

**GAMBARAN SELF LOVE PADA LAKI-LAKI DEWASA AWAL
YANG MEMPUNYAI KEBIASAAN MEROKOK AKTIF**



**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

DISUSUN OLEH:

BAHIRA HAWA NABILA

NIM: 21107010059

Dosen Pembimbing Skripsi : Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SUNAN KALIJAGA
NIP. 19830501 201503 2 006
YOGYAKARTA

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2025**

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-3495/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : GAMBARAN *SELF LOVE* PADA LAKI-LAKI DEWASA AWAL YANG MEMPUNYAI KEBIASAAN MEROKOK AKTIF

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : BAHIRA HAWA NABILA
Nomor Induk Mahasiswa : 21107010059
Telah diujikan pada : Senin, 04 Agustus 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 68a7d44496b05



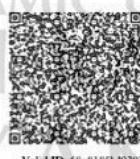
Pengaji I
Maya Fitria, S. Psi., M.A.
SIGNED

Valid ID: 68a511f0cc57e



Pengaji II
Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 68a654057d33a



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
YOGYAKARTA
Yogyakarta, 04 Agustus 2025
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 68a818f1d0397

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bahira Hawa Nabila

NIM : 21107010059

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Gambaran *Self Love* pada Laki-Laki Dewasa Awal yang Mempunyai Kebiasaan Merokok Aktif”** adalah benar hasil karya penelitian saya sendiri, tanpa melanggar aturan akademik seperti penjiplakan, pemalsuan data, atau memanipulasi data. Selain itu, terdapat beberapa bagian yang peneliti ambil dari kutipan penulis lain, namun telah sesuai dengan tata cara yang dibenarkan. Apabila terbukti penelitian ini melanggar kode etik akademik dan peraturan, maka sebagai peneliti saya siap menerima konsekuensi yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya supaya dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 21 Juli 2025

Pembuat Pernyataan



Bahira Hawa nabila

NIM. 21107010059

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Hal : Persetujuan Skripsi / Tugas Akhir
Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan memenuhi perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Bahira Hawa Nabila
NIM : 21107010059
Prodi : Psikologi
Judul : Gambaran Self Love pada Laki-Laki Dewasa Awal yang Memiliki Kebiasaan Merokok Aktif

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam program studi Psikologi.

Harapan saya semoga saudara tersebut di atas dapat segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqasyah. Demikian
Wassalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 21 Juli 2025

Pembimbing,

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.

NIP. 19830501 201503 2 006

MOTTO

“Memento vivere, memento mori”

*“Yesterday is history, tomorrow is a mystery, today is a gift, that is why it is called
the present”*

-Oogway



HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Segalanya, atas limpahan rahmat, kemudahan, serta keberkahan yang tiada henti mengiringi setiap langkah dalam perjalanan hidup penulis. Dalam setiap jatuh dan bangun, dalam ragu maupun harap, Allah senantiasa menghadirkan jalan meski tak selalu mudah dipahami pada awalnya. Melalui skenario kehidupan yang penuh makna, penulis dituntun hingga mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Semua yang terwujud bukan semata hasil upaya pribadi, melainkan berkat izin, pertolongan, dan kasih sayang-Nya.

**Hasil karya sederhana ini, dengan segala kerendahan hati saya
persesembahkan untuk:**

1. Kepada Bapak dan Ibu saya tercinta, tersayang, yang namanya selalu saya peluk dalam doa kepada-Nya. Terima kasih atas segala pengorbanan dan lelah yang Bapak dan Ibu pendam dalam diam, pada setiap perjuangan yang dilakukan demi memenuhi segala kebutuhan yang mengantarkan penulis pada setiap mimpi yang dicita-citakan. Seluruh cinta dan didikan yang Bapak dan Ibu berikan telah membentuk penulis menjadi pribadi yang lebih tangguh dan bijaksana dalam menjalani seluruh skenario hidup yang dituliskan dengan sangat indah oleh-Nya.
2. Teruntuk kedua kakak penulis yang selalu menjadi penopang dalam berbagai alur cerita skenario kehidupan penulis. Terimakasih telah membantu dalam memberikan semangat tanpa syarat kepada penulis, karena adanya figur kedua kakak penulis dalam cerita menjadi salah satu pilar terbesar.
3. Teruntuk kucing-kucing kesayangan penulis yakni Dudut, Ucil, Bibul, Gupis, Lulic, Uwil, Nyonyil, Mamaw, Loleng, Komeng, dan Bicik, yang selalu tahu kapan harus mendekat dan diam di sisi. Terima kasih telah menjadi teman setia penulis di setiap kesendirian, penghibur di tengah kesedihan, dan sumber semangat dalam hari-hari yang melelahkan. Dalam diam dan tatapanmu, penulis menemukan ketenangan yang tak bisa dijelaskan. Terima kasih sudah menjadi rumah dalam bentuk yang paling lembut, pengingat bahwa cinta tak selalu perlu diungkapkan tetapi kehadirannya bisa terasa begitu nyata.

4. Teruntuk teman di bangku perkuliahan sekaligus teman yang selalu memberikan kebahagiaan dalam hidup penulis yaitu Intan Dwi Fitrianingrum dan Utopia Alwi. Terima kasih untuk semua warna yang telah kalian goreskan pada perjalanan penulis melukis cerita dalam menjalani perkuliahan di jurusan psikologi ini dari awal sampai akhir. Terima kasih juga telah menemani dan mengajak penulis melakukan berbagai kegiatan yang mengisi penuh tangki kebahagiaan penulis seperti piknik, berolahraga, mengunjungi berbagai tempat indah hasil ciptaan-Nya, dan berbagai kegiatan lainnya.
5. Teruntuk teman-teman SMA penulis yakni Shobihah Nasywa Salsabila, Erika Padmaningtyas, Calista Zahra Andyamariska, Sabrina Ramadhani Putri, Isnuratna Sigita Hasanah, dan Nabilah, terima kasih karena tetap menyumbang canda dan tawa dalam skenario cerita di perkuliahan meskipun sudah jauh terpisah jarak dan halaman cerita yang baru. Terima kasih sudah memeluk penulis dalam doa kepada-Nya ketika penulis membutuhkan dukungan rohani maupun emosi.



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatu

Dengan mengucapkan *Alhamdulillahirobbil'alamin*, segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang mana berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Sholawat serta salam tidak lupa penulis curahkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW, keluarga dan sahabatnya.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak akan terlaksana dengan baik tanpa adanya dukungan, bimbingan dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada seluruh pihak yang sudah membantu pelaksanaan tugas akhir ini sampai selesai.

1. Ibu Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Res. selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Fitriana Widystuti, S.Psi., M.Psi. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang sudah meluangkan waktu, memberi arahan, memberikan dukungan serta menyemangati selama masa perkuliahan.
4. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan arahan, kritik, saran serta dukungan dalam penulisan skripsi ini.
5. Ibu Dr. Maya Fitria, S.Psi., M.A. Psi selaku Dosen Pengaji 1 dan Ibu Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi selaku Dosen Pengaji 2 yang telah memberikan arahan, kritik, saran serta dukungan dalam penulisan skripsi ini.
6. Bapak, Ibu Dosen Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah banyak memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis.
7. Seluruh informan penelitian yang telah meluangkan waktu serta tenaga untuk membantu proses penelitian.
8. Kedua orang tua dan kedua kakak yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan doa kepada penulis.

9. Intan Dwi Fitrianingrum, Utopia Alwi, dan Dinina Mukaromah yang selalu menemani penulis dari awal jenjang perkuliahan hingga saat ini.
10. Shobihah Nasywa Salsabila, Erika Padmaningtyas, Calista Zahra Andyamariska, Sabrina Ramadhani Putri, Isnuratna Sigit Hasanah, dan Nabila yang selalu memberi dukungan dan memberikan bantuan doa kepada penulis.
11. Dudut, Ucil, Bibul, Gupis, Lulic, Uwil, Nyonyil, Mamaw, Loleng, Komeng, dan Bicik yang sudah menghibur, menemani, dan mendengarkan keluh kesah penulis.
12. Teman-teman Psikologi Angkatan 2021 yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang mana telah membersamai serta memberi dukungan kepada penulis selama masa perkuliahan.
13. Teruntuk diri saya sendiri, Bahira Hawa Nabila yang sudah selalu mengusahakan yang terbaik untuk diri sendiri, dalam menjalani berbagai skenario kehidupan dan berjuang melewati segala tahapan dan dinamika kehidupan.

Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak tersebut, semoga Allah memberikan balasan atas segala kebaikan yang sudah diberikan. Penulis memohon maaf atas segala kesalahan dan kekurangan yang terdapat dalam penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan banyak manfaat bagi perkembangan keilmuan psikologi maupun bidang kehidupan lainnya.

Wassalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Yogyakarta, Juli 2025

Peneliti,



Bahira Hawa Nabila

NIM. 21107010059

GAMBARAN *SELF LOVE* PADA LAKI-LAKI DEWASA AWAL YANG MEMPUNYAI KEBIASAAN MEROKOK AKTIF

Bahira Hawa Nabila

INTISARI

Penelitian dilakukan dengan tujuan untuk mendeskripsikan gambaran *self love* pada laki-laki dewasa awal yang memiliki kebiasaan merokok aktif. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dilaksanakan dengan melakukan wawancara semiterstruktur serta observasi dengan teknik pencatatan *anecdotal record*. Informan penelitian kali ini berjumlah tiga orang laki-laki dewasa awal yang memiliki kebiasaan merokok aktif. Kriteria informan yang terlibat dalam penelitian kali ini yaitu; 1.) Laki-laki dewasa awal dengan rentang usia antara 19-30 tahun, 2.) Memiliki pengetahuan mengenai *self love*, 3.) Memiliki kebiasaan merokok minimal satu tahun terakhir. Ketiga informan ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, *self love* pada laki-laki dewasa awal dengan kebiasaan merokok aktif belum sepenuhnya mencerminkan bentuk *self love* yang sehat. Ketiga informan laki-laki dewasa awal yang memiliki kebiasaan merokok aktif memaknai perilaku merokok sebagai bentuk *self love* yang berfungsi untuk mengelola emosi, meredakan stres, serta menciptakan ketenangan dalam menghadapi tekanan kehidupan masa dewasa awal. Meski menyadari dampak negatif dari rokok terhadap kesehatan fisik dan sosial, kebiasaan tersebut tetap dipertahankan karena dianggap memberikan manfaat psikologis jangka pendek. Makna merokok yang dianggap para informan sebagai bentuk *self love* lebih mencerminkan mekanisme pertahanan diri seperti rasionalisasi, penyangkalan (*denial*), pengalihan (*displacement*), dan *undoing*. Meski demikian, muncul pula sikap altruisme dan kesadaran akan dampak rokok bagi orang lain, yang mendorong keinginan berhenti merokok di masa depan. Ketiga informan juga menunjukkan perilaku-perilaku *self love* lainnya seperti menjaga pola makan, asupan gizi, berolahraga, dan memperluas pengetahuan.

Kata kunci: self love, laki-laki dewasa awal, kebiasaan merokok aktif

**SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

DESCRIPTION OF SELF LOVE IN YOUNG ADULT MALES WITH ACTIVE SMOKING HABITS

Bahira Hawa Nabila

ABSTRACT

The study was conducted with the aim of describing the concept of self-love among early adult males who have an active smoking habit. The research employed a qualitative method with a phenomenological approach. Data collection was carried out through semi-structured interviews and observations using the anecdotal record technique. The study involved three male informants in early adulthood who actively smoked. The criteria for participation in this study were as follows: (1) male individuals in early adulthood aged between 19 and 30 years, (2) possessing knowledge about self-love, and (3) having an active smoking habit for at least the past year. The three informants were selected using purposive sampling. Based on the results of the study, self-love among early adult males with an active smoking habit did not fully reflect a healthy form of self-love. The informants perceived smoking as a form of self-love that functions to regulate emotions, relieve stress, and create a sense of calm when facing the pressures of early adulthood. Although they were aware of the negative effects of smoking on physical and social health, the habit was maintained because it was perceived to provide short-term psychological benefits. The meaning of smoking, as considered by the informants to be an expression of self-love, more closely reflected defense mechanisms such as rationalization, denial, displacement, and undoing. Nevertheless, attitudes of altruism and awareness of the impact of smoking on others also emerged, fostering a desire to quit smoking in the future. In addition, the three informants demonstrated other self-love behaviors, such as maintaining dietary patterns, ensuring proper nutritional intake, engaging in physical exercise, and expanding their knowledge.

Keywords: self love, young adult males, active smoking habits

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
INTISARI.....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Literatur Review	10
B. Dasar Teori.....	21
C. Kerangka Teoritik	33
D. Pertanyaan Penelitian.....	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	37
B. Fokus Penelitian	38
C. Informan Penelitian.....	38
D. Metode Pengumpulan Data.....	39
E. Teknik Analisis Data.....	41
F. Keabsahan Data Penelitian	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A. Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian.....	45
B. Pelaksanaan Penelitian	48

C. Hasil Penelitian	49
1. Informan BM	49
a. Awal Pengalaman Merokok BM.....	49
b. Kondisi BM Saat Ini sebagai Individu Masa Dewasa Awal	51
c. Keadaan Perilaku BM Saat Ini.....	57
d. Pengetahuan serta Efek Negatif Rokok bagi BM	68
e. Harapan BM di Masa Depan.....	70
f. Self Love BM	74
2. Informan MS	85
a. Awal Pengalaman Merokok MS	85
b. Masa Dewasa Awal MS.....	86
c. Keadaan Perilaku MS Saat Ini	88
d. Pengetahuan serta Efek Negatif Rokok bagi MS	96
e. Harapan MS di Masa Depan	98
f. Self Love MS.....	100
3. Informan SM.....	109
a. Awal Pengalaman Merokok SM	109
b. Masa Dewasa Awal SM.....	110
c. Keadaan Perilaku SM Saat Ini	113
d. Pengetahuan serta Efek Negatif Rokok bagi SM.....	122
e. Harapan di Masa Depan	124
f. <i>Self Love</i> SM.....	125
D. Pembahasan.....	132
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	161
A. Kesimpulan	161
B. Saran.....	162
DAFTAR PUSTAKA.....	166
CURRICULUM VITAE.....	359

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Berpikir.....	35
Bagan 2. Dinamika Gambaran <i>Self Love</i> Masa Dewasa Awal BM yang Memiliki Kebiasaan Merokok Aktif.....	83
Bagan 3. Gambaran <i>Defense Mechanism</i> BM Terhadap Perilaku Merokok	84
Bagan 4. Dinamika Gambaran <i>Self Love</i> Masa Dewasa Awal MS yang Memiliki Kebiasaan Merokok Aktif.....	107
Bagan 5. Gambaran <i>Defense Mechanism</i> MS Terhadap Perilaku Merokok	108
Bagan 6. Dinamika Gambaran <i>Self Love</i> Masa Dewasa Awal SM yang Memiliki Kebiasaan Merokok Aktif.....	130
Bagan 7. Gambaran <i>Defense Mechanism</i> SM Terhadap Perilaku Merokok	131
Bagan 8. Dinamika Gambaran <i>Self Love</i> Laki-Laki Masa Dewasa Awal yang Memiliki Kebiasaan Merokok Aktif	159
Bagan 9. Gambaran <i>Defense Mechanism</i> Laki-Laki Masa Dewasa Awal Terhadap Perilaku Merokok.....	160



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Diri Informan.....	46
Tabel 2. Proses Pengambilan Data.....	48



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Pengumpulan Data.....	170
Lampiran 2. Verbatim Informan BM	171
Lampiran 3. Verbatim Informan BM	195
Lampiran 4. Laporan Observasi BM.....	209
Lampiran 5. Laporan Observasi BM.....	212
Lampiran 6. Hasil Interpretasi Informan BM	214
Lampiran 7. Kategorisasi Informan BM	231
Lampiran 8. Verbatim Informan MS	246
Lampiran 9. Verbatim Informan MS	261
Lampiran 10. Laporan Observasi MS	274
Lampiran 11. Laporan Observasi MS	276
Lampiran 12. Hasil Interpretasi Informan MS	278
Lampiran 13. Kategorisasi Informan MS.....	291
Lampiran 14. Verbatim Informan SM	303
Lampiran 15. Verbatim Informan SM	319
Lampiran 16. Laporan Observasi SM	329
Lampiran 17. Laporan Observasi SM	331
Lampiran 18. Hasil Interpretasi Informan SM	333
Lampiran 19. Kategorisasi Informan SM.....	344
<i>Informed Consent Informan BM</i>	356
<i>Informed Consent Informan MS</i>	357
<i>Informed Consent Informan SM</i>	358

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa dewasa awal dalam pandangan psikologis dan biologis merupakan periode pematangan dan perubahan individu (Kelly & Daneshjoo, 2019). Menurut Erikson masa dewasa awal terjadi antara usia 19 hingga 30 tahun, dimana individu mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih besar, serta hubungan intim mulai berkembang (Putri, 2019). Masa dewasa awal adalah periode pencarian, penemuan, pemantapan, dan masa reproduktif. Mereka mulai melepaskan ketergantungan pada orang lain, khususnya orang tua, baik dalam aspek ekonomi, sosial, maupun psikologis. Individu pada masa dewasa awal diharapkan memiliki orientasi yang jelas untuk masa depannya, baik dalam mencari pasangan hidup, pekerjaan, maupun karier dengan menjalankan segala tanggung jawab yang dimilikinya (Putri, 2019).

Individu masa dewasa awal sudah seharusnya menjalankan berbagai tugas perkembangannya sebagai individu dewasa awal, termasuk pada tanggung jawab terhadap dirinya sendiri. Berbagai tuntutan untuk memiliki orientasi yang jelas dalam hidupnya serta tugas-tugas seperti memilih pasangan hidup dan memulai kehidupan berkeluarga sudah seharusnya dijalani oleh individu masa dewasa awal (Putri, 2019). Terdapat banyak aspek internal dalam diri individu dewasa awal yang penting untuk dimiliki dengan baik agar tugas perkembangan dapat dijalankan, salah satunya aspek *self love*.

Self love merupakan perilaku individu dalam memahami dan menghadapi dirinya sendiri, menerima kelebihan dan kekurangannya, serta berkomitmen untuk

merawat diri dan membangun hubungan yang sehat secara sadar dan aktif (Henschke & Sedlmeier, 2023). Bentuk sikap *self love* yang baik atau sehat yang diharapkan dimiliki oleh setiap individu adalah seperti kritik diri yang sehat, berpikir realistik, kerendahan hati, rasa syukur, perilaku demokratis, sikap altruisme (kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain tanpa mengharapkan imbalan), maupun batasan yang baik (Petric, et. al., 2019). *Self love* merupakan suatu karakteristik psikologis yang dapat memengaruhi peningkatan kesejahteraan psikologis, hubungan interpersonal, serta motivasi dalam suatu pencapaian (Harshad & Ghosh, 2022).

Memiliki *self love* yang baik dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang sementara kurangnya *self love* dalam diri individu dapat menyebabkan berbagai dampak negatif bagi diri sendiri. Dampak negatif bagi diri sendiri yang disebabkan oleh kurangnya *self love* tersebut dapat berupa seperti rasa rendah diri, tidak percaya diri, kesulitan dalam menjaga batasan diri dengan orang lain, pengabaian dalam aspek kesehatan fisik maupun mental, memiliki ketergantungan dengan validasi eksternal, stress atau bahkan depresi serta kecemasan, dan lain sebagainya. Satu bentuk dampak negatif dapat menyebabkan terbentuknya dampak negatif lainnya, sehingga memicu berbagai dampak negatif akibat efek domino (Putri, dkk., 2023).

Kurangnya *self love* dapat mendorong individu untuk melakukan hal-hal negatif. Perilaku negatif tersebut dapat termasuk dalam kategori perilaku berisiko. Contoh perilaku berisiko tersebut adalah merokok, mengonsumsi alkohol, melakukan seks pranikah, hingga pernikahan dini (Rani, dkk., 2022).

Selain itu pemaknaan *self love* yang baik dan sesuai diharapkan dimiliki setiap individu dewasa awal. *Self love* atau perilaku mencintai diri sendiri bukan serta merta bersikap egois, melainkan juga mempertimbangkan kesejahteraan orang lain. Apabila individu mampu mencintai diri sendiri, dapat mencegah orang lain untuk turut menghadapi permasalahan pribadi yang belum terselesaikan. Ketika individu memiliki kesalahan dalam memaknai *self love*, seseorang mungkin malah melakukan perilaku yang dianggap memberikan cinta pada dirinya namun tidak mempertimbangkan kesejahteraan orang lain atau membawa dampak negatif bagi orang lain (Ho, 2019).

Salah satu perilaku yang dianggap sebagai *self love* namun memberikan dampak negatif bagi orang lain akibat pemaknaan *self love* yang salah atau kurangnya *self love* pada individu, adalah kebiasaan merokok (Rani, dkk., 2022). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019, individu dapat dikatakan sebagai seorang perokok aktif apabila ia mengkonsumsi rokok secara rutin maupun tidak rutin dengan menghisap langsung rokok dan dihembuskan meski tidak masuk ke dalam paru-paru sekali pun berapa pun jumlah rokok yang ia konsumsi. Bagi seseorang yang tidak merokok langsung namun menghirup asap yang dihasilkan dari perilaku merokok para perokok aktif maka disebut sebagai perokok pasif.

Rokok berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 109 Tahun 2012 tentang Pengamanan Bahan yang Mengandung Zat Adiktif berupa Produk Tembakau bagi Kesehatan, rokok didefinisikan sebagai salah satu produk tembakau yang digunakan dengan cara dibakar dan dihisap serta/atau dihirup

asapnya. Produk yang dimaksud tersebut mencakup rokok kretek, rokok putih, cerutu, atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana tabacum*, *Nicotiana rustica*, serta spesies lainnya atau melalui proses sintesis. Asap yang dihasilkan dari rokok mengandung nikotin dan tar, baik dengan tambahan bahan lain maupun tanpa bahan tambahan (Samad, et. al., 2023). Pada individu yang merokok tembakau atau perokok aktif akan terpapar lebih dari 7.000 zat kimia berbahaya, di antaranya 70 zat yang bersifat karsinogen (Puspawati, dkk., 2020).

Berdasarkan Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang disusun oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes), diperkirakan jumlah perokok aktif di Indonesia mencapai 70 juta orang. Berdasarkan laporan WHO tahun 2022, Indonesia menempati peringkat tertinggi di kawasan ASEAN dalam hal jumlah perokok laki-laki, dengan prevalensi mencapai 73,6%. Angka ini secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan negara tetangga seperti Myanmar (69,4%) dan Timor Leste (64,5%). Tingginya angka tersebut mencerminkan kuatnya budaya merokok di Indonesia terutama di kalangan masyarakat berjenis kelamin laki-laki. Meskipun proporsi perokok perempuan relatif rendah, yaitu sebesar 3,4%, prevalensi total perokok di Indonesia mencapai 38,5%. Dengan angka tersebut, Indonesia menempati posisi keempat sebagai negara dengan jumlah perokok tertinggi di dunia setelah Nauru, Myanmar, dan Papua Nugini (Tambunan, 2025).

Jumlah penyakit yang disebabkan oleh rokok sendiri sangat beragam, menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019 terdapat paling sedikit setidaknya 50 jenis penyakit mematikan yang di sebabkan oleh rokok (Widyawati, 2019). Penyakit paling mematikan penyebab kasus kematian paling

banyak yang disebabkan oleh rokok yang di sampaikan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Pemalang adalah kanker paru-paru, 90% penderita penyakit mematikan kanker paru-paru disebabkan oleh rokok. Penyakit mematikan lainnya penyumbang kasus kematian yang disebabkan oleh rokok adalah seperti kanker kandung kemih, kanker mulut, kanker kerongkongan, kanker pencernaan, kanker, tenggorokan, serangan jantung, aterosklerosis, penyakit jantung koroner, dan berbagai penyakit lainnya. Berdasarkan data yang di sampaikan oleh *World Health Organization* (WHO) terdapat lebih dari 8 juta kasus kematian yang disebabkan oleh rokok jika di rata-rata setiap tahunnya, 7 juta merupakan perokok aktif dan 1 juta merupakan perokok pasif (Widyawati, 2019).

Oleh sebab-sebab diatas penelitian mengenai *self love* agar dapat menumbuhkan *self love* yang baik dan sehat dalam diri setiap individu penting untuk dilakukan. Hal tersebut dapat dilihat melalui penelitian yang dilakukan oleh Arshad dan Ghosh (2022), dengan judul “*Self-love: The lesson through which all other lessons are realized.*”. Penelitian tersebut dilakukan kepada 100 peserta yang merupakan mahasiswa, terdiri dari 50 laki-laki dan 50 perempuan. Hasil penelitian yang telah dilakukan menegaskan bahwa cinta diri atau *self love* dapat meningkatkan berbagai aspek kehidupan seseorang secara independen dari variabel psikososial lainnya. Dengan dilakukannya penelitian mengenai *self love* pada dewasa awal ini dapat membantu dewasa awal dalam memahami *self love* yang baik, agar dapat diterapkan dan meningkatkan berbagai aspek kehidupan dewasa awal seperti terlaksananya tugas-tugas perkembangan.

Selain itu terdapat penelitian mengenai rokok yang dilakukan oleh Pia Rika Puspawati, Susi Ari Kristina, dan Chairun Wiedyaningsih dengan judul “Dampak Merokok Terhadap Kematian Dini Akibat Kanker di Indonesia: Estimasi Years of Life Lost (YLL)” pada tahun 2020, dengan tujuan untuk mengestimasi jumlah tahun kehidupan yang hilang akibat kematian dini akibat kanker yang disebabkan oleh merokok di Indonesia menggunakan data BPJS tahun 2018. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kanker paru-paru menjadi penyebab utama hilangnya tahun kehidupan akibat merokok dengan nilai YLL tertinggi sebesar 31.820 tahun, diikuti kanker hati (11.700 tahun) dan kanker kandung kemih (2.873 tahun). Secara keseluruhan, penyakit kanker akibat merokok menyebabkan 59.071,60 tahun kehidupan yang hilang di Indonesia pada tahun 2018. Penelitian mengenai dampak rokok sangat penting dilakukan karena rokok merupakan faktor risiko utama dalam berbagai penyakit mematikan, terutama kanker.

Berdasarkan berbagai bukti serta penjelasan yang telah dijabarkan bahwa perilaku merokok merupakan perilaku yang menghasilkan berbagai efek negatif bagi perokok aktif maupun perokok pasif, sangat disayangkan masih banyak ditemui dewasa awal dengan kebiasaan merokok aktif. *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) pada tahun 2021 melakukan penelitian yang menghasilkan temuan bahwa sekitar 70,2 juta individu dewasa di Indonesia memiliki perilaku merokok aktif. Berdasarkan data tersebut penelitian mengenai *self love* pada individu dewasa awal yang mempunyai kebiasaan merokok aktif ini merupakan hal penting yang harus dilakukan agar dapat mengetahui serta mendeskripsikan *self love* yang

berkaitan dengan alasan atau latar belakang perilaku merokok pada individu dewasa awal tersebut.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan ingin mengetahui lebih mendalam mengenai gambaran *self love* pada laki-laki dewasa awal yang mempunyai kebiasaan merokok aktif. Peneliti belum menemukan adanya karya tulis seperti skripsi dengan judul yang sama, namun dalam memperdalam serta mengembangkan penelitian peneliti menggunakan sumber dari berbagai penelitian terdahulu sebagai referensi. Oleh sebab itu peneliti ingin mendalami serta mendeskripsikan bagaimana gambaran *self love* yang ada pada individu berjenis kelamin laki-laki dengan rentang usia dewasa awal yang mempunyai kebiasaan merokok aktif.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijabarkan pada paragraf sebelumnya maka didapatkan rumusan masalah yang diangkat pada penelitian ini, yakni “Bagaimana gambaran *self love* pada diri laki-laki dewasa awal yang mempunyai kebiasaan merokok aktif?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mendeskripsikan gambaran *self love* pada laki-laki dewasa awal yang memiliki kebiasaan merokok aktif. Hal tersebut dilakukan agar dapat lebih memahami serta mendalami gambaran *self love* pada laki-laki dewasa awal yang mempunyai kebiasaan merokok aktif.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan beberapa manfaat teoritis seperti pengembangan konsep *self love* dengan memperkaya kajian mengenai *self love* khususnya pada laki-laki dewasa awal dan kaitannya dengan kebiasaan merokok aktif yang dimilikinya. Hasil penelitian juga dapat memberikan wawasan lebih mendalam mengenai aspek *self love* pada laki-laki dewasa awal maupun perilaku pada laki-laki dewasa awal, sehingga dapat menambah literatur mengenai perilaku terutama dalam hal *self love* dan perilaku merokok pada laki-laki dewasa awal.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Informan

Manfaat praktis pada penelitian ini bagi Informan diharapkan dapat menjelaskan, mendeskripsikan *self love*, serta mengenai kebiasaan merokok aktif yang dimilikinya, sehingga informan dapat mengetahui lebih dalam mengenai dirinya melalui hasil penelitian yang akan dilakukan.

b. Bagi Pembaca

Bagi pembaca penelitian ini diharapkan hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan bacaan sumber informasi. Informasi tersebut seputar *self love* pada masa dewasa awal serta perilaku kebiasaan merokok aktif, agar dapat memperkaya wawasan dan pandangan para pembaca.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Bagi psikolog maupun konselor hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber bacaan dalam memahami lebih dalam mengenai *self love*

pada masa dewasa awal. Psikolog maupun konselor dapat menjadikan hasil penelitian sebagai bantuan acuan dalam menghadapi klien masa dewasa awal yang mempunyai kebiasaan merokok aktif.



BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis yang sudah dilakukan dalam penelitian ini mengenai bentuk *self love* pada individu dewasa awal yang memiliki kebiasaan merokok aktif, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan. Masa dewasa awal merupakan fase perkembangan yang kompleks, ditandai oleh perbedaan fokus masa dewasa awal seperti pendidikan, kesehatan maupun ekonomi, tekanan sosial, dan dorongan untuk mencapai kemandirian pada aspek ekonomi dan emosional pada tiap informan yang berbeda-beda. Dalam menjalani berbagai kompleksivitas kehidupan masa dewasa awal, merokok dimaknai oleh informan sebagai bentuk pengelolaan emosi maupun fikiran dan penenang diri, meskipun mereka menyadari dampak buruknya terhadap kesehatan. Kebiasaan merokok tersebut dipertahankan sebagai strategi menghadapi stres atau saat menghadapi permasalahan maupun tekanan, menunjukkan adanya ketegangan antara keinginan untuk hidup sehat dan kebutuhan emosional sesaat.

Bentuk *self love* yang ditunjukkan para informan belum sepenuhnya mencerminkan konsep *self love* yang sehat, karena masih bercampur dengan mekanisme pertahanan diri seperti rasionalisasi, *denial* (penyangkalan), *displacement*, dan *undoing*. Mereka menggunakan alasan logis untuk membenarkan perilaku merokok, mengabaikan risiko yang diketahui, mengalihkan tekanan emosional ke rokok, serta melakukan tindakan kompensasi untuk menebus rasa bersalah atas perilaku merokoknya. Meskipun demikian, informan juga melakukan berbagai upaya positif seperti mengurangi intensitas merokok, menggantinya

dengan permen, menghindari pemicu tertentu, dan mulai melakukan aktivitas yang dapat memberikan manfaat yang sama seperti yang diberikan rokok. Upaya ini menunjukkan adanya kesadaran diri dan refleksi terhadap kebiasaan yang dijalani. *Self love* bagi mereka menjadi proses yang bertahap, penuh kompromi antara idealisme dan kenyataan personal.

Selain itu, ketiga informan mulai menunjukkan sikap altruisme yakni salah satu aspek *self love* yang sehat melalui kesadaran akan dampak negatif rokok terhadap pasangan dan keluarga di masa depan. Mereka menyatakan niat untuk menghentikan perilaku merokok di masa depan demi menjaga orang-orang terdekat, serta menghindari merokok di sekitar lingkungan yang dianggap rentan. Tindakan ini mencerminkan dimensi *self love* yang lebih berkembang, di mana kepedulian terhadap diri diiringi dengan tanggung jawab sosial. Dengan demikian, *self love* dalam konteks ini merupakan proses yang dinamis dan belum utuh, namun mengarah pada perubahan yang positif. Penting bagi tiap individu untuk memiliki pemahaman yang lebih mendalam mengenai *self love* dan mekanisme pertahanan diri agar individu dewasa awal dapat membentuk kebiasaan yang lebih sehat dan bertanggung jawab.

B. Saran

Setelah menjalankan berbagai proses penelitian, peneliti menyadari hasil yang didapatkan dari penelitian yang sudah dilaksanakan masih memiliki

kekurangan dan belum sempurna. Oleh sebab tersebut peneliti menyampaikan beberapa saran dari hasil penelitian yang sudah dilaksanakan. Beberapa saran tersebut adalah sebagai berikut:

1. Kepada Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan observasi yang lebih mendalam dan longitudinal terhadap perilaku informan di luar sesi wawancara guna meningkatkan validitas data. Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat memperluas eksplorasi penelitian dengan mencakup jenis kelamin perempuan pada informan penelitian dikarenakan ketiga informan pada penelitian kali ini berjenis kelamin laki-laki. Hal tersebut dikarenakan perbedaan jenis kelamin mungkin memiliki dinamika yang berbeda dalam hubungannya dengan kehidupan masa dewasa awal, alasan merokok, kebiasaan merokok, maupun bentuk *self love* yang dimiliki. Selain itu penelitian selanjutnya juga dapat mengeksplorasi pada individu dengan preverensi jenis rokok yang lebih beragam seperti jenis cerutu, kretek, maupun rokok elektrik seperti *vape*, mengingat seluruh informan pada penelitian kali ini memiliki preverensi pada rokok konvensional jenis putihan untuk dikonsumsi sehari-hari. Hal tersebut di karenakan preverensi jenis rokok mungkin saja mempengaruhi kebiasaan maupun alasan individu dalam perilaku merokoknya.

Selain itu penelitian selanjutnya dapat dilakukan pada berbagai fase masa kehidupan yang lain seperti fase remaja, maupun dewasa akhir, dikarenakan dalam penelitian ini memang hanya di fokuskan pada individu pada fase masa dewasa awal. Keberadaan individu pada fase kehidupan yang berbeda tentu memiliki dinamika yang berbeda dalam berbagai aspek yang sangat luas dalam perilaku

merokok maupun *self love* yang dimiliki. Selain itu, cakupan informan dapat diperluas dengan melibatkan berbagai latar belakang sosial, ekonomi, dan budaya untuk menggali perspektif yang lebih beragam tentang makna *self love* dan kaitannya dengan kebiasaan merokok. Saran tersebut bertujuan agar deskripsi mengenai gambaran dinamika *self love* pada individu dengan kebiasaan merokok aktif dapat lebih luas dan mendalam dengan kriteria informan yang lebih inklusif dan beragam.

2. Kepada Individu dengan Kebiasaan Merokok Aktif

Berdasarkan temuan penelitian yang didapatkan disarankan bagi individu yang merokok aktif perlu merefleksikan kembali perilaku merokok yang dimiliki maupun makna *self love* yang di yakini. Mencintai diri bukan hanya memberikan kenyamanan sesaat, melainkan menjaga keberlangsungan fisik dan mental dalam jangka panjang. Mengganti rokok dengan mekanisme coping yang lebih sehat seperti olahraga, *journaling*, atau aktivitas relaksasi lainnya dapat menjadi langkah awal. Individu juga diharapkan mulai membangun batasan yang sehat dengan diri sendiri, menolak kebiasaan yang merusak, serta mengembangkan kritik diri yang realistik untuk mendorong perubahan positif yang konsisten.

3. Kepada Masyarakat Umum

Masyarakat perlu meningkatkan literasi, khususnya dalam memahami konsep *self love* yang sehat dan membedakannya dari bentuk pemberian terhadap perilaku tidak sehat seperti merokok. Edukasi yang lebih komprehensif mengenai kesehatan mental dan emosional dapat diberikan maupun didapatkan melalui sosial media, kampanye publik, institusi pendidikan, serta komunitas. Selain itu,

menciptakan lingkungan sosial yang supportif tanpa normalisasi terhadap perilaku merokok dapat membantu individu merasa diterima tanpa harus merokok sebagai alat keterikatan sosial. Penting pula untuk menumbuhkan empati dan pendekatan non-menghakimi agar individu merasa didukung dalam proses perubahan ke arah gaya hidup yang lebih sehat.



DAFTAR PUSTAKA

- Aditia, B., Permata, K. M., & Purnaini, S. A. (2024). Psychoeducation on Students Mental Health (Self Love) Through an Islamic Psychology Approach. International Journal of Community Care of Humanity (IJCCH), 2(1), 66-73.
- Ali, S. (2018). The Self-Love Workbook: A Life-Changing Guide to Boost Self-Esteem, Recognize Your Worth and Find Genuine Happiness (Spiral Edition). Simon and Schuster.
- Annisa, I. S., & Mailani, E. (2023). Analisis faktor penyebab kesulitan siswa dalam pembelajaran tematik dengan menggunakan metode Miles dan Huberman di kelas IV SD Negeri 060800 Medan Area. Innovative: Journal Of Social Science Research, 3(2), 6460-6477.
- Bimagfiranda, S. R., Pertiwi, A. A., & Sirait, S. (2024). Metode Fenomenologi Edmund Husserl Dalam Pendidikan Islam. Al-Abshor: Jurnal Pendidikan Agama Islam, 1(2), 1-6.
- Campbell, W. K., Rudich, E. A., & Sedikides, C. (2002). Narcissism, self-esteem, and the positivity of self-views: Two portraits of self-love. Personality and Social Psychology Bulletin, 28(3), 358-368.
- Chrisler, J. C. (2018). The Body Is Not an Apology: The Power of Radical Self-love.
- Dartiningsih, B. E. (2016). Gambaran Umum Lokasi, Subjek, Dan Objek Penelitian. Buku Pendamping Bimbingan Skripsi, 129.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Pemalang. (2017, 29 Juni). 15 Penyakit Akibat Rokok. Diakses pada tanggal 13 Maret 2025 dari (<https://dinkes.pemalangkab.go.id/15-penyakit-akibat-rokok/>)
- Fajriyah, M. (2022). *SelfLove* pada Santriwati Penghafal Al-Qur'an di PPTQ Darul Mubtadi-Aat Kediri (Doctoral dissertation, IAIN Kediri).
- Fromm, E. (2000). *The art of loving: The centennial edition*. A&C Black.
- Gallinari, E. (2017). "Likes" for Self-Love? The Effects of Social Media on Self-Perception. Undergraduate Review, 13(1), 100-105.
- Harshad, H., & Ghosh, S. (2022). Self-love: the Lesson Through Which All Other Lessons Are Realized. International Journal of Health Sciences, (II), 8054-8067.

- Hartini, T. (2015). Upaya mengembangkan kemandirian emosi dan sosial siswa melalui layanan konseling di sekolah/madrasah. *SAINTIFIKA ISLAMICA: Jurnal Kajian Keislaman*, 2(01), 87-96.
- Hasanah, H. (2017). Teknik-teknik observasi (sebuah alternatif metode pengumpulan data kualitatif ilmu-ilmu sosial). *At-Taqaddum*, 8(1), 21-46.
- Henschke, E., & Sedlmeier, P. (2023). What is self-love? Redefinition of a controversial construct. *The Humanistic Psychologist*, 51(3), 281.
- Ho, J. (2019). Stop self-sabotage: Six steps to unlock your true motivation, harness your willpower, and get out of your own way. HarperCollins.
- Husna, M. T., Ashari, D. C., Ramadhini, N. N., Dharmariana, J. R., & Theofani, E. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Berhenti Merokok pada Perokok Usia Dewasa Awal. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 4(1), 74-85.
- Karaşar, B. (2021). Codependency: An evaluation in terms of depression, need for social approval and self-love/self-efficacy. *Kastamonu Education Journal*, 29(1), 117-126.
- Kelly, L., & Daneshjoo, S. (2019). 263. Instagram & body positivity among female adolescents & young adults. *Journal of Adolescent Health*, 64(2), S134-S135.
- Lesmana, T., & Yunita, M. M. (2021). Stres sebagai mediator antara mindfulness dan frekuensi merokok pada individu dewasa awal di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8(1), 28-42.
- Petric, D., Hotchkiss, P., & James, F. (2019). Healthy vs. narcissistic self-love. Project: The Knot Theory of Mind.
- Pieter, H. Z. (2017). Pengantar psikologi dalam keperawatan. Kencana.
- Puspawati, P. R., Kristina, S. A., & Wiedyaningsih, C. (2020). Dampak merokok terhadap kematian dini akibat kanker di Indonesia: estimasi years of life lost (YLL). *Majalah Farmaseutik*, 16(1), 101-106.
- Puspitasari, A. W. (2024). Empowering Students To Embrace Self-Love And Build Healthy Relationships Through Morning Advisory. *Multidisciplinary Journal of Systemic and Innovative Research*, 1(2), 54-60.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40.

- Putri, F., Firilly, A., Suhardi, R., & Napitupulu, R. (2023). Self love untuk mengurangi insecurity terhadap negative body image perception. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 5(3).
- Rani, E. N., Sulistiawan, I., Yunita, R. D., Ifsyauussalam, R. A., & Ariyani, V. (2022). Pentingnya self love serta cara menerapkannya dalam diri. *Science and Education Journal (SICEDU)*, 1(2), 480-486.
- Rerung, A. E., Sewanglangi, R. S., & Patanduk, S. A. (2022). Membangun Self-Love Pada Anak Usia Remaja Menggunakan Teori Filsafat Stoikisme Marcus Aurelius. *Masakan Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 2(2), 105-115.
- Rifa'i, Y. (2023). Analisis Metodologi Penelitian Kulitatif dalam Pengumpulan Data di Penelitian Ilmiah pada Penyusunan Mini Riset. *Cendekia Inovatif Dan Berbudaya*, 1(1), 31-37.
- Romdona, S., Junista, S. S., & Gunawan, A. (2025). TEKNIK PENGUMPULAN DATA: OBSERVASI, WAWANCARA DAN KUESIONER. *JISOSEPOL: Jurnal Ilmu Sosial Ekonomi dan Politik*, 3(1), 39-47.
- Rosida, I., & Saputri, D. Y. (2019). Self-love and self-acceptance: Redefining ideal beauty through its representation in scars to your beautiful. *Litera*, 18(3), 395-412.
- Tambunan, D. (2025, 8 Januari). Indonesia, Negara dengan Persentase Perokok Pria Tertinggi. Diakses pada tanggal 15 Juli 2025 dari (<https://www.rri.co.id/kesehatan/1242809/indonesia-negara-dengan-persentase-perokok-pria-tertinggi>).
- Samad, N., Koja, A. A., & jufri Sukandi, M. (2023). Pengaruh Peringatan Bahaya Merokok Pada Kemasan Rokok Terhadap Minat Beli Mahasiswa Universitas Nuku di Kota Tidore Kepulauan. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(8), 534-545.
- Stock, R., Groß, M., & Xin, K. R. (2019). Will self-love take a fall? Effects of top executives' positive self-regard on firm innovativeness. *Journal of Product Innovation Management*, 36(1), 41-65.
- Sugiharti, L., Sukartini, N. M., & Handriana, T. (2015). Konsumsi rokok berdasarkan karakteristik individu di Indonesia. *Jurnal Ekonomi Kuantitatif Terapan*, 8(1), 34-45.
- Suryawati, I., & Gani, A. (2022). Analisis faktor penyebab perilaku merokok. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 497-505.

Taylor, S. R. (2021). The body is not an apology: The power of radical self-love. Berrett-Koehler Publishers.

Widyawati. (2019, 11 Juli). HTTS 2019: Jangan Biarkan Rokok Merenggut Napas Kita. Diakses pada 5 Mei 2025 dari (<https://kemkes.go.id/id/%20https-2019-jangan-biarkan-rokok-merenggut-napas-kita>)

Xue, L. M., Huang, X. T., Wu, N., & Yue, T. (2021). A qualitative exploration of Chinese self-love. *Frontiers in psychology*, 12, 585719.

