interaksi kognitif, lingkungan sosial, psikologis, dan fisiologis seseorang (Leventhal dan Cleary, 1980).

Penelitian ini telah mencapai hasil untuk menjawab masalah penelitian, tetapi terdapat sejumlah keterbatasan yang mempengaruhi generalibilitas hasil. Sampel penelitian ini menggunakan teknik non acak di beberapa wilayah tertentu saja di Indonesia. Para peneliti selanjutnya diharapkan dapat membatasi lingkup penelitian pada masyarakat dengan budaya tertentu sehingga dapat menggambarkan secara riil perilaku merokok serta tingkat religiusitasnya. Peneliti lain juga dapat menambahkan variabel lainnya, seperti faktor yang mempengaruhi diantaranya konformitas, budaya, usia, dan sebagainya.

---

#### 4. Kesimpulan

Penelitian ini berhasil membuktikan hipotesis bahwa religiusitas berpengaruh terhadap perilaku merokok. Namun, pengaruhnya relatif kecil yakni hanya diangka 12,8%, sehingga ada faktor-faktor lain yang harus dipertimbangkan di penelitian selanjutnya untuk memahami lebih baik lagi perilaku merokok. Penelitian ini mendukung riset-riset sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara tingkat religiusitas terhadap perilaku merokok. Artinya, semakin tinggi tingkat religiusitas dewasa awal maka semakin rendah perilaku merokok. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah tidak meratanya pengumpulan data ke berbagai wilayah di Indonesia dan penggunaan teknik penyampelan non-acak sehingga hasil penelitian ini perlu mendapatkan kajian lebih lanjut agar dapat digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas.

---

#### Referensi

- Aziz, S. A. (2004). *Fatwa-Fatwa Terkini*. Darul Haq.
- Azizah, N., Amiruddin, R., & Ansariadi. (2013). Faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok anak jalanan di Kota Makassar tahun 2013. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *9*(53), 1689–1699.
- Brown, Q. L., Linton, S. L., Harrell, P. T., Mancha, B. E., Alexandre, P. K., Chen, K.-F., & Eaton, W. W. (2014). The influence of religious attendance on smoking. *Substance Use & Misuse* *11*(49), 1392–1399. <https://doi.org/10.3109/10826084.2014.912224>
- Dewi, S. P., Lilik, S., & Karyanta, N. A. (2020). Perbedaan perilaku merokok ditinjau dari tingkat stres pada wanita dewasa awal di Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, *2*(2), 30–43.

- Glock, C., & Stark, R. (2000). *Religion and society in tension*. University of California.
- Green, L. W., & Marshal, W. K. (2000). *Health promotion planning: An educational and environment approach* (Second edi). Mayfield Publishing Company.
- Gusdinar, D. D., Triyani, Y., & Wati, Y. R. (2017). Pengaruh religiusitas terhadap kebiasaan merokok pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Tahun Akademik 2016-2017. *Bandung Meeting on Global Medicine & Health (BaMGMH)*, 1(1), 126.
- Hartini, H., Fatimah, S., & Mardhiyah, A. (2012). Tipe perilaku merokok pada remaja perokok di SMP Negeri 1 Jatinangor. *Student E-Journal*, 1(1), 1–15. <https://doi.org/10.1136/TC.7.4.409>
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi perkembangan (Edisi Kelima)*. Erlangga.
- Hutapea, R. (2013). *Why rokok? Tembakau dan peradaban manusia*. Bee Media Indonesia.
- Iswati, I. (2018). Karakteristik ideal sikap religiusitas pada masa dewasa. *At-Tajdid: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(01), 58–71. <https://ojs.ummetro.ac.id/index.php/attajdid/article/view/859>
- Leventhal, H., & Cleary, P. D. (1980). The smoking problem: A review of the research and theory in behavioral risk modification. *Psychological Bulletin*, 80(2), 370–405.
- Muzakkir. (2013). Hubungan religiusitas dengan perilaku prososial mahasiswa angkatan 2009/2010 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makassar. *Jurnal Diskursus Islam*, 1(3), 366–380.
- Nasikhah, D., & Prihastuti, D. (2013). Hubungan antara tingkat religiusitas dengan perilaku kenakalan remaja pada masa remaja awal. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 2(1), 1–4.
- Nasution. (2007). *Perilaku merokok pada remaja*. <https://dupakdosen.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/3642/132316815.pdf?sequence=1>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Rohmadani, Z. V. (2016). Penanaman religiusitas sebagai upaya preventif perilaku merokok di sekolah. *Naskah Publikasi Penelitian*, 261–269.
- Rusdi, A. (2012). *Religiusitas dan kesehatan mental: Studi pada aktivis Jama'ah Tabligh Jakarta Selatan*. Young Progressive Muslim.
- Sanjiwani, N. L. P. Y., & Budisetyani, I. G. A. P. W. (2014). Pola asuh permisif ibu dan perilaku merokok pada remaja laki-laki di SMA Negeri 1 Semarang. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(2), 344–352. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/25097/16310>
- Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Badan Pusat Statistik (BPS). (2022). *Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas)*. <https://rotendaokab.bps.go.id/news/2022/03/17/23/survei-sosial-ekonomi-nasional--susenas--maret-2022.html>
- Triyono, L. (2022). *Epidemi tembakau: Jumlah perokok Indonesia nomor 3 di dunia*. VOA Indonesia. <https://www.voaindonesia.com/a/jumlah-perokok-di-indonesia-nomor-3-di-dunia/6597540.html>