

Motif Kebutuhan Interpersonal dalam Hubungan Asmara pada Mahasiswa Pasangan Perokok Aktif dan Pasif

Lisa Adhrianti

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Bengkulu

Fenomena Perokok Aktif di Indonesia

Fenomena perokok aktif di Indonesia merupakan persoalan kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan serius hingga saat ini. Rokok sebagai produk tembakau telah menjadi bagian dari budaya konsumsi yang mengakar kuat dalam kehidupan sosial masyarakat Indonesia, khususnya pada pria dewasa. Berdasarkan hasil survei *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) Indonesia tahun 2024, prevalensi perokok aktif pria Indonesia mencapai 65,5%. Angka ini menunjukkan bahwa hampir dua dari tiga pria dewasa di Indonesia adalah perokok aktif, menjadikan Indonesia sebagai salah satu negara dengan jumlah perokok pria tertinggi di dunia. Bahkan berdasarkan proyeksi *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) melalui studi *Global Burden of Disease*, angka ini diprediksi meningkat menjadi 73,2% pada tahun 2025 apabila tidak ada intervensi kebijakan yang signifikan dan berkelanjutan.

Data tersebut menunjukkan bahwa perilaku merokok masih dianggap sebagai sesuatu yang normal atau bahkan menjadi simbol maskulinitas dan pergaulan di berbagai kalangan, termasuk remaja dan mahasiswa. Lemahnya regulasi pengendalian tembakau dan longgarnya pengawasan terhadap iklan rokok menjadi salah satu faktor utama yang

memicu peningkatan angka perokok aktif. Meskipun pemerintah Indonesia telah menerbitkan regulasi pengendalian tembakau melalui Peraturan Pemerintah No. 109 Tahun 2012 tentang Pengamanan Bahan yang Mengandung Zat Adiktif Berupa Produk Tembakau, implementasi aturan tersebut di lapangan belum efektif. Iklan rokok masih masif ditemukan di media elektronik, media luar ruang, hingga media digital yang dengan mudah diakses oleh kelompok usia muda.

Harga rokok yang terjangkau juga menjadi faktor yang mendorong tingginya konsumsi tembakau. Dibandingkan dengan negara-negara lain di Asia Tenggara, harga rokok di Indonesia termasuk yang paling murah. Rata-rata harga sebungkus rokok di Indonesia berkisar antara Rp20.000 hingga Rp25.000, jauh di bawah standar WHO yang merekomendasikan harga tinggi untuk menurunkan permintaan. Belum lagi ketersediaan rokok batangan (eceran) yang membuatnya semakin mudah diakses oleh pelajar dan mahasiswa dengan keterbatasan ekonomi. Aksesibilitas yang tinggi ini membuat rokok menjadi konsumsi rutin tanpa hambatan berarti.

Sebagai perbandingan regional, Indonesia menempati posisi tertinggi dibandingkan negara-negara tetangga. Data dari *World Health Organization* (WHO) dan sumber epidemiologi global lainnya menunjukkan bahwa prevalensi perokok aktif pria di Thailand hanya sebesar 37,7%, di Filipina sebesar 38,3%, dan di Malaysia sebesar 40,5%. Sementara itu, negara-negara seperti Vietnam dan Jepang juga menunjukkan angka yang relatif lebih rendah dibandingkan Indonesia, masing-masing sebesar 45,3% dan 29,0%. Perbedaan yang mencolok ini menempatkan Indonesia sebagai negara dengan tingkat konsumsi rokok tertinggi di Asia Tenggara, serta sebagai salah satu negara dengan beban penyakit akibat tembakau tertinggi secara global. Temuan ini sejalan dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), yang mencatat peningkatan tren merokok secara signifikan di masyarakat usia muda (15–24 tahun). Kenaikan ini menunjukkan adanya transisi gaya hidup dan perilaku kesehatan yang semakin mengarah pada normalisasi konsumsi tembakau di kalangan generasi produktif dan terdidik, termasuk mahasiswa.

Untuk memperkuat analisis perbandingan ini, berikut disajikan data prevalensi perokok aktif pria dari beberapa negara di Asia berdasarkan survei tahun 2023–2024:

**Tabel 1. Prevalensi Perokok Aktif Pria di Beberapa Negara Asia
(Usia ≥15 Tahun)**

Negara	Prevalensi (%)	Sumber Data
Indonesia	65,5%	GATS Indonesia, 2024

Thailand	37,7%	WHO <i>Report on the Global Tobacco Epidemic</i> , 2023
Malaysia	40,5%	Global Burden of Disease Study, IHME, 2023
Filipina	38,3%	GATS Philippines, 2024
Vietnam	45,3%	GATS Vietnam, 2024
Jepang	29,0%	Japan Tobacco Report, 2023

Sumber: GATS Indonesia (2024); WHO *Tobacco Epidemic Report* (2023); IHME – GBD *Study* (2023); *Japan Tobacco Inc. Annual Report* (2023)

Data pada Tabel 1 dengan jelas mengilustrasikan bahwa Indonesia menempati posisi tertinggi dalam hal prevalensi perokok pria dewasa di kawasan Asia. Ini menunjukkan tingginya beban kesehatan akibat tembakau yang harus ditanggung negara, tidak hanya dari sisi medis dan mortalitas, tetapi juga dari sisi ekonomi, sosial, serta produktivitas masyarakat. Tingginya angka perokok aktif di Indonesia juga mengindikasikan adanya hambatan dalam implementasi kebijakan pengendalian tembakau, baik dari aspek penegakan regulasi, edukasi publik, maupun pengawasan terhadap iklan dan promosi rokok, yang masih sangat longgar jika dibandingkan negara lain.

Tingginya angka perokok aktif ini tidak hanya berdampak pada kesehatan individu perokok, tetapi juga secara signifikan meningkatkan risiko terhadap perokok pasif, yaitu individu yang tidak merokok namun terpapar asap rokok dari lingkungan sekitarnya. Pada fenomena relasi asmara, perokok pasif sering kali adalah pasangan dari perokok aktif, khususnya perempuan yang menjalin hubungan dengan pria perokok. Menurut data dari *World Health Organization* (WHO), sekitar 600.000 orang meninggal setiap tahun akibat paparan asap rokok orang lain, di mana mayoritas adalah perempuan dan anak-anak. Bahaya ini tidak bersifat sepele, sebab paparan asap rokok dapat menyebabkan penyakit jantung, kanker paru, stroke, hingga gangguan kehamilan pada perempuan.

Pada lingkungan mahasiswa, fenomena ini pun menjadi perhatian serius. Studi oleh Lestari (2020) menunjukkan bahwa sekitar 48,7% mahasiswa laki-laki di perguruan tinggi negeri di Indonesia adalah perokok aktif, sementara mahasiswa perempuan yang merokok sebanyak 5,3%. Namun data ini menjadi menarik karena menunjukkan bahwa banyak perempuan bukan perokok berada dalam hubungan romantis dengan pria perokok. Hal ini menjadikan perempuan menjadi kelompok yang rentan menjadi perokok pasif tanpa sadar. Mereka terpapar dalam ruang-ruang privat, seperti kosan, rumah kontrakan, tempat berkumpul, atau bahkan

ruang publik kampus yang belum sepenuhnya menjadi kawasan tanpa rokok.

Hal ini mengarah pada urgensi untuk tidak hanya melihat merokok sebagai masalah kesehatan individu, tetapi juga sebagai isu hubungan interpersonal. Pada relasi asmara, aspek psikologis seperti kompromi, toleransi, dan kebutuhan afeksi sering kali membuat perempuan tetap bertahan dalam hubungan dengan pria perokok aktif, meskipun mereka secara sadar mengetahui bahaya dari paparan asap rokok.

Kebutuhan Hubungan Interpersonal William Schutz

Hubungan interpersonal merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia sebagai makhluk sosial. Pada ranah komunikasi, hubungan ini tidak hanya dipandang sebagai pertukaran pesan semata, melainkan juga sebagai proses pemenuhan kebutuhan psikososial yang esensial. William Schutz yang merupakan seorang psikolog Amerika, mengemukakan teori yang dikenal dengan nama *Fundamental Interpersonal Relations Orientation* (FIRO), yang menjelaskan bahwa setiap individu memiliki tiga kebutuhan utama dalam membentuk dan mempertahankan hubungan sosial, yaitu inklusi (*inclusion*), kontrol (*control*), dan afeksi (*affection*). Inklusi merujuk pada kebutuhan untuk merasa diterima dan dilibatkan dalam hubungan atau kelompok; kontrol berkaitan dengan kebutuhan untuk memengaruhi, mengatur, atau diarahkan dalam interaksi sosial; sementara afeksi merupakan kebutuhan untuk memberi dan menerima kasih sayang, perhatian, serta dukungan emosional. Ketiga kebutuhan ini saling berinteraksi dan membentuk dasar dari dinamika komunikasi interpersonal. Teori ini pertama kali diperkenalkan pada tahun 1958 melalui karya Schutz yang berjudul *FIRO: A Three-Dimensional Theory of Interpersonal Behavior*, dan kemudian diperdalam dalam publikasi lanjutannya *The Interpersonal Underworld* (1966).

Schutz meyakini bahwa komunikasi interpersonal merupakan sarana utama individu untuk memenuhi kebutuhan relasionalnya. Artinya, komunikasi tidak hanya berfungsi untuk menyampaikan pesan, tetapi juga untuk membangun koneksi sosial dan emosional yang memungkinkan individu merasa diterima, dihargai, dan dicintai. Relasi interpersonal menjadi arena penting dalam membentuk identitas sosial, keseimbangan emosional, dan kesejahteraan psikologis seseorang. Apabila dikaji dari sisi hubungan asmara, kebutuhan inklusi, kontrol, dan afeksi bukan hanya memengaruhi intensitas keterlibatan pasangan, tetapi juga menentukan keberhasilan atau kegagalan relasi dalam jangka panjang.

Kebutuhan akan inklusi mencerminkan dorongan dasar manusia untuk menjadi bagian dari suatu hubungan atau kelompok. Inklusi berkaitan dengan sejauh mana seseorang menginginkan keterlibatan sosial serta diakui keberadaannya oleh orang lain. Pada hubungan asmara, kebutuhan ini muncul dalam bentuk keinginan untuk dilibatkan dalam aktivitas pasangan, merasa dekat secara sosial, dan tidak diabaikan dalam kehidupan sehari-hari. Bagi mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal, di mana identitas sosial masih dalam proses pembentukan, kebutuhan inklusi sering kali muncul dengan intensitas tinggi. Mereka ingin merasa hadir dalam kehidupan pasangan, mengetahui kegiatan sehari-harinya, dan merasa dibutuhkan dalam relasi tersebut. Ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi, seperti dalam kasus pasangan yang tidak terbuka atau kurang menunjukkan keterlibatan, maka akan muncul perasaan terabaikan, kesepian, atau tidak dianggap penting. Hal ini dapat memicu ketegangan emosional, yang jika tidak dikelola dengan baik, dapat berujung pada konflik atau penarikan diri dari hubungan.

Sementara kebutuhan kontrol dalam teori Schutz merujuk pada dorongan individu untuk memengaruhi atau mengarahkan orang lain, serta keinginan untuk memperoleh struktur dan kestabilan dalam interaksi sosial. Pada hubungan asmara, kebutuhan kontrol tercermin dalam pengambilan keputusan bersama, pembagian peran dalam relasi, dan penetapan batas-batas yang disepakati. Individu dengan kebutuhan kontrol tinggi cenderung memiliki dorongan untuk menetapkan arah hubungan, mengatur aktivitas bersama, atau menetapkan aturan-aturan tertentu dalam interaksi. Sebaliknya, individu dengan kebutuhan kontrol rendah lebih nyaman dalam posisi mengikuti, menerima arahan, dan membiarkan pasangan mengambil inisiatif.

Pada fenomena relasi antara mahasiswa perokok aktif dan nonperokok, misalnya, kebutuhan kontrol dapat terlihat dari sejauh mana masing-masing pihak mampu memengaruhi perilaku pasangannya. Seorang perempuan nonperokok yang memiliki kebutuhan kontrol tinggi mungkin akan berupaya mengarahkan pasangannya untuk mengurangi atau bahkan menghentikan kebiasaan merokok. Jika pasangannya merespons secara terbuka dan bersedia melakukan kompromi, maka kebutuhan kontrol tersebut dapat terpenuhi secara positif. Namun, jika pasangan menolak untuk diatur atau merasa kebebasannya terganggu, maka kebutuhan kontrol yang tidak selaras ini dapat menjadi sumber konflik. Ketidakseimbangan dalam pemenuhan kebutuhan kontrol sering kali menyebabkan relasi menjadi timpang, salah satu pihak merasa didominasi, sedangkan pihak lainnya merasa kurang dihargai.

Kebutuhan ketiga dalam teori Schutz yaitu afeksi, merujuk pada dorongan untuk memberi dan menerima kasih sayang, kehangatan emosional, dan dukungan interpersonal. Afeksi menjadi dimensi paling intim dalam hubungan manusia, yang berkaitan erat dengan perasaan aman, dekat, dan terhubung secara emosional. Pada hubungan asmara, afeksi tampak dalam bentuk perhatian, pelukan, ucapan sayang, atau dukungan emosional ketika pasangan mengalami stres. Individu yang memiliki kebutuhan afeksi tinggi akan cenderung mengekspresikan perasaan cintanya secara terbuka, serta berharap menerima bentuk kasih sayang yang sama dari pasangannya. Sebaliknya, individu dengan kebutuhan afeksi rendah mungkin menunjukkan sikap yang lebih tertutup, tidak terlalu nyaman dalam mengekspresikan emosi, atau merasa canggung ketika pasangan bersikap terlalu mesra.

Ketika kebutuhan afeksi ini tidak terpenuhi, relasi cenderung menjadi dingin, datar, dan kehilangan dimensi emosional yang seharusnya menjadi fondasi dari hubungan romantis. Pada pasangan mahasiswa perokok aktif dan pasif, kebutuhan afeksi dapat berperan sebagai penyeimbang terhadap ketidaksesuaian gaya hidup. Seorang perempuan nonperokok akan merasa terganggu oleh kebiasaan merokok pasangannya, namun tetap mempertahankan relasi karena kebutuhan afeksinya terpenuhi melalui bentuk perhatian dan kasih sayang yang lain. Dengan kata lain, afeksi dapat berperan sebagai mekanisme kompensasi terhadap ketidaknyamanan dalam aspek lain dari relasi. Namun jika kebutuhan afeksi juga tidak terpenuhi, maka ketidaksesuaian tersebut akan semakin memburuk dan berpotensi memicu perpisahan.

Ketiga kebutuhan interpersonal yang dikemukakan oleh Schutz tidak berdiri sendiri, tetapi saling berinteraksi dalam membentuk dinamika relasi interpersonal. Pada banyak kasus, ketidakseimbangan atau ketidaksesuaian antara kebutuhan-kebutuhan ini menjadi akar dari ketegangan atau konflik dalam relasi. Apabila seseorang yang memiliki kebutuhan inklusi dan afeksi tinggi namun berada dalam hubungan dengan pasangan yang memiliki kebutuhan rendah dalam kedua dimensi tersebut akan mengalami kesenjangan harapan dan realitas yang signifikan. Hubungan tersebut menjadi tidak seimbang, karena satu pihak merasa kurang dilibatkan dan dicintai, sementara pihak lainnya merasa terbebani oleh intensitas keterlibatan yang diminta.

Sebaliknya jika pasangan mampu menyelaraskan kebutuhan interpersonal mereka melalui komunikasi terbuka, empati, dan kesediaan untuk saling menyesuaikan —maka relasi dapat berkembang secara sehat. Hal ini menunjukkan bahwa teori FIRO tidak hanya menjelaskan motivasi dasar dalam hubungan sosial, tetapi juga menawarkan panduan praktis bagi

individu dalam membangun relasi yang fungsional. Terlebih dalam hubungan asmara mahasiswa, di mana pengalaman cinta sering kali merupakan bagian dari proses pembentukan identitas dan kemandirian emosional sehingga pemahaman terhadap kebutuhan interpersonal menjadi sangat penting. Mahasiswa yang mampu mengenali dan memahami kebutuhan dirinya dan pasangannya akan lebih mampu membina relasi yang sehat, stabil, dan saling mendukung secara psikologis.

Motif Kebutuhan Interpersonal dalam Hubungan Asmara Mahasiswa

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memperoleh pemahaman mengenai motif kebutuhan interpersonal dalam hubungan asmara antara pria perokok aktif dan perempuan nonperokok (perokok pasif) pada mahasiswa. Lokasi penelitian ditentukan secara purposif di Jurusan Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Bengkulu, mengingat populasi mahasiswa di jurusan ini cukup representatif untuk mengungkap dinamika hubungan interpersonal dalam lingkungan sosial kampus. Teknik penentuan informan dilakukan dengan *purposive sampling*, yaitu memilih pasangan mahasiswa yang sedang atau pernah menjalin hubungan asmara lintas kebiasaan merokok (perokok aktif dan nonperokok). Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) pasangan heteroseksual yang terdiri dari laki-laki perokok aktif dan perempuan nonperokok, (2) berstatus mahasiswa aktif di Jurusan Ilmu Komunikasi UNIB, dan (3) telah menjalani hubungan asmara minimal selama enam bulan. Jumlah informan terdiri dari empat pasang responden (delapan individu), yang diwawancarai.

Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi-terstruktur dengan pedoman wawancara yang dikembangkan berdasarkan dimensi teori *Fundamental Interpersonal Relations Orientation* (FIRO) dari William Schutz, yakni inklusi, kontrol, dan afeksi. Selain wawancara, peneliti juga melakukan observasi non-partisipatif terhadap interaksi sehari-hari informan di lingkungan kampus sebagai data pendukung. Analisis data dilakukan melalui teknik analisis tematik, yang meliputi tahapan reduksi data, kategorisasi temuan sesuai dimensi FIRO, interpretasi makna, dan penarikan kesimpulan. Untuk menjamin validitas data, dilakukan triangulasi sumber (memverifikasi informasi antara pasangan) serta *member checking* untuk memastikan bahwa hasil interpretasi peneliti sesuai dengan pengalaman subjektif informan.

Motif kebutuhan interpersonal para informan dikategorisasikan ke dalam tiga dimensi utama, yaitu inklusi (*inclusion*), kontrol (*control*), dan afeksi (*affection*), yang secara bersama membentuk dasar dari relasi interpersonal mahasiswa dalam hubungan asmara lintas gaya hidup (perokok dan nonperokok).

1. Kebutuhan Inklusi: Penerimaan Sosial dan Keterlibatan Emosional

Pada dimensi inklusi, mayoritas informan menunjukkan adanya kebutuhan untuk diterima sebagai individu yang utuh dalam kehidupan pasangan mereka, terlepas dari perbedaan kebiasaan merokok. Kebutuhan ini tercermin dari upaya kedua belah pihak dalam menjaga kehadiran sosial yang positif satu sama lain di lingkungan kampus maupun di dalam kelompok pertemanan. Berdasarkan hasil penelitian, salah satu informan perempuan (N, 20 tahun) mengungkapkan bahwa pada awal menjalin hubungan dengan pasangan yang merupakan perokok aktif, ia merasa khawatir akan penilaian sosial dari teman-temannya. Namun ia kemudian menyadari bahwa keterlibatan emosional dan dukungan pasangan dalam kegiatan akademik serta organisasi kampus menjadi faktor penting dalam membentuk rasa keterhubungan. Hal ini menegaskan bahwa kebutuhan untuk "dilibatkan" dan "merasa bagian dari" hubungan menjadi lebih bermakna daripada sekadar menyetujui kebiasaan merokok itu sendiri.

Sebaliknya informan laki-laki (R, 21 tahun) menyatakan bahwa ia berupaya mengurangi frekuensi merokok di hadapan pasangan, khususnya di ruang publik atau saat bersama dengan teman perempuan pasangan, sebagai bentuk penghormatan terhadap lingkungan sosial pasangannya. Ini menunjukkan bahwa kebutuhan inklusi tidak hanya berkaitan dengan penerimaan oleh pasangan, tetapi juga mencakup integrasi dalam jejaring sosial pasangan.

2. Kebutuhan Kontrol: Negosiasi Peran dan Batasan Pribadi

Dimensi kontrol merujuk pada sejauh mana individu merasa memiliki kendali dan pengaruh dalam hubungan, baik dalam pengambilan keputusan sehari-hari maupun dalam menetapkan batasan perilaku. Pada hubungan asmara antara pria perokok aktif dan perempuan nonperokok, kebutuhan kontrol banyak diwujudkan melalui proses negosiasi yang eksplisit dan implisit. Informan perempuan (S, 21 tahun) mengungkapkan bahwa ia

sering merasa perlu untuk "menegur secara halus" pasangan apabila merokok terlalu dekat atau dalam kondisi ruang tertutup. Dalam hal ini, perempuan cenderung menegosiasikan batas kenyamanan melalui pendekatan emosional ketimbang otoritatif. Akan tetapi informan laki-laki (A, 23 tahun) menyatakan bahwa meskipun dirinya menyadari pasangan tidak menyukai kebiasaan merokok, ia merasa perlu mempertahankan identitas dan otonomi sebagai perokok, terutama karena merokok telah menjadi bagian dari gaya hidupnya sejak masa SMA.

Namun pasangan yang telah menjalin hubungan lebih dari satu tahun umumnya menunjukkan pola adaptasi yang lebih stabil. Beberapa pasangan menetapkan kesepakatan informal, misalnya tidak merokok ketika berkunjung ke rumah pasangan, atau memilih tempat yang ventilatif saat berkenan. Ini menunjukkan bahwa kebutuhan kontrol dapat terpenuhi melalui pembagian ruang personal dan kompromi yang saling menguntungkan, tanpa harus mengorbankan identitas atau prinsip masing-masing pihak.

3. Kebutuhan Afeksi: Kasih Sayang, Keintiman Emosional, dan Toleransi

Dimensi afeksi merupakan motif interpersonal yang paling menonjol dan berperan penting dalam menjaga keberlangsungan hubungan lintas kebiasaan merokok. Kebutuhan akan kasih sayang, perhatian, dan keintiman emosional menjadi dasar utama yang membuat pasangan tetap bertahan, meskipun perbedaan gaya hidup menjadi sumber potensi konflik. Seluruh informan perempuan menyatakan bahwa perasaan sayang, kenyamanan emosional, dan rasa aman saat bersama pasangan menjadi alasan utama mereka tetap melanjutkan hubungan. Salah satu informan (L, 20 tahun) mengaku bahwa meskipun ia sangat tidak menyukai asap rokok, ia tetap menerima pasangan karena sikap pengertian dan perhatian yang ditunjukkan dalam berbagai situasi, seperti mendukung saat ujian, menemani saat sakit, dan mendengarkan keluh kesahnya.

Sementara informan laki-laki menyatakan bahwa mereka merasa dihargai ketika pasangan tidak secara agresif memaksa mereka untuk berhenti merokok, melainkan memberikan ruang dan waktu untuk berubah secara sukarela. Hal ini menandakan bahwa ekspresi afeksi dalam hubungan ini lebih sering dimanifestasikan dalam bentuk toleransi dan empati, bukan kontrol atau ultimatum.

Analisis terhadap narasi para informan menunjukkan bahwa masing-masing dimensi FIRO mewarnai dinamika relasi asmara yang mereka jalani. Meskipun terdapat ketimpangan kebiasaan terkait merokok, informan menunjukkan adanya kemampuan untuk beradaptasi, berkomunikasi secara asertif, serta membangun bentuk toleransi yang berbasis pada rasa saling percaya dan kasih sayang. Untuk memberikan gambaran yang lebih terstruktur, temuan penelitian ini dirangkum dalam bentuk tabel tematik berikut yang menunjukkan bagaimana ketiga dimensi FIRO terefleksikan dalam motif kebutuhan interpersonal para informan:

Tabel 2. Motif Kebutuhan Interpersonal dalam Hubungan Asmara Mahasiswa

Dimensi FIRO	Makna/Kebutuhan	Temuan Kunci	Interpretasi
Inklusi	Kebutuhan untuk diterima, dilibatkan, dan menjadi bagian dari kehidupan pasangan	Pasangan tetap mempertahankan relasi sosial dan emosional meskipun ada perbedaan gaya hidup.	Perbedaan kebiasaan merokok tidak menghalangi keterlibatan sosial dan emosional, selama ada rasa saling menghargai dan keterbukaan.
		Pria perokok menyesuaikan perilaku saat bersama pasangan demi menjaga citra sosial pasangannya.	Kebutuhan inklusi terpenuhi ketika pasangan saling menjaq peran sosial satu sama lain di lingkungan pertemanan dan kampus.
Kontrol	Kebutuhan untuk memiliki pengaruh, menetapkan batasan, dan merasa otonom dalam hubungan	Perempuan menegosiasikan kenyamanan dengan pendekatan lembut agar pasangan memahami batasannya.	Ada upaya menjaga kendali terhadap situasi tanpa menciptakan konfrontasi langsung. Kontrol diekspresikan secara emosional dan komunikatif.
		Pria perokok merasa perlu mempertahankan otonomi, tetapi bersedia beradaptasi dengan pasangan.	Kebutuhan kontrol dipenuhi melalui kompromi dan adaptas jangka panjang, tidak melalui tuntutan sepihak.
		Pasangan menetapkan kesepakatan informal untuk	Kesepakatan informal berfungsi sebagai mekanisme kontrol bersama yang menjaga

		membatasi kebiasaan merokok saat bersama.	keseimbangan kebutuhan masing-masing pihak.
Afeksi	Kebutuhan akan kasih sayang, perhatian, penerimaan, dan keintiman emosional	Perempuan tetap bertahan dalam hubungan karena kelekatan emosional yang kuat meskipun tidak menyukai kebiasaan merokok pasangan.	Afeksi menjadi landasan utama yang mengikat hubungan. Toleransi terhadap perbedaan gaya hidup lahir dari kebutuhan afeksi yang tinggi.
		Pria perokok merasa dihargai ketika pasangan tidak memaksa mereka untuk berubah secara drastis.	Afeksi ditunjukkan dalam bentuk empati dan penerimaan, bukan dalam bentuk kontrol atau ultimatum. Hal ini menciptakan ruang dialog yang sehat dalam hubungan.

Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2025

Hasil observasi non-partisipatif yang dilakukan oleh peneliti di lingkungan kampus termasuk di sekitar ruang kelas, kantin, taman kampus, serta ruang diskusi mahasiswa memberikan penguatan terhadap hasil wawancara yang telah diperoleh sebelumnya. Observasi dilakukan dengan memperhatikan interaksi spontan dan keseharian informan tanpa campur tangan langsung dari peneliti. Data ini menjadi penting sebagai pelengkap untuk mengungkap ekspresi kebutuhan interpersonal yang mungkin tidak terartikulasikan secara verbal dalam wawancara. Secara umum, pola interaksi pasangan yang diamati menunjukkan kecenderungan komunikasi yang adaptif, suportif, dan saling menghormati. Pasangan yang terdiri dari pria perokok aktif dan perempuan nonperokok tampak membangun kebiasaan tertentu yang menunjukkan adanya penyesuaian terhadap kebutuhan dan kenyamanan masing-masing pihak. Bentuknya yakni pria perokok cenderung menjaga jarak fisik saat sedang merokok di hadapan pasangannya, atau memilih untuk merokok di luar jangkauan langsung dari pasangannya. Tindakan ini bukan hanya bentuk sopan santun, tetapi juga merepresentasikan bentuk nyata dari afeksi dan kontrol dalam hubungan interpersonal.

Pada beberapa kasus, peneliti mengamati penggunaan bahasa nonverbal yang mencerminkan kedekatan emosional, seperti senyuman saat berbicara, sentuhan ringan di lengan atau

bahu sebagai bentuk penguatan emosional serta kontak mata yang intens saat berdiskusi. Ekspresi ini menjadi indikator kuat bahwa afeksi tidak hanya diungkapkan melalui kata-kata, melainkan juga melalui gestur dan respons emosional yang bersifat alami dan spontan. Interaksi ini mencerminkan bahwa meskipun terdapat perbedaan kebiasaan gaya hidup, pasangan mampu membangun komunikasi yang mendalam dan saling mendukung secara emosional. Bahkan observasi juga menemukan bahwa perbedaan dalam kebiasaan merokok tidak menjadi hambatan dalam keterlibatan sosial dan akademik pasangan. Mereka tetap aktif bersama dalam berbagai kegiatan organisasi kampus, kerja kelompok, maupun kegiatan diskusi informal.

Perbedaan kebiasaan antara perokok aktif dan nonperokok justru menjadi ruang pembelajaran interpersonal yang penting. Peneliti mencatat bahwa sebagian pasangan mampu menjadikan perbedaan tersebut sebagai titik refleksi dalam memahami perspektif satu sama lain. Hal ini terlihat dari kemampuan mereka mengelola konflik kecil secara dewasa, misalnya ketika pasangan perempuan terlihat sedikit menjauh saat pasangannya merokok, yang kemudian disambut oleh tindakan adaptif dari pasangan laki-laki dengan mematikan rokoknya atau berpindah tempat.

Dari hasil pengamatan ini dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial pasangan tidak sepenuhnya ditentukan oleh kesamaan kebiasaan, tetapi lebih oleh kualitas komunikasi, empati, dan keterampilan interpersonal dalam mengelola perbedaan. Keberhasilan dalam mempertahankan hubungan tersebut tercermin dari keseimbangan antara ekspresi kasih sayang, pengendalian diri, dan kemampuan beradaptasi dalam berbagai situasi sosial di lingkungan kampus.

Implikasi Sosial dan Strategi Literasi Kesehatan dalam Hubungan Asmara

Hubungan asmara antara pria perokok aktif dan perempuan nonperokok pada mahasiswa tidak hanya berdampak pada dinamika psikososial antarindividu, tetapi juga memiliki implikasi serius terhadap aspek kesehatan publik, khususnya terkait peningkatan risiko menjadi perokok pasif. Dalam banyak kasus, perempuan dalam hubungan ini cenderung menoleransi kebiasaan merokok pasangannya demi menjaga keharmonisan relasi, meskipun hal tersebut mengorbankan kenyamanan dan kesehatannya

sendiri. Padahal berbagai studi telah menunjukkan bahwa paparan asap rokok sekunder (*secondhand smoke*) memiliki efek jangka panjang terhadap kesehatan reproduksi, pernapasan, dan kardiovaskular perempuan.

Dari sudut pandang sosial, hubungan asmara semacam ini juga berkontribusi pada normalisasi kebiasaan merokok dalam ruang-ruang interpersonal yang privat. Jika tidak dikritisi secara kolektif, kondisi ini bisa menjadi penghambat dalam upaya penurunan prevalensi perokok pasif di Indonesia, terutama pada perempuan muda dan mahasiswa. Sehingga strategi literasi kesehatan yang tidak hanya bersifat informatif tetapi juga transformatif menjadi sangat mendesak untuk diterapkan, khususnya dalam hubungan romantis pada anak remaja dan dewasa muda.

Literasi kesehatan yang dimaksud tidak hanya menyampaikan informasi tentang bahaya merokok, tetapi juga mendorong kesadaran kritis dan keberdayaan perempuan untuk mengambil sikap yang lebih proaktif dalam menjaga kesehatan diri. Kesadaran ini mencakup hak untuk menetapkan batas kenyamanan, berkomunikasi secara asertif tentang ketidaksukaan terhadap asap rokok, dan membangun relasi yang saling mendukung untuk hidup lebih sehat. Pendidikan kesehatan yang diintegrasikan ke dalam pendekatan relasional dan berbasis pengalaman mahasiswa menjadi strategi kunci yang dapat digunakan oleh institusi pendidikan tinggi.

Sebagai contoh konkret, Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) Universitas Bengkulu telah menerapkan Zona Integritas (ZI) di lingkungan kampus sebagai salah satu langkah strategis dalam mewujudkan budaya akademik yang sehat dan bebas rokok. Salah satu isi kebijakan Zona Integritas tersebut menyatakan larangan tegas bagi mahasiswa maupun sivitas akademika untuk merokok di seluruh area kampus FISIP UNIB. Kebijakan ini tidak hanya sekadar bentuk kepatuhan administratif, tetapi juga merupakan upaya edukatif dan preventif dalam menanamkan kesadaran kolektif mengenai pentingnya lingkungan belajar yang bersih, sehat, dan inklusif. Penerapan ZI ini sekaligus dapat menjadi sarana penguatan strategi literasi kesehatan berbasis institusi. Melalui aturan yang jelas, kampus mendorong terjadinya perubahan perilaku mahasiswa, termasuk di antaranya mahasiswa perokok aktif yang tengah menjalin hubungan dengan pasangan nonperokok. Keberadaan lingkungan kampus yang secara tegas menolak aktivitas merokok, hubungan asmara yang sebelumnya rentan terhadap risiko paparan asap rokok dapat lebih mudah dikelola secara sehat dan beretika.

Keberadaan kebijakan seperti Zona Integritas tidak hanya berdampak pada tatanan kelembagaan, tetapi juga memiliki peran strategis dalam membentuk budaya komunikasi interpersonal yang lebih sehat. Apabila

diterapkan secara konsisten dan ditunjang dengan kampanye literasi kesehatan yang berkelanjutan, strategi ini berpotensi menjadi kontribusi signifikan dalam menurunkan angka perokok pasif bagi perempuan muda Indonesia, sekaligus mendorong terciptanya generasi mahasiswa yang lebih sadar akan pentingnya menjaga kualitas hidup, baik secara fisik maupun sosial dalam relasi mereka.

Referensi

- DeVito, J. A. (2019). *The Interpersonal Communication Book* (14th ed.). Boston, MA: Pearson Education
- Global Adult Tobacco Survey (GATS) Indonesia. (2024). *Global Adult Tobacco Survey: Indonesia Report 2024*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME). (2023). *Global Burden of Disease Study*. Seattle: University of Washington
- Japan Tobacco Inc. (2023). *Annual Report 2023*. Retrieved from <https://www.jt.com>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Litbangkes
- Kurniawan, D., & Sari, M. (2021). Dampak iklan rokok terhadap persepsi remaja tentang kebiasaan merokok. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 9(1), 25–32. <https://doi.org/10.20473/jpk.v9.i1.2021.25-32>
- Lestari, A. (2020). Studi perilaku merokok pada mahasiswa perguruan tinggi negeri di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 123–135
- Littlejohn, S. W., & Foss, K. A. (2008). *Theories of Human Communication* (9th ed.). Belmont, CA: Wadsworth
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 109 Tahun 2012 tentang Pengamanan Bahan yang Mengandung Zat Adiktif Berupa Produk Tembakau bagi Kesehatan
- Pratiwi, R. Y. (2022). Perilaku mahasiswa terhadap pasangan perokok: Studi relasi asmara dan dampak kesehatan. *Jurnal Psikologi Sosial*, 10(1), 56–68
- Schutz, W. C. (1958). *FIRO: A Three-Dimensional Theory of Interpersonal Behavior*. New York: Rinehart
- Schutz, W. C. (1966). *The Interpersonal Underworld*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books
- Wood, J. T. (2013). *Interpersonal Communication: Everyday Encounters* (7th ed.). Boston: Wadsworth Cengage Learning
- World Health Organization (WHO). (2023). *WHO Report on the Global Tobacco Epidemic 2023*. Geneva: WHO Press
- World Health Organization (WHO). (n.d.). Second-hand smoke. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>



Dr. Lisa Adhrianti, S.Sos., M.Si., CIPS., CPPS.

Lahir di Bengkulu pada 30 September 1982, merupakan dosen tetap pada Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Bengkulu yang saat ini menjabat sebagai Wakil Rektor I Bidang Akademik Universitas Bengkulu. Kepakaran dalam bidang *Public Speaking* dan *Branding* yang dikembangkan melalui aktivitas pengajaran, pelatihan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Riwayat jabatan sebelumnya mencakup posisi sebagai Wakil Dekan Bidang Sumber Daya Manusia FISIP dan Ketua Jurusan Ilmu Komunikasi. Dr.Lisa juga menjadi Dosen Berprestasi Jurusan Ilmu Komunikasi dan FISIP tahun 2023. Selain aktif dalam pengembangan kurikulum dan manajemen akademik, beliau juga menjabat sebagai Koordinator Wilayah Bengkulu Jaringan Pegiat Literasi Digital (JAPELIDI), Ketua DPD Indonesian Professional Speaker Association (IPSA) Bengkulu, serta Pendiri Lembaga Konsultan Publik Raflesia Riset Parameter (RRP) Bengkulu yang membawahi LKP RRP (Lembaga Kursus dan Pelatihan). Kualifikasi profesional mencakup peran sebagai Asesor Kompetensi Public Speaking BNSP dan pembicara tersertifikasi internasional dari Komite Akreditasi Nasional (KAN). Saat ini juga menjabat sebagai Kepala Departemen Kerjasama Pengurus Pusat Asosiasi Pendidikan Tinggi Ilmu Komunikasi (ASPIKOM), Ketua Bidang Humas dan Publikasi Aliansi Akademisi Komunikasi Indonesia untuk Pengendalian Tembakau (AAKIPT) serta aktif berkontribusi dalam penguatan kapasitas komunikasi di dunia akademik maupun masyarakat luas. Informasi lebih lanjut dapat diperoleh melalui email lisaadhrianti@unib.ac.id, Instagram [@lisaadhrianti](https://www.instagram.com/lisaadhrianti), dan Facebook [@Lisa Adhrianti](https://www.facebook.com/LisaAdhrianti).