

Analisis Disonansi Kognitif Pada Perokok Perempuan di Jakarta

Fildzah Aqila
Ilmu Komunikasi, Universitas Persada Indonesia Y.A.I, Jakarta

E-mail: aqilafildzah4@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui analisis disonansi kognitif pada perokok perempuan di Jakarta dimulai dari (1) latar belakang merokok, (2) pengalaman merokok, dan (3) pengetahuan dan kesadaran merokok. Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu kualitatif dengan metode fenomenologi. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu wawancara kepada lima wanita merokok di Jakarta. Teori yang digunakan pada penelitian ini yaitu teori disonansi kognitif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pertama, informan mungkin akan mengubah satu atau lebih dari elemen kognitif yang ada dengan cara mempunyai pengetahuan bahwa rokok tidak baik untuk kesehatan, tetapi mereka mengatakan jika tidak berlebihan tidak apa-apa. Kedua, para informan memahami bahaya merokok bagi kesehatan tetapi diimbangi dengan pola kehidupan. Ketiga, para informan mengatakan bahwa informasi dan kampanye mengenai dampak rokok karena masih ada yang lebih penting dibandingkan dari bahaya merokok dalam kehidupan. Keempat, para informan mengatakan bahwa sosialisasi mengenai dampak merokok dan bahaya merokok tidak mempengaruhi apa-apa dikarenakan orang yang mensosialisasikan masih tetap merokok. Kelima, para informan berusaha mencari hal lain yang dapat mengurangi disonansinya dengan membenarkan perilaku yang mereka lakukan. Maka dari itu, makin banyak peminat rokok dan pembelian rokok semakin meningkat di pasaran.

Kata kunci : Perokok, Perempuan, Teori Disonansi Kognitif, Komunikasi Interpersona, Komunikasi

ABSTRACT

This study aims to determine the analysis of cognitive dissonance in female smokers in Jakarta starting from (1) smoking background, (2) smoking experience, and (3) smoking knowledge and awareness. The research approach used is qualitative with phenomenological methods. Data collection techniques used in this study were interviews with five female smokers in Jakarta. The theory used in this study is cognitive dissonance theory. The results showed that first, informants may change one or more of the existing cognitive elements by having knowledge that smoking is not good for health, but they say if it is not excessive it is okay. Second, informants understand the dangers of smoking for health but balanced with the pattern of life. Third, informants said that information and campaigns about the impact of smoking because there is still more important than the dangers of smoking in life. Fourth, informants said that socialization about the impact of smoking and the dangers of smoking did not affect anything because the person who socialized still smoked. Fifth, informants try to find other things that can reduce their dissonance by justifying the behavior they do. Therefore, there are more and more cigarette enthusiasts and cigarette purchases are increasing in the market.

Keyword : Smokers, Women, Cognitive Dissonance Theory, Interpersonal Communication, Communication

1. PENDAHULUAN

Merokok merupakan perilaku yang bisa merugikan dan memberikan dampak buruk bagi kesehatan bahkan kelangsungan hidup manusia. Merokok masih menjadi salah satu perilaku buruk dan dapat di jumpai dalam aktivitas sehari-hari seperti di kantor, pasar, kendaraan umum, tempat umum, bahkan tak jarang terdapat di lingkungan rumah. Saat ini, kegiatan merokok tidak hanya dilakukan oleh laki-laki saja tetapi juga oleh perempuan, sedangkan ketika perempuan merokok akan menimbulkan hal yang tidak baik untuk tubuhnya seperti penyakit yang dapat mempengaruhi kesehatan terutama rahim dan bisa menimbulkan kanker. Saat ini, rokok yang digunakan tidak hanya rokok tembakau saja tetapi juga sudah banyak menggunakan rokok elektrik seperti *pods*, *vape*, dan lainnya.

Perokok terbagi menjadi dua yaitu perokok aktif dan perokok pasif. Perokok aktif merupakan individu yang mengonsumsi rokok secara rutin walaupun hanya mengonsumsi satu batang dalam sehari atau individu yang mengonsumsi rokok secara tidak rutin seperti sekedar menghembuskan asap dan tidak menghisap sampai masuk ke dalam paru-paru. Sedangkan perokok pasif merupakan individu yang tidak merokok atau bukan perokok tetapi menghirup asap rokok yang dikonsumsi oleh orang lain di sekitarnya.

Sementara itu, dari 100% bahaya asap rokok, perokok aktif hanya merasakan 25% sedangkan perokok pasif merasakan bahaya dari asap rokok lebih banyak dibandingkan dari perokok aktif yaitu sebanyak 75% hal ini dikemukakan oleh pakar kesehatan dari hasil penelitian pada *website databooks*, padahal di dalam rokok sendiri terdapat sekitar 4.000 senyawa kimia berbahaya. Dilansir dari *Centers for Disease Control and Prevention* juga menjelaskan bahwa perokok pasif yang menghirup asap rokok

akan lebih rawan mengalami gangguan kesehatan, dibandingkan dari perokok aktif. Sedangkan dari hasil Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan di Indonesia pada tahun 2013 menjelaskan bahwa jumlah perokok pasif di Indonesia mencapai 96,9 juta jiwa yang terdiri dari 30,2 juta jiwa laki-laki dan 66,7 juta orang perempuan.

Individu yang merupakan perokok pasif cenderung lebih besar menghirup asap rokok yang berbahaya dan mempunyai risiko yang sama dengan perokok aktif. Terutama bagi perokok pasif yang kurang memiliki sistem imun tubuh yang baik akan lebih rentan mengalami sejumlah masalah kesehatan yang berbahaya. Salah satunya penyakit yang sering diderita baik oleh perokok aktif maupun pasif adalah pneumonia atau dikenal dengan istilah paru-paru basah. Bahkan tak jarang, “korban” dari asap rokok tersebut adalah anak-anak, ibu hamil, dan individu yang tidak merokok, yang terinfeksi penyakit *pneumonia*. Hal itu dipaparkan oleh Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) menjelaskan bahwa anak-anak yang menjadi perokok pasif lebih rentan mengalami batuk lama, sakit radang paru (*pneumonia*) dan asma.

Selain itu, berdasarkan dari Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta mengemukakan bahwa persentase penduduk usia 15 tahun ke atas yang merokok dalam sebulan terakhir di Provinsi DKI Jakarta pada tahun 2020 adalah pada rentang usia 15-24 tahun jumlah perokok di Jakarta sebanyak 11,50%, pada rentang usia 25-34 tahun jumlah perokok sebanyak 27,46%, rentang usia 35-44 tahun jumlah perokok sebanyak 28,76%, pada rentang usia 45-54 tahun jumlah perokok sebanyak 19,24%, sedangkan rentang usia 55-64 jumlah perokok di Jakarta sebanyak 10,17 dan bahkan pada rentang usia di atas 60 tahun jumlah perokok di Jakarta sebanyak 2,88%. Dari data yang telah dikemukakan diketahui bahwa dari jenjang usia 15 tahun bahkan sampai di atas 60 tahun

melakukan merokok di kawasan Jakarta. Dari hasil Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta menjelaskan bahwa jumlah perokok aktif di atas usia 15 tahun meningkat setiap tahunnya, pada tahun 2021 jumlah perokok di Jakarta yaitu sebanyak 24,44%, mengalami penurunan pada tahun 2022 menjadi 21,25% dan mengalami kenaikan kembali pada tahun 2023 yaitu sebesar 22,6%. Hal ini menjadi perhatian, dikarenakan terus meningkatnya jumlah perokok aktif di Indonesia terutama di Jakarta.

Seiring bergantinya tahun bertambah pula jumlah perokok di Indonesia terutama di Jakarta, oleh karena itu pemerintah dengan melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia berupaya untuk mencegah, mengurangi bahkan menghentikan warganya untuk tidak lagi merokok demi kesehatan masyarakat. Salah satu upayanya yaitu dengan memberikan informasi tentang kandungan zat berbahaya yang terdapat pada setiap rokok, mencantumkan juga peringatan bahaya merokok pada setiap wadah rokok dengan berupa gambar dan tulisan.

Peringatan tersebut merupakan salah satu bentuk komunikasi mengenai peringatan bahaya merokok yang telah berjalan secara berkala hingga saat ini dan sudah akrab di kalangan masyarakat. Hal itu menjadi tindak lanjut dari PP No. 109 tahun 2012 dan implementasi dari Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) No. 28 tahun 2013 tentang Pencatuman Peringatan Kesehatan dan Informasi Kesehatan pada Kemasan Produk Tembakau. Pada peraturan tersebut dijelaskan bahwa setiap kemasan dan iklan-iklan rokok yang beredar di Indonesia wajib untuk menampilkan gambar peringatan bahaya merokok, hal ini mulai diberlakukan pada tanggal 24 Juni 2014. Kemasan rokok yang dimaksud berupa wadah seperti bungkus, slot dan tabung silinder rokok. Hal ini dilakukan untuk membedakan antara produk rokok lokal maupun luar.

Banyaknya himbauan mengenai larangan dan peringatan bahaya merokok. Tetapi masih banyak individu-individu yang merokok bahkan membahayakan orang-orang di sekitarnya. Tak hanya itu penjualan rokok di Indonesia masih tergolong tinggi dan tak jarang mengalami peningkatan setiap tahunnya, berikut hasil data dari Bea dan Cukai terkait penjualan rokok di Indonesia yaitu pada tahun 2017-2018 rata-rata produksi rokok di Indonesia hanya tercatat 24,36%, lalu pada tahun 2019 rata-rata produksi rokok mencapai 29,6 miliar batang. Sedangkan produksi rokok secara kumulatif pada tahun 2023 tercatat sebanyak 318,14 miliar batang, angka ini lebih rendah 1,77% dibandingkan pada tahun 2022 yang mencatat sebanyak 323,88 miliar batang.

Berdasarkan dari uraian di atas, perilaku merokok di Indonesia terutama di Jakarta terus mengalami laju peningkatan begitu pun dengan penjualan rokok yang juga mengalami peningkatan. Tak hanya itu, dengan berkembangnya zaman berkembang pula jenis-jenis rokok dimulai dari rokok kretek rokok filter sampai dengan rokok elektrik seperti *vape*, *pods*, dan pemanas rokok. Di mana banyak sekali individu-individu yang mulai berpindah dari rokok filter menjadi rokok elektrik dengan iming-iming “tidak berbahaya seperti rokok biasanya” melainkan mempunyai efek samping yang sama. Bahkan tak jarang di zaman sekarang perilaku merokok banyak dilakukan oleh anak-anak berusia 15 tahun sampai dengan 60 tahun atau bahkan lebih, tidak hanya laki-laki saja yang merokok tetapi juga sudah banyak perempuan yang merokok. Sudah banyak kampanye dan *warning* bertebaran di lingkungan masyarakat mengenai peringatan bahaya merokok baik dari pemerintah maupun penjual merokok. Tetapi masih saja terdapat banyak orang yang merokok yang bisa merugikan diri sendiri dan lingkungan sekitar.

2. LANDASAN TEORI

TEORI DISONANSI KOGNITIF

Leon Festinger merupakan seorang ahli yang mengemukakan Teori Disonansi Kognitif dan menjadi salah satu teori terpenting dalam ilmu psikologi sosial karena membahas mengenai sistem berpikir manusia. Teori Disonansi Kognitif adalah teori yang menjelaskan mengenai konflik yang timbul dari dalam pikiran seseorang ketika terjadi ketidaksesuaian antara ideologi kognitif dengan sikap dan perilaku, ketidaksesuaian tersebut menimbulkan keributan psikologis yang tidak menyenangkan (Morissan, 2015).

Menurut Heider disonansi kognitif merupakan salah satu dari berbagai teori yang didasarkan pada prinsip konsistensi kognitif yang berkembang dari teori-teori awal, seperti teori keseimbangan (Dewanti & Irwansyah, 2021). Festinger menyebutkan bahwa terdapat dua konsep utama dalam teori ini yaitu disonansi dan kognitif. Di dalam teori disonansi kognitif terdapat dua ide penting yaitu:

- a. Kondisi disonansi menghasilkan ketegangan atau stress yang memberikan tekanan untuk berubah.
- b. Jika kondisi disonansi ini muncul maka orang akan berupaya untuk tidak menguranginya namun juga berupaya untuk menghindarinya.

Festinger menjelaskan sejumlah upaya yang dapat digunakan manusia untuk mengatasi masalah ketidaksesuaian kognitif ini yaitu:

- a. Pertama, individu mungkin akan mengubah satu atau lebih dari elemen kognitif yang ada
- b. Kedua, menambahkan elemen baru dalam hubungan yang inkonsisten itu
- c. Ketiga, akan mempertimbangkan kembali bahwa disonansi yang terjadi bukan sesuatu yang penting

- d. Keempat, berupaya mencari informasi lain yang mendukung tindakan.
- e. Kelima, mulai mengurangi disonansi yang terjadi dengan menyalahartikan informasi yang terlibat.

Menurut Richard West dan Lynn H. Turner di dalam buku Pengantar Teori Komunikasi Analisis dan Aplikasi (2017) menjelaskan bahwa terdapat empat asumsi yaitu:

- a. Asumsi 1: Manusia punya hasrat akan adanya konsistensi pada keyakinan, sikap, dan perilakunya.
- b. Asumsi 2: Disonansi diciptakan oleh inkonsistensi psikologis.
- c. Asumsi 3: Disonansi adalah perasaan tidak suka yang mendorong manusia untuk melakukan beberapa tindakan dengan dampak yang bisa diukur.
- d. Asumsi 4: Disonansi akan mendorong usaha untuk memperoleh konsonansi serta usaha untuk mengurangi disonansi (Richard West, 2017).

PERILAKU MEROKOK

Menurut Leventhal & Clearya menjelaskan bahwa perilaku merokok merupakan aktivitas menghisap atau menghirup rokok dengan menggunakan pipa, alat, atau rokok yang dilakukan secara menetap dan melalui empat tahap yakni:

- a. Tahap *preparation* yaitu individu akan timbul niat merokok jika mendapat gambaran yang menyenangkan tentang merokok baik itu mendengar, melihat atau hasil membaca.
- b. Tahap *initiation* yaitu individu yang mengambil keputusan untuk meneruskan atau berhenti dari perilaku merokok.
- c. Tahap *becoming a smoker* yaitu individu sebagai perokok yang telah mengosumsi sebanyak empat batang rokok dalam sehari
- d. Tahap *maintenance of smoking*

yaitu individu yang mempunyai kebiasaan merokok untuk mendapatkan efek menyenangkan karena sudah menjadi bagian *self regulating*.

Silvan Tomkins menjelaskan bahwa terdapat empat tipe-tipe perilaku merokok, diantaranya:

- a. Tipe perokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif
- b. Perilaku yang dipengaruhi oleh perasaan negatif
- c. Perilaku merokok yang adiktif
- d. Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan (M. Ali Sodik, 2018)

BAHAYA MEROKOK

Menurut Jaya dalam Sodik (2018) mengemukakan adanya bahaya-bahaya rokok bagi kesehatan tubuh, sebagai berikut:

- a. Merokok menyebabkan antibodi menurun
- b. Merokok menyebabkan penyakit paru-paru
- c. Merokok menjadi ancaman utama terhadap berbagai organ tubuh diantaranya adalah otak, mulut, tenggorokan, jantung, dada, paru-paru, hati, perut, ginjal dan kantung kemih, reproduksi pria, reproduksi wanita dan kaki.
- d. Merokok mempercepat penuaan
- e. Merokok membuat warna bibir hitam

3. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Bogdan dan Taylor menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah metode kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata maupun lisan dari individu-individu dan perilaku yang diamati. (Noti et al., 2021). Dalam penelitian ini menggunakan metode

fenomenologi. Menurut Sugiyono (2021) menjelaskan bahwa Fenomenologi merupakan salah satu jenis penelitian kualitatif, peneliti melakukan pengumpulan data observasi responden untuk mengetahui fenomena pokok responden dalam pengalaman hidupnya.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu wawancara kepada 5 orang wanita di Jakarta yang melakukan merokok baik rokok elektrik maupun rokok konvensional, baik sebagai *social smoker* maupun aktif merokok dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan teknik keabsahan data yang digunakan yaitu triangulasi data. Triangulasi data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu triangulasi sumber, yang biasanya digunakan untuk mendapatkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan teknik yang sama. Teknik analisis data yang dilakukan yaitu mengelompokkan, mereduksi dan menyimpulkan data dari hasil wawancara. (Lidya Puspita & Affandi, 2015)

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penulis melakukan wawancara melalui telepon dan *chatting* via *WhatsApp* dan bertemu langsung bersama dengan narasumber yang memenuhi kriteria penulis. Dalam pelaksanaan wawancara ini, penulis menggunakan bentuk wawancara pembicaraan informal, sehingga saat pelaksanaan wawancara seperti pembicaraan dalam aktivitas sehari-hari dan sudah disepakati oleh narasumber dan penulis. Penulis akan melakukan wawancara ke 5 individu. Kriteria yang ditentukan oleh penulis pada penelitian ini yaitu (1) Jenis Kelamin: Perempuan, (2) Pendidikan: Sarjana, (3) Pekerjaan: Karyawan swasta atau karyawan pemerintahan, (4) Usia: 20-30 tahun, (5) Merokok baik perokok aktif sehari-hari maupun perokok sosial, dan (6) Merokok melalui rokok tembakau maupun rokok filter.

DESKRIPSI INFORMAN

Deskripsi informan berisikan gambaran profil dari subjek penelitian yang bertujuan untuk memberikan penjabaran dan latar belakang dari informan yang masuk dan sesuai dengan topik “Perokok Perempuan di Jakarta”. Dalam penelitian ini terdapat 5 perempuan sebagai perokok baik merokok secara sosial atau aktif merokok dalam sehari-hari serta bersedia menjadi informan diantaranya yaitu **Informan A (AM)** adalah seorang pegawai karyawan swasta di daerah SCBD dan mempunyai latar belakang Sarjana Pendidikan (S1). Saat ini informan berusia 26 tahun dan bertempat tinggal di Jakarta Timur serta menyatakan bahwa melakukan aktivitas rokok dalam kehidupannya. **Informan B (DAK)** adalah seorang pegawai yang bekerja di entertainment dan mempunyai latar belakang Pendidikan Sarjana Komunikasi (S1). Saat ini informan berusia 24 tahun dan bertempat tinggal di Jakarta Timur serta menyatakan bahwa melakukan aktivitas merokok dalam kehidupannya. **Informan C (AZ)** adalah seorang content creator Tiktok yang membuat konten mengenai kehidupannya dan berlatarbelakang Pendidikan Sarjana Komunikasi (S1). Saat ini informan berusia 24 tahun dan bertempat tinggal di Jakarta Selatan serta menyatakan bahwa melakukan aktivitas merokok dalam kehidupannya. **Informan D (AD)** adalah seorang *content creator Tiktok* mengenai hewan dan berlatarbelakang Pendidikan Sarjana Komunikasi (S1). Saat ini informan berusia 26 tahun, bertempat tinggal di Jakarta Barat serta menyatakan bahwa melakukan aktivitas merokok dalam kehidupannya. **Informan E (KZI)** adalah seorang wirausaha *Pet Shop* di Jakarta Timur dan berlatarbelakang Pendidikan Sarjana Komunikasi (S1). Saat ini informan berusia 24 tahun, bertempat tinggal di Jakarta Timur serta menyatakan bahwa melakukan aktivitas merokok dalam kehidupannya.

PEMAKNAAN PEROKOK PEREMPUAN DI JAKARTA

Pada bagian ini penulis membahas mengenai informasi yang diberikan oleh informan mengenai merokok dan aktivitas merokok, sehingga penulis dapat mendefinisikan hal tersebut dan mengkajinya lebih mendalam dengan teori disonansi kognitif. Makna merupakan arti yang tersimpul dari suatu kata. Sebagaimana penulis telah lampirkan pernyataan dari para informan yang berisikan Latar Belakang Merokok, Pengalaman Merokok, dan Pengetahuan dan Kesadaran Merokok.

LATAR BELAKANG MEROKOK

Latar belakang para perokok berisikan mengenai kapan mereka merokok, alasan mereka merokok, di mana biasanya merokok dan rokok apa yang digunakan.

Berdasarkan **Informan AM**, dirinya sudah mulai merokok sejak SD, dikarenakan mencoba-coba dan mengikuti teman-temannya yang merokok pada saat itu. AM berawal dari *social smoker* yang merokok hanya saat-saat tertentu saja dan menjadi aktif merokok tetapi AM tidak merokok di sembarang tempat melainkan merokok di tempat-tempat tertentu saja. Rokok yang ia gunakan saat ini yaitu rokok tembakau dan rokok elektrik (*Pods*).

Sementara itu, **Informan DAK** menyatakan bahwa dirinya mulai merokok sejak duduk dibangku SMP pada tahun 2012/2013 dan menjadi aktif merokok saat kuliah tahun 2019, dikarenakan sedang berkumpul bersama teman-teman dan temannya menawarkan untuk mencoba merokok. Tetapi DAK merupakan seorang *social smoker*, jadi merokok saat sedang berkumpul saja bersama teman-teman. Rokok yang digunakan DAK itu rokok elektrik yaitu *Pods* dan rokok tembakau (rokok filter).

Sedangkan **Informan AZ** menyatakan bahwa dirinya mulai merokok sejak duduk dibangku SMP,

disebabkan oleh pengaruh pergaulan dan lingkungan sekitar. Rokok yang digunakan oleh AZ adalah rokok tembakau dan rokok elektrik seperti *Pods* dan *vape*.

Informan AD mengatakan bahwa dirinya mulai merokok mulai tahun 2021, disebabkan oleh rasa stres berat dan memutuskan untuk mencoba merokok. Rokok yang digunakan informan dalam sehari-hari adalah rokok filter, rokok kretek, dan rokok elektrik seperti *Pods*.

Sedangkan pendapat dari **Informan KZI** mengatakan bahwa dirinya mulai merokok mulai tahun 2016 sejak SMA kelas 2, disebabkan oleh pengaruh dari teman untuk mencoba merokok. Informan KZI berawal dari menjadi *social smoker* dan kemudian menjadi aktif merokok dalam sehari-hari, tetapi KZI tidak merokok disembarang tempat. Rokok yang digunakan oleh KZI yaitu rokok filter yang tanpa tembakau, rokok putih, rokok tembakau, dan rokok elektrik.

PENGALAMAN MEROKOK

Pengalaman merokok berisikan mengenai bagaimana cara para perokok menggunakan rokok, efek apa yang didapatkan dan bagaimana kenikmatan dalam merasakan.

Pendapat **Informan AM** mengatakan bahwa untuk pengalaman rokok yang enak untuk dikonsumsi yaitu rokok tembakau, karena kalau rokok elektrik itu terdapat rasa-rasa tertentu. AM merokok dengan cara dihisap dan saat merokok menjadi lebih rileks saja dan biasanya merokok ketika pusing bekerja, untuk menetralkan bau makan di mulut, dan ketika sedang *overthinking*. AM juga mengatakan bahwa saat awal merokok orang tua belum mengetahuinya, tetapi sekarang sudah mengetahui dia merokok dan mendapatkan pandangan tidak baik dari sekitar.

Berdasarkan pendapat **Informan DAK** mengatakan bahwa lebih suka merokok dengan menggunakan *Pods* dibandingkan dari rokok lainnya,

dikarenakan bentuknya yang kecil, perawatannya lebih mudah dan bisa dibawa ke mana saja, *Pods* juga asapnya lebih ramah dibandingkan dengan *vape*. DAK menikmati rokok dengan cara dihisap atau dihirup dan ketika menggunakan rokok merasa lebih tenang dan santai. Informan DAK mengatakan bahwa kegiatan merokoknya belum diketahui orang tua dan pernah mendapatkan pandangan buruk ketika merokok pada lingkungan tertentu. DAK mengatakan bahwa kalau lingkungannya mendukung untuk merokok seperti di dunia industri ketika merokok itu aman saja dan tidak mendapatkan intimidasi karena dianggap normal, hal itu juga sama ketika di *e-commerce*, sedangkan di perusahaan pemerintahan atau korporat ketika perempuan merokok itu dikatakan sebagai perempuan yang tidak baik atau “perempuan nakal”. Karena DAK pernah berada di dua lingkungan tersebut dan merasakan perbedaannya.

Sementara itu, **Informan AZ** mengatakan bahwa jenis rokok yang enak untuk dinikmati yaitu *Malboro ice*, *LA ice purpleboost*. AZ menikmati rokok dengan cara dihisap dan ketika merokok merasakan ketenangan. Informan juga mengatakan bahwa orang tua sudah mengetahui dan tidak mendapatkan pandangan buruk dari sekitar, karena di lingkungan sekitar AZ juga pada merokok.

Sedangkan untuk **Informan AD** menyatakan bahwa lebih menyukai untuk menggunakan rokok filter dan *Pods*. Karena *Pods* atau *vape* itu bisa diatur daya hisapnya dan mempunyai banyak rasa serta *liquid*, rokok filter sendiri tidak bisa diatur daya hisapnya. AD biasanya menikmati rokok dengan aktivitas mengobrol dengan orang atau ditemani dengan minuman pendamping seperti kopi, alkohol atau minuman manis lain, dan setelah makan. Ketika merokok AD merasa jauh lebih santai, bisa mengurangi rasa bosan dan biasanya merokok ketika mengalami rasa stres. Keluarga AD

sendiri sudah tahu dan pernah dipandang menjadi perempuan yang tidak baik dari lingkungan sekitar.

Informan KZI mengatakan bahwa untuk sehari-hari menggunakan rokok putih (seperti *strike*, *malboro*), rokok kretek (*MILD*, *LA*), rokok filter (gudang garam, lebih lama abisnya dan agak berat). Lebih sering digunakan itu rokok *mild*, tetapi ganti-ganti dan sekarang lebih menggunakan rokok mentol. KZI menikmati rokok dengan cara dihirup, dihisap, ditarik dan dibuang. KZI biasanya merokok untuk menghilangkan bau makanan, ketika mengerjakan sesuatu agar lebih lancar dan mendapatkan rasa ketenangan. Saat awal merokok orang tua KZI belum mengetahuinya, tetapi untuk sekarang orang tua sudah mengetahui. KZI sendiri saat menjadi perokok tidak dijauhi oleh orang lain, tetapi lebih dipandang negatif. Karena menurut KZI di Indonesia ketika ada cewek merokok dianggap nakal dan sudah menjadi *stereotype*.

PENGETAHUAN DAN KESADARAN MEROKOK

Pengetahuan dan Kesadaran merokok berisikan mengenai pengetahuan dimulai dari perkembangan, jenis-jenis, kandungan merokok, pengetahuan bahaya merokok, dan kesadaran akan merokok.

Informan AM berpendapat bahwa jenis rokok yang AM ketahui adalah rokok elektrik dan rokok tembakau, rokok tembakau dibagi lagi ke dalam rokok filter dan nonfilter. Rokok filter itu ada busanya sedangkan untuk rokok nonfilter tidak ada busanya. AM mengatakan tidak mengetahui mengenai sejarah rokok secara pasti, tetapi AM mengetahui mengenai rokok dari film “Gadis Kretek”. AM sebagai perokok mengetahui kandungan dalam rokok yaitu Nikotin dan Tar. AM juga mengatakan bahwa mengetahui tentang zat berbahaya pada rokok dan membaca melalui bungkus rokok. Menurut AM informasi atau kampanye mengenai bahaya merokok

kurang berpengaruh dan tidak *impactfull* untuk dirinya, AM sendiri sadar bahwa rokok berbahaya tetapi tetap dengan sadar merokok dan *denial* terhadap bahayanya. AM tidak tertarik untuk berhenti merokok karena umur sudah ada yang mengatur dan menurut AM masih ada reason yang lebih berbahaya lagi dibandingkan dengan rokok, AM akan berhenti ketika AM hamil dan mengalami “penyakit” yang signifikasi ke tubuhnya akibat dari rokok.

Sedangkan **Informan DAK** menjelaskan bahwa jenis rokok yang diketahui ialah rokok filter, rokok kretek, rokok elektrik, sedangkan untuk sejarah rokok DAK tidak mengetahuinya. Sementara itu, DAK mengetahui zat-zat yang terdapat di dalam rokok yaitu seperti tar dan nikotin. DAK juga sudah mengetahui dampak buruk yang disebabkan oleh merokok terutama bagi perempuan, bahkan DAK juga mengetahui dampak terburuk dari merokok yang akan dialami oleh dirinya tetapi DAK tetap merokok dan *denial* terhadap dampak buruk tersebut. DAK sendiri pernah merasa nafasnya lebih pendek saat merokok. Informan DAK sering melihat informasi atau kampanye mengenai bahaya merokok salah satunya yang terdapat pada bungkus rokok dan sosial media seperti tiktok, ketika melihat informasi tersebut tidak terlalu berpengaruh bagi dirinya. Karena menurut DAK merokok atau tidak merokok umur sudah ada yang menentukan. DAK tertarik untuk berhenti merokok jika dirinya sudah terkena “penyakit” yang disebabkan oleh merokok.

Sementara itu, **Informan AZ** mengatakan bahwa jenis rokok yang diketahui itu rokok konvensional seperti rokok tembakau dan rokok elektrik seperti iqoss, sedangkan untuk sejarah rokok sendiri mengetahuinya yaitu berawal dari hanya ada rokok konvensional di pasaran memakai tembakau seiring dengan perkembangan zaman mulai bertebaran mengenai rokok elektrik yang menyajikan

banyak rasa-rasa. AZ mengetahui kandungan yang terdapat di dalam rokok seperti Nikotin dan Tar. Menurut AZ zat-zat yang terkandung di dalam rokok bisa menyebabkan kecanduan tetapi tergantung dari cara pemakaiannya dan tergantung kontrol dari orang yang memakainya, karena zat-zat tersebut jika dikonsumsi secara berlebihan tidak baik bagi kesehatan. AZ mengetahui informasi bahaya merokok bagi kesehatan dan katanya bisa membuat “tidak bisa hamil”, tetapi menurut AZ banyak disekitarnya yang merokok tetapi tetap bisa hamil. Menurut AZ informasi mengenai rokok tidak berpengaruh buat dirinya dan tidak tertarik untuk berhenti merokok asalkan tidak berlebihan saja.

Informan AD mempunyai pendapat yang tidak jauh berbeda dari informan lainnya mengenai jenis rokok yang diketahui diantaranya rokok putih, rokok kretek dan rokok elektrik seperti (*Pods*, *iqoss*, dan *vape*), sedangkan AD sendiri tidak mengikuti perkembangan rokok. AD mengetahui zat yang terdapat di dalam rokok yaitu diantaranya ada Nikotin dan Tar. AD sendiri mengatakan bahwa mempunyai riwayat penyakit bawaan dan lebih mengabaikan penyakit tersebut serta memilih untuk tetap merokok karena sudah kecanduan. AD juga sering melihat kampanye atau informasi-informasi mengenai dampak rokok melalui baliho atau di bungkus rokok tetapi AD masih tetap merokok dan mengabaikan informasi tersebut. Untuk saat ini AD tidak tertarik untuk berhenti merokok, melainkan menurut AD kembali ke pola hidup masing-masing, tetapi untuk kedepannya ada tertarik untuk berhenti merokok ketika sudah terkena “penyakit” akibat merokok.

Sedangkan **Informan KZI** juga berpendapat yaitu mengetahui rokok cerutu, rokok kretek, rokok filter, dan rokok elektrik, sedangkan untuk sejarah tidak mengetahuinya. KZI mengetahui kandungan yang terdapat di dalam rokok yaitu seperti Nikotin dan Tar, Nikotin

menurutnya tidak apa-apa untuk tubuh asalkan tidak dikonsumsi secara berlebihan dan KZI juga mengetahui bahwa zat-zat tersebut tidak baik untuk tubuh karena bisa menyebabkan kecanduan dan penyakit untuk tubuh. Bahkan KZI juga sudah mengetahui penyakit-penyakit yang disebabkan oleh merokok diantaranya kanker, jantung, paru-paru dan susah untuk hamil. Menurut KZI pernah menjumpai iklan dan kampanye mengenai bahaya merokok seperti dibungkus rokok dan hal tersebut tidak memberikan dampak kepada KZI serta KZI tidak tertarik untuk berhenti merokok kecuali jika terkena “penyakit” akibat dari merokok seperti kanker, paru-paru atau jantung.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan penulis oleh 5 informan, penulis akan melakukan analisis dengan upaya yang dapat digunakan manusia untuk mengatasi masalah ketidaksesuaian kognitif ini yaitu. Pertama, individu mungkin akan mengubah satu atau lebih dari elemen kognitif yang ada. Berdasarkan dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh penulis dengan narasumber di dapatkan, menurut **Informan AZ** mengetahui bahwa kandungan dalam rokok memang tidak baik untuk kesehatan, tetapi AZ mengubah kognitif tersebut dengan mengatakan bahwa tidak apa-apa merokok asal tidak berlebihan, terutama pada Nikotinnya yang bisa menyebabkan kecanduan. Hal tersebut dengan demikian juga dikemukakan oleh **Informan KZI** yang mengatakan Nikotin memang bisa membuat kecanduan dan hal tersebut baik untuk tubuh, asal tidak dikonsumsi secara berlebihan.

Kedua, menambahkan elemen baru dalam hubungan yang inkonsisten. Dari hasil wawancara di atas 2 informan menambahkan elemen baru saat mengalami inkonsistensi yaitu pada Informan AD dan Informan DAK. Menurut **Informan AD** mengetahui bahwa efek rokok itu sangat tidak baik

untuk tubuh tetapi hal itu bisa diimbangi dengan menjaga pola hidup seperti melakukan olahraga dan sebagainya. Sedangkan menurut **Informan DAK** sudah paham mengetahui dampak dari merokok itu sendiri, tetapi karena ia merupakan perokok sosial atau merokok kalau ada hal-hal tertentu aja, jadi tidak separah individu yang merokok setiap saat.

Ketiga, akan mempertimbangkan kembali bahwa disonansi yang terjadi bukan sesuatu yang penting. Hal tersebut dikeemukakan oleh **Informan AM** mengatakan bahwa mengetahui bahwa rokok berbahaya bagi kesehatan tetapi menurut AM masih ada alasan yang lebih berbahaya dan penting lagi dibandingkan dengan merokok di dalam kehidupan ini.

Keempat, berupaya mencari informasi lain yang mendukung tindakan. Berdasarkan dari hasil wawancara dapat diringkas bahwa para informan berupaya mencari informasi yang mendukung tindakan. Seperti yang dikatakan oleh **Informan KZI** informasi atau kampanye mengenai dampak rokok karena orang yang mensosialisasikan kampanye pun masih tetap merokok, jadi untuk apa. Menurut **Informan AZ** menyatakan bahwa banyaknya tentang bahaya rokok bagi kesehatan, terutama bagi Perempuan dan ibu hamil. Tetapi menurutnya masih banyak juga di sekitarnya yang hamil tetap merokok dan ketika anaknya lahir sehat saja.

Kelima, mulai mengurangi disonansi yang terjadi dengan menyalahartikan informasi yang terlibat. Berdasarkan informasi yang didapatkan dari hasil wawancara bahwa ke 5 informan mulai mengurangi disonansi yang dialami dengan menyalahartikan informasi tentang bahaya merokok diantaranya yaitu **Informan AM** mengetahui bahaya merokok tetapi dengan sadar tetap merokok, ia tidak tertarik untuk berhenti merokok kecuali dia akan hamil dan terkena penyakit akibat rokok. Menurut **Informan DAK** mengatakan bahwa DAK

sering melihat kampanye mengenai rokok terutama dibungkus rokok dan tidak berpengaruh bagi dirinya. DAK akan berhenti merokok jika sudah terkena penyakit. Sedangkan menurut **Informan AZ** iklan dan kampanye rokok itu tidak berpengaruh buat dirinya dan tidak tertarik untuk berhenti merokok asalkan tidak berlebihan aja. Sementara itu, **Informan AD** sendiri untuk sekarang tidak tertarik untuk berhenti rokok, tetapi kedepannya ada atau akan berhenti jika sudah terkena penyakit. Menurut **Informan KZI** iklan dan kampanye merokok tidak berpengaruh untuk dirinya dan dirinya akan berhenti ketika sudah terkena penyakit akibat merokok.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan dari uraian di atas dalam penelitian ini dengan judul “Analisis Disonansi Kognitif pada Perokok Perempuan di Jakarta”, maka kesimpulan yang di dapatkan oleh penelitian adalah sebagai berikut dan hasil wawancara. Dapat ditarik kesimpulan bahwa dari 5 informan tersebut dianalisis dengan upaya mengatasi masalah dalam disonansi kognitif yaitu.

Pertama, para informan mengubah elemen kognitif yaitu dengan mengatakan bahwa merokok tidak berbahaya asalkan merokok secara tidak berlebihan tidak apa-apa. Kedua, para informan memahami bahaya merokok bagi kesehatan tetapi diimbangi dengan pola kehidupan. Ketiga, para informan mengatakan bahwa ada yang lebih penting dibandingkan dengan informasi dan kampanye mengenai bahaya merokok. Keempat, para informan mengatakan bahwa sosialisasi mengenai dampak merokok dan bahaya merokok tidak mempengaruhi apa-apa dikarenakan orang yang mensosialisasikan masih tetap merokok. Kelima, para informan berusaha mencari hal lain yang dapat mengurangi disonansinya dengan membenarkan perilaku yang mereka lakukan.

Maka dari itu, hasil dari wawancara di atas ialah bahwa individu akan tetap merokok dan akan sulit untuk berhenti merokok ketika mereka masih belum terkena atau terdampak oleh “penyakit” akibat dari merokok, dengan demikian penjualan rokok di pasaran akan tetap banyak dicari dan dibeli oleh masyarakat. Kampanye dan iklan yang diberikan juga tidak memberikan pengaruh karena orang yang mensosialisasikan kampanye juga masih banyak yang merokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Amani, N. K. (2020, Mei 31). *WHO: 225.700 Orang Indonesia Meninggal Per Tahun Akibat Rokok*. Diambil kembali dari liputan 6: <https://www.liputan6.com/global/read/4267375/who-225700-orang-indonesia-meninggal-per-tahun-akibat-rokok>.
- Annisa Dwi Kurnia, N. Y. (2024). Disonansi Kognitif pada Ibu Tunggal. *COMMUNICATIONS*.
- Dewanti, I. N., & Irwansyah, I. (2021). Disonansi Kognitif Dalam Perilaku Konsumen Masyarakat Indonesia Terhadap Pembelian Produk Tanpa Logo Halal. *JURNAL LEMSA MUTIARA KOMUNIKASI*, 5(1), 99–109. <https://doi.org/10.51544/jlkm.v5i1.1657>
- Gischa, S. (2021, 28 01). *Perilaku Manusia dan Ciri-Cirinya*. Diambil kembali dari Kompas: <https://www.kompas.com/skola/read/2021/01/28/172751969/perilaku-manusia-dan-ciri-cirinya>.
- Januari, M. (2019). Pengaruh Gambar Dan Tulisan Peringatan Kesehatan Merokok Terhadap Perilaku Perokok Remaja Di Pekanbaru. *JOM FISIP*.
- Kemenkes. (2023, Februari 10). *Dampak Buruk Rokok Bagi Perokok Aktif dan Pasif*. Diambil kembali dari kemenkes.go.id: <https://ayosehat.kemkes.go.id/dampak-buruk-rokok-bagi-perokok-aktif-dan-pasif#:~:text=Penyakit%20paru%2Dparu%20kronis,Tulang%20mudah%20patah>.
- Lidya Puspita, G., & Affandi, M. (2015). Analisis Penyaluran Tenaga Kerja Oleh Perusahaan-Perusahaan Outsourcing Di Perusahaan Airlines (Studi Kasus Di Pt Mandala Airlines). *JIEP*, 15(2).
- M. Ali Sodik. (2018). *Merokok & Bahayanya*.
- Morissan. (2015). *Teori Komunikasi Individu Hingga Massa*. Kencana.
- Nadzifa Azhar Muslim, S. A. (2023). Determinan Perilaku Merokok Remaja SMA/Sederajat di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*.
- Noor Aznidar Aldani, S. U. (2015). Pengaruh Peringatan Visual Pada Bungkus Rokok Terhadap Perilaku Merokok Pada Siswa SMA. *Ilmu keperawatan*.
- Noti, F. B., Prasetya Widodo, H., & Setiamandani, E. D. (2021). *Strategi Komunikasi Pemasaran Kae Thai Tea dalam Meningkatkan Brand Awareness* (Vol. 3, Issue 1).
- Richard West, L. H. T. (2017). *Pengantar Teori Komunikasi: Analisis dan Aplikasi*. SalembaHumaika.
- UGM, F. K. (2018, February 15). *Perilaku Merokok dan Tantangan Promosi Kesehatan*. Diambil kembali dari fkkmk.ugm.ac.id: <https://fkkmk.ugm.ac.id/perilaku-merokok-dan-tantangan-promosi-kesehatan/>
- Wahyuni, R. M. (2022). Efektivitas Peringatan Gambar Bahaya Merokok Dalam Mengurangi Penggunaan Rokok Pada Remaja Di Smp Negeri 4 Kota Parepare. *Jurnal Studi Komunikasi dan Dakwah*.