



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 13349-13357

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Kontrol Diri dan *Risk Taking Behavior* pada Remaja Perokok

Hasna Nabila Amilina^{1✉}, Riza Noviana Khoirunnisa²

Universitas Negeri Surabaya

Email: hasna.20046@mhs.unesa.ac.id^{1✉}

Abstrak

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan *risk taking behavior* pada remaja perokok. Penelitian ini dipilih karena peneliti menemukan fenomena dimana remaja memiliki kecenderungan untuk mencoba hal yang lebih menantang dan berisiko dibandingkan dengan perilaku merokoknya. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis *korelasi product moment*. Jumlah sampel yang digunakan yaitu 100 partisipan. Hasil penelitian yaitu terdapat hubungan yang berarah negatif antara kontrol diri dengan *risk taking behavior* pada remaja perokok dengan koefisien korelasi sebesar $-0,330$. Nilai koefisien korelasi ini dapat dimaknai bahwa tingkat hubungan yang dimiliki antara kedua variabel berada pada tingkat sedang. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi *risk taking behavior* pada remaja perokok, begitu pula sebaliknya. Semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi *risk taking behavior* pada remaja perokok.

Kata Kunci: *Kontrol Diri, Risk Taking Behavior*

Abstract

This research was conducted with the aim to investigate the relationship between self-control and risk taking behavior in adolescent smokers. This study was chosen because there was a phenomenon in which adolescents have a tendency to try things that are more challenging and risky than their smoking behavior. This research was done using a quantitative method with product moment correlation analysis techniques. This study used a 100 adolescent smokers sample. The result of this study found a negative relationship between self-control and risk taking behavior in adolescent smokers with correlation coefficient of $-0,330$. This correlation coefficient means the relationship level between these two variables is at a medium level. It can be concluded that the higher self-control, the lower risk taking behavior in adolescent smokers. Also, the lower self-control, the higher risk taking behavior in adolescent smokers.

Keywords: *Risk Taking Behavior, Self Control*

PENDAHULUAN

Rokok merupakan produk tembakau dengan bentuk gulungan yang cara penggunaannya dengan dibakar lalu dihisap dan dihirup asapnya. Rokok termasuk kedalam zat adiktif yang mengandung 7000 bahan kimia dengan 250 kandungan yang berbahaya dan 70 diantaranya bersifat karsinogenik (Tim Promkes RSST, 2022a; 2022b). Data yang ditemukan BPS (2023) menunjukkan bahwa 28,62% perokok di Indonesia berusia 15 tahun ke atas dan 3,65% yang berusia 10-18 tahun. Studi pendahuluan dalam bentuk mini survei yang sebelumnya sudah dilakukan peneliti kepada remaja perokok di Tulungagung menunjukkan bahwa para remaja mengetahui resiko bahaya dari merokok dan memiliki kecenderungan untuk mencoba perilaku lain yang lebih berisiko salah satunya yaitu mengonsumsi alkohol.

Menurut Sinaga (2016), perilaku merokok pada remaja paling banyak dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial khususnya pengaruh teman sebaya. Selain itu, juga ditemukan bahwa remaja perokok memiliki pengetahuan yang tinggi tentang bahaya dan resiko merokok namun mereka tetap merokok. Temuan ini bertolak belakang dengan temuan Alamsyah dan Nopianto (2017) bahwa semakin rendah pengetahuan mengenai resiko merokok maka remaja berisiko tujuh kali untuk merokok dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan tinggi mengenai resiko bahaya merokok. Kemudian, remaja yang merokok sebanyak tiga atau lebih batang per hari lebih mungkin untuk menjadi perokok tetap di kemudian hari dengan jumlah yang cenderung meningkat selama beberapa tahun berikutnya dibandingkan dengan remaja yang merokok kurang dari tiga batang per harinya (Bonie & Lynch, 1994).

Perilaku merokok ini menurut Healey (2012) termasuk dalam *risk taking behavior* yang oleh Trimpop (1994) *risk taking behavior* dimaknai sebagai perilaku sadar maupun tidak sadar dengan adanya ketidakpastian mengenai kemungkinan kerugian atau manfaat dari perilaku tersebut. *Risk taking behavior* dapat dibedakan menjadi dua jenis yaitu *risk taking behavior* positif dan *risk taking behavior* negatif.

Risk taking behavior positif dilakukan untuk memperoleh suatu sensasi (*sensation seeking*) dan pengakuan sosial dengan tujuan perkembangan diri (*personal growth*) dan eksplorasi. Contoh dari *risk taking behavior* positif yaitu *skydiving*, *bungee jumping*, dan lain sebagainya. Sedangkan *risk taking behavior* negatif dilakukan untuk memperoleh sensasi (*sensation seeking*) dengan tanpa mepedulikan efek negatif yang mungkin terjadi serta cenderung tidak sesuai dengan norma sosial yang ada dalam masyarakat. Contoh *risk taking behavior* negatif yaitu merokok, mengkonsumsi obat-obatan terlarang, sex bebas dan lain-lain (Farahani dkk, 2021; Morgenroth dkk, 2022).

Kedua jenis *risk taking behavior* ini memiliki kemungkinan resiko yang negatif atau berbahaya bagi pelakunya namun berbeda dalam bentuk pelaksanaannya, dimana *risk taking behavior* negatif cenderung tidak sesuai dengan norma sosial yang berlaku. Baik negatif maupun positif, kedua *risk taking behavior* ini sama-sama dilakukan dengan tujuan memperoleh sensasi (*sensation seeking*).

Risk taking behavior terdiri dari beberapa aspek yaitu *impulsive sensation seeking*, impulsivitas, *venturesomeness*, dan *novelty seeking*. *Impulsive sensation seeking* adalah sifat individu yang mencari pengalaman baru serta sensasi secara impulsif. Impulsivitas adalah tindakan individu yang cenderung reaktif dan kurang memperhitungkan konsekuensi sebagai tanggapan terhadap rangsangan yang diperoleh. *Venturesomeness* adalah keberanian seorang individu dalam melakukan sesuatu yang berbahaya serta beresiko. Sedangkan *novelty seeking* adalah keinginan seorang individu terhadap perasaan sensasi baru yang sebelumnya tidak pernah dirasakan (De Haan dkk, 2011; Alda, 2020).

Risk taking memiliki tendensi hubungan yang signifikan dengan kebiasaan perilaku merokok, namun tidak dengan percobaan merokok. Percobaan merokok lebih dipengaruhi oleh faktor sosial, sedangkan kebiasaan merokok individu lebih dipengaruhi oleh faktor internal (Lee & Park, 2015). Faktor internal ini diantaranya yaitu adalah kemampuan individu dalam mengendalikan perilakunya atau biasa disebut dengan kontrol diri.

Kontrol diri merupakan kapabilitas yang ada dalam diri individu untuk mengendalikan dan mengatur perilakunya selama ketika bersosialisasi dengan lingkungannya (Yulani dkk, 2023). Selanjutnya, menurut Datangmanis dkk (2023) kontrol diri merupakan keahlian

individu dalam mempertimbangkan tingkah lakunya serta menekan dan merintangangi impuls yang ada. Kontrol diri menurut Tangney (2004) terdiri dari beberapa aspek yaitu *task performance, impulse control, interpersonal relationships, related personality features, moral emotions, dan adjustment*.

Kontrol diri memberikan pengaruh pada individu ketika mengambil keputusan dimana kontrol diri yang rendah dapat mempengaruhi individu dalam mengambil dan memilih keputusan yang rasional, sehingga dapat melibatkan individu tersebut dengan perilaku berisiko (Kholifah & Rusmawati, 2020).

Penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Wijaya dkk (2020) menemukan adanya hubungan antara kontrol diri dengan *risk taking behavior* pada remaja dengan arah yang negatif. Ketika kontrol diri rendah maka *risk taking behavior* pada remaja semakin tinggi, begitu juga sebaliknya. Selain itu penelitian yang dilakukan Sekścińska dkk (2021) pada pekerja di Polandia juga menemukan hubungan negatif antara kontrol diri dan *financial risk taking*.

Fenomena di atas menimbulkan pertanyaan yang mendasari penelitian ini yaitu mengenai hubungan yang ada antara kontrol diri dengan *risk taking behavior* pada remaja perokok. Batasan penelitian ini yaitu terbatas pada variabel kontrol diri dihitung dengan alat ukur kontrol diri, *risk taking behavior* dihitung dengan instrumen *risk taking behavior*, terbatas pada hubungan yang terdapat antara kontrol diri dan *risk taking behavior* pada remaja perokok, serta subjek penelitian hanya remaja perokok. Penelitian ini dilakukan untuk lebih dalam menggali korelasi kemampuan kontrol diri dengan *risk taking behavior* pada remaja perokok.

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas dan mengembangkan keilmuan mengenai kontrol diri dan *risk taking behavior*. Selain itu, penelitian ini diharapkan juga dapat memberikan kontribusi bagi praktisi dalam mengembangkan program pencegahan perilaku berisiko pada remaja.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan partisipan dalam penelitian ini yaitu remaja perokok di Kabupaten Tulungagung yang berusia antara 15-20 tahun dengan frekuensi merokok sebanyak tiga atau lebih batang rokok per hari.

Populasi merupakan jumlah keseluruhan dari subjek penelitian. Sedangkan sampel merupakan sebagian dari keseluruhan jumlah subjek penelitian yang memiliki kemiripan dengan karakteristik populasi penelitian.

Pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan penyebaran kuesioner kepada partisipan penelitian. Kuesioner penelitian ini disusun menggunakan skala *likert* dengan rentang lima skor, yaitu Sangat Tidak Setuju (STJ), Tidak Setuju (TJ), Ragu-Ragu (RR), Setuju (S), Sangat Setuju (SS).

Instrumen penelitian variabel *risk taking behavior* disusun dengan mengadaptasi skala RT-18 oleh De, Haan dkk (2011) berdasarkan empat aspek yaitu *impulsive sensation seeking*, impulsivitas, *venturesomeness*, dan *novelty seeking*. Sedangkan untuk variabel kontrol diri, instrumen penelitian disusun dengan mengadaptasi alat ukur *Brief Self-Control Scale* milik Tangney dkk (2004) berdasarkan enam aspek yaitu *task performance*, *impulse control*, *interpersonal relationships*, *related personality features*, *moral emotions*, dan *adjustment*.

Berdasarkan uji validitas yang dilakukan, terdapat satu item yang gugur dari skala *risk taking behavior* dan tidak terdapat item yang gugur dari skala kontrol diri. Sehingga jumlah item yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 17 item pada skala *risk taking behavior* dan 13 item pada skala kontrol diri. Kedua skala penelitian menunjukkan nilai reliabilitas *cronbach alpha* sebesar 0,766 untuk skala *risk taking behavior* dan 0,770 untuk skala kontrol diri.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan perangkat lunak JASP *for windows* dengan melakukan uji asumsi serta uji hipotesis. Uji asumsi yang dilakukan yaitu uji normalitas dengan *Kolmogorov Smirnov* dengan syarat hasil nilai signifikansi lebih dari 0,05 dan uji linearitas dengan syarat *Deviation from Linearity* lebih dari 0,05. Sedangkan uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *Product Moment* dengan syarat nilai signifikansi kurang dari 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dengan syarat nilai signifikansi harus bernilai lebih dari 0,05 ($\text{sig} > 0,05$) untuk data dikatakan berdistribusi normal. Berikut ini hasil uji normalitas dua variabel.

Tabel 1. Uji Normalitas Data

Test	RTB		KONTROL DIRI	
	Statistic	p	Statistic	p
<i>Kolmogorov-Smirnov</i>	0.055	0.922	0.062	0.839

Tabel 1 menunjukkan bahwa nilai signifikansi kedua variabel lebih besar dari 0,05 yaitu

0,922 > 0,05 untuk variabel *risk taking behavior* dan 0,839 > 0,05 untuk variabel kontrol diri. Hasil ini dapat diartikan bahwa kedua variabel memiliki distribusi data yang normal.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan menggunakan nilai probabilitas dengan syarat nilai signifikansi lebih dari 0,05 (sig > 0,05) maka data dapat dianggap linear. Berikut ini hasil uji linearitas dari dua variabel.

Tabel 2. Uji Linearitas Data

	<i>Linearity (Sig)</i>	<i>Deviation from Linearity (Sig)</i>
<i>Risk Taking Behavior</i> *Kontrol Diri	0.001	0.718

Tabel 2 menunjukkan nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,718. Hasil ini sesuai dengan syarat uji linearitas dimana nilai signifikansi lebih dari 0,05, sehingga kedua variabel dapat dianggap linear.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi *product moment* dengan syarat hipotesis diterima adalah jika nilai signifikansi yang diperoleh kurang dari 0,05 (sig < 0,05). Dengan tingkat hubungan dinilai menggunakan *effect size of Cohen* (1988):

Tabel 3 Kategorisasi *Effect Size of Cohen*

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,10	Rendah
0,30	Sedang
0,50	Kuat

Berikut ini hasil uji hipotesis kedua variabel menggunakan uji korelasi *product moment*.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

	n	Pearson's r	p
KONTROL DIRI - RTB	100	-0.330***	< .001

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

Tabel 4 menunjukkan bahwa diperoleh nilai signifikansi sebesar <0,001 dimana nilai ini memenuhi syarat hipotesis terpenuhi yaitu nilai signifikansi kurang dari 0,05. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh yaitu sebesar -0,330 yang berarti kontrol diri dan *risk*

taking behavior memiliki hubungan yang termasuk kedalam kategori sedang karena berada dalam rentang 0,30 - 0,50. Selain itu, nilai koefisien korelasi menunjukkan nilai yang negatif sehingga arah hubungan yang dimiliki kedua variabel ini bersifat negatif.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan *risk taking behavior* pada remaja perokok yaitu $<0,001$ dengan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,330$ tergolong memiliki tingkat korelasi sedang. Hubungan negatif yang diperoleh ini berarti ketika kontrol diri rendah maka *risk taking behavior* pada remaja perokok semakin tinggi, begitu pula sebaliknya. Ketika kontrol diri tinggi maka *risk taking behavior* semakin rendah.

Hasil ini konsisten dan didukung oleh penelitian sebelumnya yang meneliti variabel serupa yaitu yang dilakukan oleh Wijaya dkk (2020) bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dan *risk taking behavior* pada remaja dengan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,335$. Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Sekścińska dkk (2021) terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dan *financial risk taking* pada pekerja di Polandia. Selain itu, penelitian oleh Zhang dkk (2022) juga menunjukkan terdapat hubungan negatif antara kedua variabel yang sama pada 547 mahasiswa yang berusia 18-24 di China.

Ditemukan bahwa *sense of power* yang tinggi pada remaja memiliki hubungan dengan *negative risk taking behavior*. Dimana *sense of power* ini merupakan moderator yang menjelaskan hubungan kontrol diri dan *negative risk taking behavior*. *Sense of power* adalah keyakinan individu dalam memberikan pengaruh kepada lingkungan di sekitarnya. Individu yang memiliki *sense of power* yang tinggi cenderung berperilaku berdasarkan nilai-nilai yang dipercayainya daripada pengaruh eksternal atau orang lain. Remaja yang memiliki *sense of power* yang tinggi mampu mencegah *negative risk taking behavior* lebih baik daripada remaja yang *sense of power*-nya rendah (Liang dkk, 2022).

Hubungan antara kontrol diri juga ditemukan dengan *health risk behavior* pada siswa kelas 9 di Sao Paulo. *Health risk behavior* terdiri dari enam jenis yaitu merokok, pesta minuman keras, konsumsi *ultra processed food*, penggunaan ganja, *sedentary behavior*, dan tindakan *bullying*. Dari keenam *health risk behavior* ini terdapat lima diantaranya yang berhubungan dengan kontrol diri yaitu merokok, pesta minuman keras, konsumsi *ultra processed food*, penggunaan ganja, dan tindakan *bullying* (Astolfi dkk, 2021).

SIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini yaitu kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan *risk taking behavior* pada remaja perokok. Semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah *risk taking behavior* pada remaja perokok, begitupun sebaliknya.

Hasil penelitian ini dapat digunakan bagi praktisi untuk mengembangkan program pencegahan *risk taking behavior* pada remaja. Saran bagi peneliti selanjutnya, penelitian dapat dikembangkan pada populasi yang lebih luas atau faktor-faktor lain yang juga mungkin berhubungan dengan *risk taking behavior*.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, A., & Nopianto, N. (2017). Determinan perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 2(1), 25-30.
- Alda, A. K. (2020). *Hubungan impulsivitas dengan risiko kecanduan video game pada remaja di SMA Negeri 2 Kota Yogyakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada).
- Astolfi, R. C., Leite, M. A., Papa, C. H. G., Ryngelblum, M., Eisner, M., & Peres, M. F. T. (2021). Association between self-control and health risk behaviors: a cross-sectional study with 9th grade adolescents in São Paulo. *BMC public health*, 21, 1-12.
- Bonnie, R. J., & Lynch, B. S. (Eds.). (1994). *Growing up tobacco free: preventing nicotine addiction in children and youths*. National Academy.
- BPS. (2023). *Badan Pusat Statistik*. <https://www.bps.go.id/id>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Routledge.
- Datangmanis, N. F., Simak, V. F., & Rompas, S. J. (2023). Hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok remaja di kelurahan dendengan dalam kota manado. *Mapalus Nursing Science Journal*, 1(1), 8-13.
- De Haan, L., Kuipers, E., Kuerten, Y., van Laar, M., Olivier, B., & Verster, J. C. (2011). The RT-18: A new screening tool to assess young adult risk-taking behavior. *International journal of general medicine*, 575-584.
- Farahani, F. S., Khosrowabadi, R., & Jaafari, G. (2022). Risk-taking behavior under the effect of emotional stimuli among children and adults. *Basic and clinical neuroscience*, 13(4), 585. <https://doi.org/10.32598/bcn.2021.2508.1>
- Healey, J. (2012). *Risk taking and personal safety*. The Spinney Press.
- Kholifah, N., & Rusmawati, D. (2020). Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja pada siswa SMAN 2 Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 566-571.

- Lee, H., & Park, S. (2015). Association between risk-taking tendency and smoking behavior among male high school students in the Republic of Korea. *Journal of Addictions Nursing, 26*(3), 136-143. <https://doi.org/10.1097/JAN.0000000000000087>
- Liang, Z. Q., Dou, K., Li, J. B., Wang, Y. J., & Nie, Y. G. (2022). Linking self-control to negative risk-taking behavior among Chinese late adolescents: a moderated mediation model. *International journal of environmental research and public health, 19*(13), 7646. <https://doi.org/10.3390/ijerph19137646>