

## Kecenderungan Kepribadian Neurotisme dan Perilaku Merokok

Adik Putra Pujasetia, Suhadianto, Herlan Pratikto  
E-mail: adik.pootra@gmail.com  
Fakultas Psikolog Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

### Abstract

*This study aims to determine the relationship between the tendency kepriadian neuroticism with smoking behavior. This study is a coresional study that aims to determine the relationship between the tendency of neurotic personality with smoking behavior. The study involved 180 young adults with age range 20 to 40 years who behaved smoking. Sampling is done by incidental sampling technique. The measuring instrument used to collect research data is the Scale of Personality Trend of Neurotism and the Scale of Smoking Behavior compiled by researchers in Likert scale type. The data of this research were analyzed using Pearson Product Moment correlation analysis technique. From the results of data analysis, it can be concluded that there is a very significant positive relationship between the tendency of personality of neurotism and smoking behavior shown by  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) and correlation coefficient value  $r = 0,400$ , hence can be interpreted the higher score the personality trends of a person's neuroticism are also higher in smoking behavior.*

**Keywords:** Personality Trends of Neuroticism, Smoking Behavior

### Abstrak

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecenderungan kepriadian neurotisme dengan perilaku merokok. Penelitian ini merupakan penelitian koresional yang bertujuan mengetahui hubungan antara kecenderungan kepribadian neurotisme dengan perilaku merokok. Penelitian ini melibatkan 180 orang dewasa muda dengan rentang usia 20 hingga 40 tahun yang berperilaku merokok. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik incidental sampling. Alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian adalah Skala Kecenderungan Kepribadian Neurotisme dan Skala Perilaku Merokok yang disusun oleh peneliti dalam tipe skala Likert. Data penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis korelasi Pearson Product Moment. Dari hasil analisis data, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif yang sangat signifikan antara kecenderungan kepribadian neurotisme dengan perilaku merokok yang ditunjukkan berdasarkan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) dan nilai koefisien korelasi  $r = 0,400$ , artinya semakin tinggi skor kecenderungan kepribadian neurotisme seseorang semakin tinggi pula perilaku merokoknya.*

**Kata Kunci:** Kecenderungan Kepribadian Neurotisme, Perilaku Merokok

## Pendahuluan

Salah satu dari fenomena kehidupan para remaja dan orang dewasa yang perlu mendapatkan perhatian adalah perilaku merokok. Perilaku merokok tampaknya tidak hanya menjadi fenomena di Indonesia, tetapi sudah menjadi masalah global atau Internasional (Amelia, 2009). Tidak sedikit orang dewasa yang telah mengetahui dan memperoleh informasi tentang bahaya merokok bagi kesehatan, baik melalui pendidikan di sekolah atau melalui iklan-iklan bahaya rokok di televisi. Faktanya tetap saja banyak orang dewasa yang tidak bisa meninggalkan perilaku merokok dengan berbagai alasan (Joseph, 2011).

Melengkapi pendapat di atas Mu'tadin (2002) menyatakan, perilaku merokok pada remaja dan orang dewasa semakin hari semakin meningkat. Pengetahuan tentang bahaya merokok tidak berkorelasi dengan menurunnya jumlah perokok dari tahun ke tahun. Sebagian besar remaja dan orang dewasa masih menganggap merokok adalah perilaku yang bisa ditoleransi dan tidak melanggar aturan. Ini dapat dilihat masih banyaknya orang yang merokok di tempat umum, seperti sekolah, kampus, angkutan umum, kantor dan tempat-tempat umum lainnya.

Perilaku merokok dapat didefinisikan sebagai kegiatan menghisap (perokok aktif) atau menghirup (perokok pasif) asap rokok, baik secara langsung maupun menggunakan alat bantu seperti pipa (Sari dkk, 2003; Sitepoe, 2000). Ada dua istilah yang diperkenalkan oleh Sitepoe guna menjelaskan perilaku merokok, yaitu *mainstream smoke* dan *sidestream smoke*. Istilah *mainstream smoke* digunakan untuk menjelaskan perilaku merokok yang dicirikan dengan menghisap asap rokok, sedangkan istilah *sidestream smoke* digunakan untuk menggambarkan asap rokok yang terbentuk di ujung rokok dan menggambarkan perilaku perokok ketika menghembuskan asap rokok ke udara. Perilaku menghembuskan rokok ke udara ini yang menyebabkan orang disekitar perokok menjadi perokok pasif.

Perilaku merokok sudah seharusnya mendapatkan perhatian, karena selain berbahaya bagi perokok itu sendiri. Orang disekitar perokok yang ikut menghisap atau sering disebut sebagai perokok aktif juga berisiko mengalami gangguan kesehatan.

Dalam penelitian ini, peneliti ingin memfokuskan penelitian pada usia dewasa awal. Selain karena alasan jumlah perokok pada usia dewasa awal yang terus meningkat.

---

Alasan lainnya karena sedikitnya penelitian yang menggunakan subjek orang dewasa dalam kasus perilaku merokok. (Bachman, dkk, dalam Nasution, 2007).

Ada banyak faktor yang menyebabkan seseorang menjadi perokok, diantaranya: 1) lingkungan, faktor lingkungan seperti saudara, teman sebaya, lingkungan sekolah dan lingkungan sosial diaman seseorang tinggal dapat berpengaruh terhadap perilaku meroko; 2) demografis, jenis kelamin dan umur dalam budaya tertentu dapat menjadi faktor penyebab seseorang menjadi perokok; 3) sosiokultural, faktor Pendidikan, budaya, status sosial, pekerjaan juga bisa menyebabkan seseorang menjadi peroko. Selain faktor-faktor eksternal tersebut, seseorang juga bisa menjadi perokok disebabkan oleh faktor internal atau faktor dirinya sendiri. Faktor internal yang dimaksud seperti kecemasan, kepercayaan diri, konsep diri dan kepribadian (Smet, 1994).

Sebelum Smet, Atkinson (1991) menegaskan bahwa tidak hanya lingkungan seperti teman dan orang tua yang menjadi faktor penyebab seseorang menjadi perokok. Kepribadian seseorang juga memiliki peranan yang besar dalam menyebabkan seseorang menjadi perokok. Kebosanan, masalah-masalah kehidupan dan rasa ingin tau juga dapat menjadi faktor penyebab perilaku merokok.

Banyak teori yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi atau menggambarkan kepribadian seseorang. Salah satunya bisa menggunakan teori kepribadian *Big Five*. Teori kepribadian *Big Five* dapat memberikan gambaran beberapa dimensi dari kepribadian, yaitu dimensi *neuroticism*, *extraversion*, *agreeableness*, *openness* dan *conscientiousness* (Wood, 2007).

Seseorang menjadi perokok atau berperilaku merokok dapat disebabkan oleh tingginya skor pada aspek *neuroticisme*. Orang dengan skor *neuroticisme* tinggi dapat digambarkan dengan perilakunya yang kurang dapat mengelolah emosi dan kurang dapat menyesuaikan diri. Orang dengan tipe ini biasanya menunjukkan sikap-sikap yang menggambarkan ketidak stabilan emosi seperti mudah marah, depresi, cemas, takut, kurang bisa tampil tenang ketika menghadapi masalah, sulit menyesuaikan diri dan berfikiran negative (Anggriana, 2011)

Orang yang memiliki kecenderungan kepribadian *neuroticisme* dapat memilih merokok untuk mengurangi ketegangan, ketakutan, kecemasan dan perasaan

depresinya (Tomkins dalam Safarino, 2002). Alasan memilih merokok sebagai salah satu cara untuk mengatasi ketakutan, ketegangan, cemas, dan depresi karena merokok dianggap dapat membuat seseorang menjadi senang dan tenang. Penelitian Horn (dalam Parrott, 2004) membuktikan bahwa 80% perokok menyatakan lebih tenang dan lebih senang setelah menghisap rokok.

Penelitian Terracciano dan Costa pada tahun 2004 mencoba mencari keterkaitan antara dimensi *extraversion* dan *openness* dengan perilaku merokok. Subjek penelitiannya adalah pada dewasa muda di Amerika. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan pada dimensi *extraversion* dan *openness*. Disisi lain hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada dimensi *agreeableness*, *conscientiousness* dan *neuroticism*. Artinya ketiga aspek terakhir ini yang terkait dengan perilaku merokok. Hasil penelitian juga menunjukkan, subjek penelitian mendapatkan skor yang tinggi pada dimensi *neuroticism*.

Mendukung penelitian sebelumnya. Costa & McCrae (dalam Feist & Feist, 2009) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa orang yang memiliki skor tinggi pada dimensi *neuroticism* memiliki kecenderungan mudah menjadi temperamental, mudah stress dan mudah cemas dalam menghadapi suatu permasalahan.

Berdasarkan fenomena merokok di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut hubungan hubungan antara kecenderungan kepribadian *neurotisme* dengan perilaku merokok. Penelitian ini penting dilakukan sebagai upaya preventif dan sebagai upaya untuk menemukan alternative solusi dalam upaya menurunkan perilaku merokok pada masyarakat Indonesia.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini termasuk jenis penelitian korelasional. Penelitian korelasional adalah penelitian yang bermaksud untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Penelitian ini memiliki dua macam variabel, yaitu variabel bebas atau *independent variable* (variabel X) dan variabel terikat atau *dependent variable* (variabel Y). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecenderungan kepribadian *neurotisme*, sedangkan variabel terikatnya adalah perilaku merokok.

Definisi operasional variabel perilaku merokok adalah aktivitas menghisap dan menghirup asap rokok secara langsung melalui ujung rokok atau menggunakan pipa

rokok. Definisi operasional variabel kepribadian *neurotisme* adalah kepribadian yang dicirikan dengan perasaan mudah mengalami emosi-emosi negatif seperti takut, cemas, mudah marah, depresi, serta perasaan tidak nyaman yang berdampak pada ketidakmampuan menyesuaikan diri.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan cara *incidental sampling*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 180 orang dewasa awal berusia 20 sampai 40 tahun berjenis kelamin laki-laki dan atau perempuan yang berperilaku merokok.

Data penelitian diambil menggunakan skala kecenderungan kepribadian *neurosis* dan skala perilaku merokok. Jenis skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert dan skala Guttman. Dalam penelitian ini menggunakan skala Likert dengan 4 alternatif jawaban, yaitu “Sangat Tidak Setuju” (STS), “Tidak Setuju” (TS), “Setuju” (S), “Sangat Setuju” (SS). Pemberian skor dalam skoring didasarkan pada jenis pernyataan *favorable* atau *unfavorable*. Pada pernyataan *favorable* skor 4 diberikan untuk jawaban sangat setuju dan skor 1 diberikan untuk jawaban sangat tidak setuju (STS: 1, TS: 2, S: 3, SS: 4). Adapun untuk pernyataan *unfavorable* sebaliknya (STS: 4, TS: 3, S: 2, SS: 1). Skala Guttman penelitian ini menyediakan pilihan jawaban “Ya” dan “Tidak” dengan sistem penilaian Ya: 1, Tidak: 0.

Skala Likert digunakan untuk mengukur kecenderungan kepribadian *neurotisme*, sedangkan skala Guttman digunakan untuk mengukur perilaku merokok. Skala perilaku merokok mengacu berdasarkan aspek-aspek perilaku merokok menurut Aritonang (dalam Nasution, 2007), yaitu fungsi merokok, intensitas merokok, tempat merokok dan waktu merokok.

Skala kecenderungan kepribadian *neurotisme* disusun berdasarkan 6 aspek kepribadian *neurotis* memengacu pada alat ukur IPIP-NEO oleh Goldenberg 1992 yaitu *anxiety* (individu merasa takut, mudah khawatir, gugup dan tertekan), *angry* (individu merasa marah, frustrasi dan benci), *depression* (individu merasa bersalah, sedih, putus asa dan kesepian), *self-consciousness* (merasa inferior, sensitif, mudah terganggu masalah sosial), *impulsiveness* (ketidakmampuan individu mengontrol dorongan), dan *vulnerability* (tidak mampu mengatasi situasi sulit dan mudah panik).

Sebelum dilakukan penelitian, alat ukur harus diuji validitas dan reliabilitasnya agar menghasilkan data yang akurat. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan menggunakan program SPSS 17.0 terhadap 36 aitem skala perilaku merokok dengan kaidah *corrected item total correlation* > 0,3 menghasilkan aitem yang valid sebanyak 24 aitem dengan nilai koefisien reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,901. Skala kecenderungan neurotisme dengan jumlah 36 aitem diuji validitas dan reliabilitasnya menghasilkan aitem valid sebanyak 32 aitem dengan nilai koefisien reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,928.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS for Windows. Teknik korelasi *product moment* digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih.

## Hasil

Data hasil penelitian terlebih dahulu dilakukan uji pra-syarat berupa uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan, sebelum dianalisis menggunakan korelasi *product moment*. Hasil uji normalitas menggunakan SPSS 17.0 menunjukkan bahwa signifikansi data variabel perilaku merokok 0,052 ( $p > 0,05$ ) dan variabel kecenderungan kepribadian neurotisme memiliki signifikansi 0,947 ( $p > 0,05$ ) maka kedua data variabel di atas berdistribusi normal.

Uji linearitas variabel mensyaratkan nilai signifikansi  $p < 0,05$  agar data dikatakan linear. Berdasarkan hasil analisis uji linearitas nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) maka dapat diartikan bahwa data tersebut linear. Setelah uji prasayarat terpenuhi, data dianalisis menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* yang disajikan pada tabel berikut.

**Tabel 1**  
**Uji Korelasi Product Moment**  
**Correlations**

		Perilaku_Merokok	Kec.Kep. Neurotisme
Perilaku_Merokok	Pearson Correlation	1	.400**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	180	180
Kec.Kep. Neurotisme	Pearson Correlation	.400**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	180	180

Hasil analisis data menggunakan uji korelasi *product moment* diperoleh koefisien korelasi sebesar 0.400 dengan signifikansi  $p=0.000$  ( $p<0.05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecenderungan neurotisme dengan perilaku merokok. Nilai koefisien korelasi 0,400 menunjukkan sifat hubungan antar variabel adalah hubungan positif, artinya semakin tinggi skor kecenderungan kepribadian neurotisme maka akan semakin tinggi perilaku merokok. Nilai koefisien korelasi juga dapat menunjukkan besar sumbangan efektif variabel kecenderungan kepribadian neurotisme terhadap perilaku merokok dengan mengkuadratkan nilai koefisien korelasi yaitu 0.16, maka besarnya sumbangan efektif variabel sebesar 16%.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan positif antara kecenderungan kepribadian neurotisme dengan perilaku merokok. Ada hubungan positif berarti semakin tinggi skor kecenderungan kepribadian neurotisme seseorang maka semakin tinggi perilaku merokok orang tersebut, sebaliknya semakin rendah skor kecenderungan kepribadian neurotisme seseorang maka semakin rendah perilaku merokok orang tersebut.

Kepribadian neurotisme dapat diartikan sebagai kepribadian yang memiliki ciri-ciri mudah emosional, mudah cemas, depresi dan rentan terhadap gangguan stress (Costa & McCrae dalam Feist & Feist, 2009). Orang dengan kepribadian neurosis cenderung kurang tenang dalam menghadapi masalah sehingga bisa menjadi penyebab perilaku merokok.

Banyak alasan yang mendorong seseorang menjadi perokok, salah satunya adalah karena alasan untuk memperoleh ketenangan, memperoleh kesenangan dan kepuasan (Tomkins dalam Sarafino, 2002). Ini senada dengan penelitian Horn (dalam Parrott, 1999) yang menyatakan 80% perokok memutuskan merokok karena ingin memperoleh ketenangan dan kesenangan.

Dapat dijelaskan, penyebab orang merokok tidak hanya disebabkan oleh faktor lingkungan seperti orang tua, teman dan lingkungan tempat tinggal. Perilaku merokok dapat disebabkan oleh permasalahan-permasalahan yang sedang dihadapi oleh

seseorang. Orang dengan tipe kepribadian neurosis cenderung mudah cemas, tegang, mudah marah dan mudah stress serta depresi dalam menghadapi persoalan. Merokok dapat menjadi salah satu cara dalam mengurangi ketegangan yang dialami.

Penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya. Salah satunya penelitian Terracciano dan Costa (2004) yang menyatakan adanya hubungan antara dimensi kepribadian neurosis dalam teori big five dengan perilaku merokok pada dewasa awal di Amerika.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kecenderungan kepribadian neurotisme memberikan sumbangan efektif sebesar 16% terhadap perilaku merokok. Hal ini memberikan gambaran bahwa masih ada variabel lain yang mempengaruhi variabel perilaku merokok sebesar 84%. Variabel tersebut adalah pengaruh lingkungan seperti pengaruh teman, pengaruh lingkungan, faktor usia, jenis kelamin, lingkungan sosial, kelas sosial, budaya, Pendidikan dan pengaruh iklan (Mu'tadin, 2012; Nasution, 2007)

## Simpulan

Berdasarkan hasil analisis, disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecenderungan kepribadian neurotisme dengan perilaku merokok. Ada hubungan positif, artinya semakin tinggi nilai kecenderungan kepribadian neurotisme seseorang maka semakin tinggi perilaku merokok orang tersebut, sebaliknya semakin rendah nilai kecenderungan kepribadian neurotisme seseorang maka semakin rendah perilaku merokok seseorang.

Sumbangan efektif penelitian ini sebesar 16%. Dapat diartikan variabel kepribadian neurotisme hanya berpengaruh sebesar 16% terhadap perilaku merokok, 84% lainnya lebih banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal seperti orang tua, teman dan lingkungan sosial.

Berdasar pada hasil penelitian ini dapat penulis sarankan beberapa hal berikut:

1) Bagi individu yang merokok. Merokok memiliki dampak yang kurang baik terhadap kesehatan, baik bagi pelaku (perokok aktif), maupun bagi orang-orang disekitarnya yang ikut menghirup asap rokok (perokok pasif). Karena banyaknya dampak merokok bagi kesehatan, sebaiknya perokok dapat mengurangi atau berhenti merokok. Perokok aktif juga disarankan untuk tidak merokok di tempat umum, karena dapat mengganggu

kenyamanan bersama dan dapat mengakibatkan pencemaran udara. Untuk orang yang tidak merokok diharapkan tidak terpengaruh oleh perokok hingga mencoba mengkonsumsi rokok. 2) Bagi Individu yang memiliki skor tinggi kecenderungan kepribadian neurotisme. Individu dengan skor tinggi kecenderungan neurotisme yang sering mengalami perasaan atau emosi-emosi negatif disarankan untuk memilih alternatif lain yang lebih positif dalam menyikapi perasaan atau emosi negatif yang dialami, seperti mengikuti kegiatan kerohanian. 3) Disarankan juga bagi individu perokok untuk lebih meningkatkan dimensi kepribadian yang lebih positif dalam diri seperti dimensi openness (keterbukaan diri, kreatifitas, dan eksploratif) dengan cara lebih terbuka dengan orang lain jika mengalami masalah, mengikuti kegiatan seni/kerajinan. Bisa juga meningkatkan dimensi kepribadian extraversion (hubungan interaksi dengan orang lain) dengan cara mengikuti kegiatan kelompok seperti komunitas, atau kelompok tertentu yang berkegiatan positif. Individu juga dapat meningkatkan dimensi kepribadian agreeableness (kecenderungan untuk membantu dan bersikap baik) dengan mengikuti kegiatan kemanusiaan seperti palang merah dan sebagainya. 4) Berkaitan dengan kecilnya sumbangsih variabel kecenderungan kepribadian neurotisme, peneliti lain disarankan untuk memilih variabel yang lain dengan harapan variabel yang dipilih memiliki sumbangsih besar pada perilaku merok.

## Referensi

- Amelia, A. (2009). *Gambaran Perilaku Merokok pada Remaja Laki-laki*. Jurnal Psikologi. Medan: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Anggriana, T.M. (2011). Hubungan antara Trait Kepribadian Big Five dengan Perilaku Merokok. *Jurnal Psikologi*. Madiun: Fakultas Psikologi IKIP PGRI Madiun.
- Atkinson, R.L. (1991). *Pengantar Psikologi (Terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.
- Deasy; Kartasamita, S. (2007). Hubungan antara Kepribadian (Big Five) dan Perilaku Merokok pada Dewasa Muda. *Jurnal Psikologi*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara. Jurnal Phronesis. Vol. 3 No. 4.
- Feist, J.G. (2009). *Theories of Personality, Seventh Edition*. New York: The McGraw-Hill Companies
- Joseph, J.A. (2011). *Merokok*. Diakses tanggal 30 Maret 2017 dari <http://perempuanmanies.wordpress.com/2011/04/14/merokok/html>
- Mu'tadin, Z. (2002). *Remaja dan Rokok*. Diakses pada tanggal 1 April 2017 dari <http://www.e-psikologi.com/remaja.050602.html>.
- Nasution, I.K. (2007). *Perilaku Merokok pada Remaja*. Skripsi. Meda: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara

- Parrot, A. (2004). *Does Cigarette Smoking Cause Stress?* Journal of Clinician Psychology, USA
- Sari, A. (2003). *Empati dan Perilaku Merokok di Tempat Umum*. Jurnal Psikologi. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia.
- Sarafino, E.P. (2002). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction Fifth Edition*. New York: Willey
- Sitepoe, M. (2000). *Kekhususan Rokok Indonesia*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.