

## Upaya berhenti merokok pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 2014 = Efforts to stop smoking on University Students Syarif Hidayatullah State Islamic Jakarta 2014

Dela Aristi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20403802&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Perokok harus berhenti merokok agar dapat terhindar dari dampak negatif rokok. Berhenti merokok adalah suatu proses yang telah dilakukan beberapa kali sebelum akhirnya perokok tersebut berhasil. Penelitian kualitatif dengan desain Rapid Assesment Procedures ini bertujuan untuk memperoleh informasi mendalam tentang upaya berhenti merokok pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2014. Informan terdiri dari mahasiswa yang sudah pernah berupaya berhenti merokok serta informan kunci yaitu ahli berhenti merokok dan psikolog. Hasil penelitian menunjukkan upaya berhenti merokok mahasiswa diawali dengan beragam motivasi, dilanjutkan dengan berbagai macam proses, yang paling sering adalah mengurangi jumlah rokok yang dikonsumsi dan mengganti kebiasaan merokok dengan hal lain (minum jus, permen, camilan). Hal-hal yang berperan dalam upaya berhenti merokok mahasiswa dalam penelitian ini adalah persepsi terhadap bahaya akibat merokok, informasi bahaya rokok dan peringatan bahaya rokok pada kemasan rokok tapi tidak terlalu besar, dukungan orang-orang terdekat dan niat. Diperlukan kebijakan dan program yang bisa membantu mahasiswa perokok untuk berhenti merokok.

<hr>

Smokers should quit smoking in order to avoid the negative effects of smoking. Quitting smoking is a process that has been done several times before finally smoker is successful. Qualitative research with Rapid Assessment Procedures design aims to obtain in-depth information about quitting smoking in students UIN Syarif Hidayatullah Jakarta in 2014. Informants consisted of students who had never attempted to quit smoking as well as key informants namely smoking cessation experts and psychologists. The results showed smoking cessation student begins with diverse motivations, followed by various processes, which most often is to reduce the number of cigarettes consumed and replace smoking with other things (drinking juice, candy, snack). The things that play a role in smoking cessation efforts of students in this research is the perception of the dangers of smoking, the dangers of smoking information and warning of the dangers of smoking on cigarette packaging but not too large, the support of those closest and intentions. Necessary policies and programs that can help the student smokers to quit smoking.