Counseling & Humanities Review
Vol. 6, No. 1 2026, pp. 191-198
p-ISSN: 2798-3188, e-ISSN: 2798-0316 | | http://bk.ppj.unp.ac.id/index.php/chr
DOI: https://doi.org/10.24036/0001427chr2026

Received (Jul 27th 2026); Accepted (Aug 21st 2026); Published (Aug 27th 2026)

Mahasiswi dan rokok: tren sikap positif yang mengejutkan

Dzi Ulya Fadhila[1*)], Rezki Hariko, Nurfarhanah, Azmatul Khairiah Sari
Universitas Negeri Padang , Indonesia
*Corresponding author, e-mail: hariko.r@fip.unp.ac.id

Abstrak
Perilaku merokok pada perempuan menjadi perhatian ketika ditemukan mahasiswi perokok merupakan calon pendidik. Calon pendidik diharapkan menjadi panutan bagi peserta didik di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok secara umum berdasarkan aspek kognisi, afeksi, dan konasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi penelitian adalah mahasiswi aktif jurusan kependidikan Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Padang sebanyak 2.667 orang. Sampel penelitian berjumlah 340 orang dengan penarikan sampel menggunakan *propotional random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala sikap terhadap perilaku merokok. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji t satu sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa; (1) sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok secara umum berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase capaian skor sebesar 54,71%. (2) Sikap kognisi berada pada kategori tinggi dengan mean 55,66, sikap afeksi berada pada kategori tinggi dengan mean 54,87, dan sikap konasi berada pada kategori tinggi dengan mean 51,21. (3) Hasil uji t satu sampel menunjukkan bahwa sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok secara umum maupun pada aspek kognisi, afeksi, dan konasi berbeda secara signifikan dari mean hipotetik. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun perilaku merokok masih ditemukan pada sebagian mahasiswi, secara umum mahasiswi memiliki sikap yang cenderung menolak dan tidak mendukung perilaku merokok. Sikap positif dalam penelitian ini dimaknai sebagai kecenderungan terhadap penolakan perilaku merokok, bukan sebagai dukungan terhadap perilaku tersebut. Hasil penelitian dapat menjadi dasar bagi penguatan layanan bimbingan dan konseling serta edukasi mengenai perilaku merokok pada calon pendidik.

Keywords: Sikap. Perilaku Merokok. Mahasiswi

This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by author.

Pendahuluan

Perilaku merokok masih menjadi tantangan utama dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat di berbagai negara, termasuk Indonesia. Dampak yang ditimbulkan tidak hanya dirasakan oleh perokok aktif, tetapi juga oleh perokok pasif melalui paparan asap rokok yang meningkatkan risiko berbagai penyakit kronis. Menurut (Soetjiningsih, 2010) merokok merupakan sebuah kebiasaan yang dapat memberikan kenikmatan bagi perokok, namun juga menimbulkan dampak buruk bagi diri sendiri maupun orang-orang di sekitarnya. Kebiasaan merokok tidak hanya berdampak buruk bagi perokok aktif, tetapi juga membahayakan perokok pasif dan lingkungan sekitarnya (Aulianti et al., 2024). Rokok mengandung lebih dari 4.000 senyawa kimia, sekitar 400 di antaranya bersifat beracun dan sedikitnya 43 senyawa bersifat karsinogenik yang dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit kronis, seperti penyakit jantung, gangguan pernapasan, dan kanker (Permatasari, Rika & Tan, 2021).

Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi penggunaan tembakau yang tinggi. Berdasarkan *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) Indonesia 2021(National Institute for Health Research and Development, 2021), sebanyak 34,5% penduduk berusia 15 tahun ke atas menggunakan tembakau, atau

Counseling & Humanities Review
Vol. 6, No. 1 2026, pp. 191-198

sekitar 70,2 juta orang. Penggunaan tembakau didominasi oleh laki-laki sebesar 65,5%, sedangkan pada perempuan sebesar 3,3%. Secara khusus, prevalensi merokok tembakau mencapai 33,5%, dengan prevalensi pada laki-laki sebesar 64,7% dan perempuan sebesar 2,3%. Pada kelompok usia 15–24 tahun, prevalensi merokok mencapai 27,9%, terdiri atas 53,6% laki-laki dan 1,6% perempuan. Meskipun prevalensi merokok perempuan lebih rendah dibandingkan laki-laki, keberadaan perempuan yang merokok tetap menjadi perhatian karena kelompok perempuan usia muda, termasuk mahasiswi, berada pada fase perkembangan yang berkaitan dengan pembentukan sikap dan perilaku. Oleh karena itu, sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok penting untuk dikaji, khususnya pada mahasiswi jurusan kependidikan yang dipersiapkan sebagai calon pendidik.

Badan Pusat Statistik (BPS) menyediakan data mengenai persentase penduduk usia 15 tahun ke atas yang merokok dalam sebulan terakhir menurut wilayah dan kelompok umur. Di Provinsi Sumatera Barat, data BPS tahun 2022 menunjukkan bahwa persentase penduduk usia 15 tahun ke atas yang merokok dalam sebulan terakhir mencapai sekitar 30,27%, sedangkan pada tahun 2023 tercatat sekitar 30,24% (Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat, 2022). Meskipun mengalami sedikit penurunan, angka tersebut menunjukkan bahwa perilaku merokok masih ditemukan pada penduduk usia 15 tahun ke atas, termasuk kelompok usia muda (Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat, 2023).

Peningkatan perilaku merokok pada perempuan menjadi perhatian karena perempuan memiliki risiko kesehatan yang lebih besar dibandingkan laki-laki. Kebiasaan merokok pada perempuan berkaitan dengan meningkatnya risiko penyakit jantung, kanker paru-paru, kanker payudara, gangguan sistem reproduksi, penurunan kesuburan, komplikasi kehamilan, hingga gangguan perkembangan janin (Kurniafitri & Devi, 2015). Selain itu, data *Global Burden of Cancer Study* menunjukkan bahwa kebiasaan merokok merupakan salah satu faktor risiko utama berbagai jenis kanker yang banyak dialami perempuan di Indonesia.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perilaku merokok dipengaruhi oleh faktor psikologis, sosial, dan lingkungan. Pengaruh teman sebaya, keluarga, gaya hidup, serta persepsi individu terhadap rokok merupakan faktor yang berkontribusi terhadap munculnya perilaku merokok pada perempuan (Sulastri et al., 2021). Seiring perubahan sosial, merokok pada perempuan yang dahulu dianggap sebagai perilaku menyimpang kini semakin diterima dalam sebagian kelompok masyarakat dan bahkan dipandang sebagai bagian dari gaya hidup modern (Adam et al., 2018).

Dalam konteks mahasiswa, khususnya mahasiswi, fenomena perilaku merokok menarik untuk dikaji karena mahasiswa merupakan kelompok terdidik yang diharapkan memiliki pengetahuan mengenai dampak negatif merokok. Namun, pengetahuan mengenai bahaya rokok tidak selalu tercermin secara langsung dalam sikap dan perilaku terhadap merokok. Penelitian Kendrich dan Sinaga (2023) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden memiliki pengetahuan mengenai tembakau dan sikap yang positif terhadap penghindaran merokok, perilaku merokok masih ditemukan pada 16% responden. Hasil penelitian tersebut juga menunjukkan adanya hubungan antara status merokok dengan sikap terhadap penghindaran merokok (Kendrich & Sinaga, 2023).

Penelitian (Ambarwati et al., 2025) pada mahasiswa kesehatan masyarakat Universitas Sriwijaya menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap berkaitan dengan perilaku merokok pasif, dengan sikap memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku tersebut. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan tentang bahaya rokok perlu dilihat bersama dengan aspek sikap, karena pemahaman mengenai dampak negatif rokok tidak selalu secara langsung menentukan bagaimana seseorang menyikapi perilaku merokok. Oleh karena itu, sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok penting untuk dikaji, khususnya pada mahasiswi jurusan kependidikan yang dipersiapkan sebagai calon pendidik.

Menurut (Azwar, 2013) sikap merupakan kecenderungan individu untuk memberikan respons positif atau negatif terhadap suatu objek berdasarkan aspek kognisi, afeksi, dan konasi. Oleh karena itu, sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok menjadi aspek penting untuk dipahami karena dapat mempengaruhi penerimaan maupun kecenderungan seseorang terhadap perilaku tersebut. Sikap yang dimiliki individu menjadi dasar

dalam menentukan kecenderungan perilaku yang akan ditampilkan. Dalam konteks bimbingan dan konseling, pemahaman terhadap sikap peserta didik maupun mahasiswa sangat penting karena menjadi landasan dalam penyusunan layanan yang tepat sasaran. Oleh sebab itu, identifikasi sikap terhadap suatu perilaku, termasuk perilaku merokok, merupakan langkah awal dalam merancang intervensi konseling yang efektif (Hariko, 2018).

Fenomena tersebut menjadi semakin penting untuk diteliti karena sebagian mahasiswi yang merokok merupakan calon pendidik. Sebagai calon tenaga pendidik, mereka diharapkan mampu menjadi teladan dalam menerapkan perilaku hidup sehat kepada peserta didik dan masyarakat. Kondisi ini menimbulkan pertanyaan mengenai bagaimana sebenarnya sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok, baik dari aspek pengetahuan, perasaan, maupun kecenderungan perilakunya. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok berdasarkan aspek kognitif, afektif, dan konatif sebagai dasar penyusunan program layanan bimbingan dan konseling yang relevan.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif yaitu menggambarkan atau mendeskripsikan fenomena yang ada. Pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian yang mengunakan proses data-data yang berupa angka sebagai alat menganalisis dan melakukan kajian penelitian, terutama mengenai apa yang sudah diteliti (sugiyono, 2012). Yang bertujuan untuk mendeskripsikan serta menganalisis sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok. Populasi penelitian berjumlah 2.667 mahasiswi aktif jurusan kependidikan Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Padang. Sampel sebanyak 340 responden ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% dan dipilih melalui teknik *proportional random sampling*.

Data dikumpulkan menggunakan angket skala sikap terhadap perilaku merokok dengan lima pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Cukup Sesuai (CS), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Instrumen disusun berdasarkan teori sikap Azwar (2013) yang mencakup tiga aspek, yaitu kognisi, afeksi, dan konasi, dengan pernyataan favorable dan unfavorable. Sebelum digunakan, instrumen telah melalui uji validitas, dan uji reliabilitas.

Uji validitas instrumen dilakukan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment.* Pengambilan keputusan dapat dilihat dari *Pearson Corelation* instrumen dengan membandingkan *rhitung* dan *rtabel* pada n=30 dengan signifikansi 0,05 adalah 0,361. Jika *rhitung* >0,361 maka item pernyataan dikatakan valid dan jika *rhitung* >0,361 maka dikatakan tidak valid. Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan, butir pernyataan dinyatakan valid apabila nilai r hitung > r tabel**.** Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh butir pernyataan memiliki nilai r hitung lebih besar daripada r tabel sebesar 0,361. Dengan demikian, 41 butir pernyataan yang diuji dinyatakan valid dan dapat digunakan dalam instrumen penelitian. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif berupa skor rata-rata, persentase, dan kategori untuk menggambarkan sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok secara umum maupun berdasarkan setiap aspek.

Uji reliabilitas instrumen dilakukan menggunakan metode *Cronbach's Alpha*. Suatu instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai *Cronbach's Alpha* > 0,70. Berdasarkan *Case Processing Summary*, sebanyak 295 responden dapat dianalisis secara keseluruhan atau sebesar 100%, dan tidak terdapat data yang dikeluarkan dari analisis. Pengujian reliabilitas dilakukan terhadap 41 butir pernyataan yang terdiri atas 14 item sikap kognitif, 14 item sikap afektif, dan 13 item sikap konatif. Item Q25R sampai dengan Q41R telah menggunakan skor hasil pembalikan (*reverse scoring*) sebelum dilakukan analisis reliabilitas.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,961 untuk keseluruhan 41 butir pernyataan. Nilai tersebut lebih besar daripada 0,70, sehingga seluruh butir pernyataan dinyatakan reliabel. Nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,961 menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang sangat baik dalam mengukur sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok. Dengan demikian, 41 butir pernyataan yang telah dinyatakan valid dan reliabel dapat digunakan dalam pengumpulan data penelitian. Data selanjutnya dianalisis menggunakan statistik deskriptif berupa skor rata-rata, persentase, dan kategori untuk

Counseling & Humanities Review
Vol. 6, No. 1 2026, pp. 191-198

menggambarkan sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok secara keseluruhan maupun berdasarkan setiap aspek, yaitu kognisi, afeksi, dan konasi.

Untuk mendukung apakah setiap butir pertanyaan mampu mengukur sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok dengan tepat dan untuk menguji apakah rata-rata skor sikap responden berbeda secara signifikan dari nilai pembanding dilakukan uji t menggunakan One Sample t-test sebagai berikut:

Tabel 1. Dasar Penentuan r Tabel Uji Validitas Instrumen

No	Komponen	Perhitungan	Hasil	Keterangan
1	Jumlah responden (N)	-	340	Jumlah data/responden penelitian
2	Derajat bebas (df)	N - 2 = 340 - 2	338	Digunakan untuk menentukan t tabel
3	Taraf signifikansi	α = 0,05; dua arah	0,05	Standar pengujian validitas
4	t tabel	t(0,975; 338)	1,967	Nilai t pada uji dua arah
5	r tabel	$r = t / \sqrt{(t^2 + df)}$	0,106	Acuan pembanding r hitung
6	Kriteria keputusan	r hitung > r tabel atau Sig. < 0,05	Valid	Item dinyatakan valid apabila memenuhi kriteria

Berdasarkan Tabel 1, uji validitas instrumen menggunakan jumlah responden sebanyak 340 orang sehingga derajat bebas yang digunakan adalah 338. Pada taraf signifikansi 0,05 dengan uji dua arah, diperoleh t tabel sebesar 1,967 dan r tabel sebesar 0,106. Dengan demikian, item pernyataan dinyatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar dari 0,106 atau nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05. Dalam uji validitas Pearson Product Moment, nilai yang dijadikan pembanding utama adalah r tabel, sedangkan t tabel digunakan sebagai dasar konversi atau penentuan nilai r tabel.

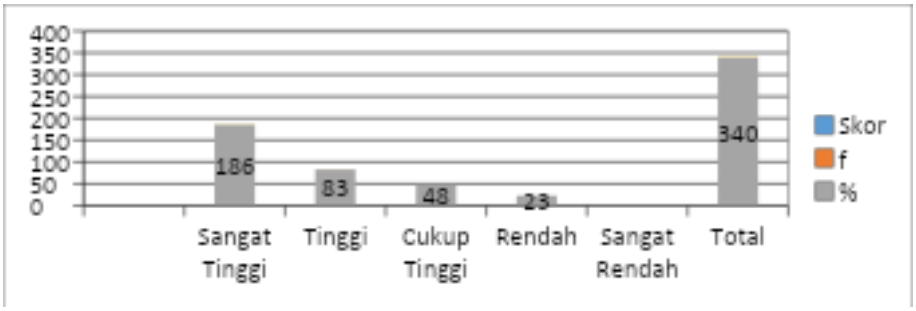
Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 340 mahasiswi jurusan kependidikan di Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Padang sebagai responden. Berdasarkan status merokok, sebanyak 110 responden (32,35%) merupakan perokok, sedangkan 230 responden (67,65%) merupakan bukan perokok. Hasil penelitian sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok secara umum diperoleh dari hasil pengolahan skor keseluruhan responden pada skala sikap terhadap perilaku merokok. Skala ini terdiri atas 41 butir pernyataan dengan lima alternatif jawaban, yaitu Sangat Rendah, Rendah, Cukup Tinggi, Tinggi, dan Sangat Tinggi. Skor yang diperoleh responden kemudian dijumlahkan untuk mendapatkan skor total sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok secara umum.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skor Sikap Mahasiswi terhadap Perilaku Merokok secara Umum (n= 340)

Kriteria	Skor		f	%
	Interval	(%)		
Sangat Tinggi	173–205	≥85	186	54,71%
Tinggi	140–172	69–84	83	24,41%
Cukup Tinggi	107–139	53–68	48	14,12%
Rendah	74–106	36–52	23	6,76%
Sangat Rendah	41–73	≤35	0	0,00%
	Total		340	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat dijelaskan bahwa skor capaian tertinggi responden berada pada kategori sangat tinggi, yaitu sebanyak 186 responden dengan persentase 54,71%. Selanjutnya, sebanyak 83 responden atau 24,41% berada pada kategori tinggi, 48 responden atau 14,12% berada pada kategori cukup tinggi, dan 23 responden atau 6,76% berada pada kategori rendah. Sementara itu, tidak terdapat responden yang berada pada kategori sangat rendah.



Gambar 1. Diagram Frekuensi Skor Sikap Mahasiswi terhadap Perilaku Merokok secara Umum

Untuk memperjelas hasil penelitian secara umum, berikut disajikan hasil statistik deskriptif skor sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok berdasarkan aspek kognisi, afeksi, dan konasi.

Tabel 3. Gambaran Sikap Mahasiswi terhadap Perilaku Merokok Berdasarkan Sub Variabel (n = 340)

No	Sub Variabel	Skor Ideal	Max	Mn	Total	Mean	% Mean	SD	Katerangan
1	Kognisi	70	67	29	18.926	55,66	79,52%	9,81	Tinggi
2	Afeksi	70	67	27	18.657	54,87	78,39%	9,07	Tinggi
3	Konasi	65	61	24	17.413	51,21	78,79%	8,73	Tinggi
	Keseluruhan	205	188	90	54.996	161,75	78,90%	26,66	Tinggi

Berdasarkan Tabel 3, sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok diukur melalui 41 butir pernyataan yang terdiri dari tiga sub variabel, yaitu sikap kognisi sebanyak 14 item, sikap afeksi sebanyak 14 item, dan sikap konasi sebanyak 13 item. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 340 mahasiswi. Skor ideal tertinggi secara keseluruhan adalah 205, dengan skor tertinggi empiris sebesar 188 dan skor terendah empiris sebesar 90. Total skor empiris keseluruhan yang diperoleh adalah 54.996.

Berdasarkan tabel di atas, hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok secara umum berada pada kategori sangat tinggi. Tingginya capaian sikap menunjukkan bahwa mahasiswi memiliki kecenderungan yang kuat untuk menolak dan tidak mendukung perilaku merokok, yang tercermin dalam upaya menghindari perilaku merokok. Kondisi tersebut diduga dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain faktor budaya, agama, kesehatan, dan psikologis.

Sebagian besar responden telah memiliki pemahaman mengenai dampak negatif perilaku merokok terhadap kesehatan, lingkungan sosial, dan citra diri sebagai calon pendidik. Selain itu, tingginya sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok juga diduga dipengaruhi oleh karakteristik responden yang didominasi oleh mahasiswi yang tidak merokok. Responden yang tidak merokok cenderung lebih mudah menunjukkan sikap penolakan terhadap perilaku merokok karena perilaku tersebut bukan merupakan bagian dari kebiasaan mereka. Meskipun secara umum sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok berada pada kategori sangat tinggi, masih terdapat sejumlah responden yang memperoleh skor pada kategori yang lebih rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswi memiliki tingkat pengetahuan, penilaian emosional, maupun kecenderungan perilaku yang sama terhadap perilaku merokok.

Pada sub variabel sikap kognisi, diperoleh skor ideal sebesar 70, skor maksimum 67, skor minimum 29, total skor 18.926, nilai mean 55,66, persentase mean 79,52%, dan standar deviasi 9,81. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sikap kognisi mahasiswi terhadap perilaku merokok berada pada kategori tinggi. Artinya, secara pengetahuan, pandangan, dan pemahaman, mahasiswi memiliki sikap yang baik terhadap perilaku merokok. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswi memahami bahwa merokok dapat membahayakan kesehatan, asap rokok berdampak negatif bagi perokok pasif, serta kebiasaan merokok dapat memengaruhi citra diri dan keteladanan sebagai calon pendidik.

Counseling & Humanities Review
Vol. 6, No. 1 2026, pp. 191-198

Pada sub variabel sikap afeksi, diperoleh skor ideal sebesar 70, skor maksimum 67, skor minimum 27, total skor 18.657, nilai mean 54,87, persentase mean 78,39%, dan standar deviasi 9,07. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sikap afeksi mahasiswi terhadap perilaku merokok berada pada kategori tinggi. Hal ini berarti bahwa secara perasaan atau emosional, mahasiswi menunjukkan sikap yang baik dalam merespons perilaku merokok. Temuan ini menunjukkan bahwa secara emosional mahasiswi memiliki perasaan yang cenderung menolak, merasa tidak nyaman, khawatir, maupun kecewa terhadap perilaku merokok.

Pada sub variabel sikap konasi, diperoleh skor ideal sebesar 65, skor maksimum 61, skor minimum 24, total skor 17.413, nilai mean 51,21, persentase mean 78,79%, dan standar deviasi 8,73. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sikap konasi mahasiswi terhadap perilaku merokok berada pada kategori tinggi. Artinya, mahasiswi memiliki kecenderungan tindakan yang baik dalam menyikapi perilaku merokok, seperti menghindari perilaku merokok, menjauhi lingkungan penuh asap rokok, atau mendukung perilaku hidup sehat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap mahasiswi terhadap perilaku merokok secara umum berada pada kategori sangat tinggi. Sikap positif yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan kecenderungan mahasiswi untuk menolak perilaku merokok, bukan menunjukkan dukungan terhadap perilaku tersebut. Sikap merupakan salah satu indikator yang berperan terhadap perilaku, sehingga sikap terhadap suatu perilaku dapat menjadi salah satu aspek yang perlu diperhatikan dalam memahami kecenderungan seseorang terhadap perilaku tersebut (Putri et al., 2025). Temuan ini menjadi penting karena responden penelitian merupakan mahasiswi pada bidang kependidikan yang dipersiapkan sebagai calon pendidik. Nurfarhanah (2021) menunjukkan bahwa pengembangan karakter mahasiswa perlu diwujudkan dalam perilaku berkarakter yang berkelanjutan**.** Hal ini relevan bagi mahasiswa bidang kependidikan yang dipersiapkan untuk menjalankan peran sebagai calon pendidik. Dengan demikian, sikap mahasiswa terhadap perilaku yang berisiko, termasuk perilaku merokok, perlu mendapat perhatian sebagai bagian dari pembentukan karakter dan kesiapan mahasiswa dalam menjalankan peran sebagai calon pendidik.

Temuan penelitian ini memberikan implikasi bagi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di Perguruan Tinggi. Hasil penelitian dapat dijadikan dasar dalam dalam penyusunan program layanan untuk mempertahankan sekaligus memperkuat sikap positif mahasiswi terhadap perilaku hidup sehat. Hal tersebut sejalan dengan (Sari et al., 2021) yang menyatakan bahwa layanan bimbingan dan konseling berperan dalam membantu individu mengembangkan potensi diri secara optimal.

Layanan bimbingan dan konseling diperlukan untuk mempertahankan sikap positif yang telah terbentuk, memperkuat aspek sikap yang relatif lebih rendah, serta memberikan bantuan kepada mahasiswi yang masih menunjukkan sikap kurang positif terhadap perilaku merokok. Menurut (Hariko, 2017), konseling merupakan hubungan profesional antara konselor dan konseli yang bertujuan membantu individu memahami diri serta mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapinya. Selanjutnya (Hariko, 2018) menegaskan bahwa konseling merupakan inti dari penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling sehingga pelaksanaannya menjadi sangat penting dalam membantu peserta didik maupun mahasiswa menghadapi berbagai permasalahan. Pelaksanaan konseling yang efektif diharapkan mampu membantu individu menjadi lebih mandiri dalam mengambil keputusan serta mengembangkan perilaku yang lebih sehat (Hariko, 2018). Sejalan dengan itu, (Narti et al., 2023) menyatakan bahwa konseling memiliki peranan penting dalam membantu individu mengentaskan permasalahan yang dihadapi sehingga mampu berkembang secara mandiri dan melaksanakan tugas perkembangannya secara optimal.

Keberhasilan layanan konseling tidak hanya ditentukan oleh teknik yang digunakan, tetapi juga oleh kualitas hubungan antara konselor dan konseli. Dalam memberikan layanan kepada mahasiswi yang memiliki perilaku merokok, konselor perlu menunjukkan sikap empati agar tercipta hubungan yang positif sehingga konseli lebih terbuka dalam menerima bantuan. Hal tersebut sejalan dengan (Narti et al., 2023) yang menegaskan bahwa layanan bimbingan dan konseling akan lebih efektif apabila dilaksanakan dengan sikap empati konselor, karena empati membantu konseli merasa diterima, dipahami, serta lebih terbuka dalam mengeksplorasi permasalahan dan mengembangkan perilaku yang lebih adaptif.

Sebagai calon pendidik, mahasiswi tidak hanya dituntut memiliki pengetahuan mengenai bahaya merokok, tetapi juga diharapkan mampu menjadi teladan dalam menerapkan perilaku hidup sehat di lingkungan pendidikan. Sikap positif terhadap perilaku merokok menjadi modal penting dalam membangun kredibilitas dan memberikan pendidikan kesehatan kepada peserta didik di masa depan. Oleh karena itu, penguatan sikap terhadap perilaku tidak merokok melalui layanan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan individu mahasiswa, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan karakter profesional calon guru yang mampu menjadi role model bagi peserta didik dan masyarakat.

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa sikap mahasiswi jurusan kependidikan di Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Padang terhadap perilaku merokok secara umum berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswi memiliki sikap yang cenderung menolak dan tidak mendukung perilaku merokok. Sikap tersebut tercermin dari tiga aspek, yaitu kognisi, afeksi, dan konasi yang berada pada kategori tinggi. Pada aspek kognisi, mahasiswi memiliki pengetahuan, pandangan, dan pemahaman yang baik mengenai perilaku merokok serta dampaknya. Pada aspek afeksi, mahasiswi menunjukkan perasaan dan respons emosional yang cenderung tidak mendukung perilaku merokok. Sementara itu, pada aspek konasi, mahasiswi memiliki kecenderungan untuk menghindari atau tidak terlibat dalam perilaku merokok, termasuk menjauhi lingkungan yang terpapar asap rokok dan mendukung perilaku hidup sehat. Dengan demikian, tingginya sikap positif dalam penelitian ini menunjukkan kuatnya kecenderungan penolakan terhadap perilaku merokok, bukan menunjukkan bahwa mahasiswi mendukung atau melakukan perilaku merokok.

Referensi

Adam, A., Munadhir, & Randa Patasik, J. (2018). Perilaku Merokok Pada Kaum Perempuan (Studi Kualitatif di Masyarakat Desa Wondiboi, Kabupaten Teluk Wondama, Papua Barat). *Jurnal Berkala Kesehatan*, *4*(1), 30–39. https://doi.org/10.20527/jbk.v4i1.5667

Ambarwati, D., Novitasari, P. D., & Jasmine, A. B. (2025). The Correlation of Knowledge and Attitudes to Passive Smoking Behavior among Public Health Students of Sriwijaya University , Indonesia. *Journal of Health Promotion and Behavior*, *10*, 328–335.

A. Muri Yusuf. 2014. *"Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan"*. Jakarta : prenadamedia group.

Aulianti, D., Yunita, S., Daeli, D., & Nadira, F. (2024). Kesadaran Mahasiswa sebagai Warga Negara dalam Memahami Hak dan Tanggungjawab Sosial terhadap Penggunaan Bahan Kimia Berbahaya pada Rokok. *GARUDA: Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Dan Filsafat*, *2*(4), 22–31.

Azwar, S. (2013). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya* ((Edisi ke-). Pustaka Pelajar.

Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat. (2022). *Persentase penduduk usia 15 tahun ke atas yang merokok dalam sebulan terakhir menurut kabupaten/kota dan kelompok umur di Provinsi Sumatera Barat, 2022*. Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat.

Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat. (2023). *Persentase penduduk usia 15 tahun ke atas yang merokok dalam sebulan terakhir menurut kabupaten/kota dan kelompok umur di Provinsi Sumatera Barat, 2023*. Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat.

Handayani, A., & Ajie, G. R. Analisis Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja Perempuan. *Pendar Cahaya: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* Vol. 1, No. 2.

Hariko, R. (2017). Landasan Filosofis Keterampilan Komunikasi Konseling. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, *2*(2), 41–49.

Hariko, R. (2018). Are high school students motivated to attend counseling ? *COUNS-EDU ? The International Journal of Counseling and Education Vol.3,The International Journal of Counseling and Education*, *3*(1), 14–21.

Counseling & Humanities Review
Vol. 6, No. 1 2026, pp. 191-198

Kendrich, I., & Sinaga, B. Y. M. (2023). Knowledge, Attitude, And Behavior Toward Smoking Among Medical Students In Universitas Sumatera Utara. *The IndonesianJournal of Public Health*, *18*(1), 1–10. https://doi.org/10.20473/ijph.vl18i1.2023.1-10

Komalasari, D dan Helmi, A.F. (2010). Faktor-faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada.* Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Press.

Kurniafitri, & Devi. (2015). Perilaku Merokok Pada Perempuan Di Perkotaan (Studi Kasus Mahasiswi Di Kota Pekanbaru) Oleh. *10M FISIP UR*, *2*(2).

Kusuma, D., et al. (2022). Dampak Konsumsi Nikotin terhadap Kesehatan Mahasiswa. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 15(2), 45-58.

Narti, Z., Hariko, R., & Karneli, Y. (2023). Penerapan Sikap Empati Konselor dalam Proses Konseling. *Jambura Guidance and Counseling Journal*, *4*(1), 17–24.

National Institute for Health Research and Development, M. of H. (2021). *Global Adult Tobacco Survey 2021*.

Nurfarhanah. (2021). *Model konseling Real-Life Story (RELIST) untuk mengembangkan karakter mahasiswa*. Universitas Negeri Padang.

Permatasari, Rika & Tan, W. (2021). Tındakan Hukum Terhadap Pedagang Dan Pengusaha Yang Menjual Rokok Kepada Anak Di Kota Batam , Indonesıa. *Conference on Management, Business, Innovation, Education and Social Science*, *1*(1), 376–385.

Putri, V. R., Hariko, R., Nirwana, H., & Sano, A. (2025). Gambaran Sikap terhadap Self-Injury pada Siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *8*(2), 35323–35329.

Sari, azmatul kahiriah, S, N., Ahmad, R., & Syukur, Y. (2021). Urgensi kerjasama personil bimbingan konseling di sekolah. *Teraputik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *5*(1), 30–39. https://doi.org/10.26539/teraputik.51603

Soetjiningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto.

Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D.* Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian kuantitatif, Kualitatif dan R&D.* Alfabeta.

Sulastri, Handayani, A., & Ajie, G. R. (2021). Analisis Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja Perempuan. *Pendar Cahaya: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, *1*(2).