



Hubungan Antara Optimisme Tidak Realistis (*Unrealistic Optimism*) dengan Intensitas Merokok

Janitra Hapsari¹, Bhina Patria²

^{1,2}Fakultas Psikologi UGM

Abstrak

Pengetahuan mengenai dampak bahaya rokok telah diketahui banyak orang, namun hal itu tidak dapat mengurangi pertumbuhan perokok di bawah usia 18 tahun. Pengetahuan tersebut mengarahkan remaja pada optimisme tidak realistis. Selain itu, pertumbuhan perokok remaja menunjukkan bahwa intensitas merokok remaja tergolong tinggi. Dengan demikian, kajian mengenai optimisme tidak realistis dan intensitas merokok perlu dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme tidak realistis dengan intensitas merokok. Partisipan pada penelitian ini adalah 95 siswa yang berusia 15-18 tahun dari sebuah SMK di Kota Yogyakarta. Metode analisis yang digunakan ialah teknik *independent sample t-test* dan *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor optimisme tidak realistis antara kelompok perokok dan bukan perokok ($t = -7,26$; $p < 0,05$). Selain itu, berdasarkan uji *chi-square*, ditemukan hubungan negatif yang signifikan antara optimisme tidak realistis dengan intensitas merokok ($\chi^2 = 36,4$; $r_s = -0,578$; $p < 0,01$). Berdasarkan temuan penelitian, remaja perlu memperhitungkan dampak buruk perilaku merokok secara proaktif untuk mengurangi optimisme tidak realistis.

Kata kunci: bias kognitif, bias optimisme, optimisme tidak realistis, intensitas merokok

Abstract

The knowledge about the harm of tobacco smoking is already known by people in general, but it's still can not reduce the growth of underage smokers. That knowledge can directing the adolescent to have an unrealistic optimism. Besides, the growth of the adolescent smokers shows that the smoking intensity among si still high. Thus, the study about about unrealistic optimism and smoking intensity is needed to be done. This research aims to find the correlation between unrealistic optimism and smoking intensity. The participant of this research are 95 students from an SMK in Yogyakarta aged 15-18. The analysis method used in this research are independent sample t-test and chi-square. The finding shows that there is a significant difference in the score of unrealistic optimism between smoker and non-smoker group ($t = -7,26$; $p < 0,05$). Besides, based on the chi-square test, there's a significant negative correlation between unrealistic optimism and smoking intensity ($\chi^2 = 36,4$; $r_s = -0,578$; $p < 0,01$). Based on the finding, adolescent needs to consider the harmful effects of tobacco smoking proactively to reduce unrealistic optimism.

Keywords: cognitive bias, optimism bias, smoking intensity, unrealistic optimism