

Coping Stress Wanita Pengguna Rokok Elektrik (Vape) Di Lhokseumawe

Coping Stress Of Female E-Cigarette (Vape) Users In Lhokseumawe

Lidya Syahlina¹, Ella Suzanna^{2*}, Zurratul Muna³

¹ Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: ella.suzanna@unimal.ac.id

Abstract: *Coping stress is an effort made by individuals to manage problems or solve the problems they face. Coping with the stress of women who use e-cigarettes is one way that women manage their problems by using e-cigarettes as a form of coping with their stress. This study aims to determine the factors that influence coping with stress in women who use electronic cigarettes (vape). The method used in this research is a qualitative method with a phenomenological approach. Sampling in this research used a purposive sampling technique with a snowball technique using interview, observation and documentation data collection methods. The subjects in this study were five women who used e-cigarettes who lived in Lhokseumawe City. The results of this research show that there are eight factors that influence stress coping behavior in subjects, namely physical health factors, positive belief factors, problem solving skills factors, social skills factors, social support factors, material resource factors, imitation factors, and addiction factors. Apart from vaping, individuals also do other coping, namely distancing and seeking social support.*

Keywords : *Coping Stress, Electronic Cigarettes, Vape, Women*

Abstrak: *Coping stress adalah upaya yang dilakukan individu dalam mengelola masalah atau memecahkan masalah yang dihadapinya. Coping stress wanita pengguna rokok elektrik yaitu salah satu cara yang dilakukan wanita dalam mengelola masalahnya dengan menggunakan rokok elektrik sebagai bentuk dari coping stresnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi coping stress pada wanita pengguna rokok elektrik (vape). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dengan teknik snowball dengan metode pengumpulan data wawancara, observasi dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah lima orang wanita pengguna rokok elektrik yang bertempat tinggal di Kota Lhokseumawe. Hasil dari penelitian ini terdapat delapan faktor yang mempengaruhi perilaku coping stress pada subjek yaitu faktor kesehatan fisik, faktor keyakinan positif, faktor keterampilan dalam memecahkan masalah, faktor keterampilan sosial, faktor dukungan sosial, faktor sumber daya materi, faktor imitasi, dan faktor kecanduan. Selain dari vape individu juga melakukan coping lainnya yaitu distancing dan seeking social support.*

Kata Kunci : *Coping Stress, Rokok Elektrik, Vape, Wanita*

Pendahuluan

Di Indonesia kebiasaan merokok sudah tidak asing lagi, hampir disetiap tempat sering ditemui para perokok (Istiqamah dkk, 2016). Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas), pada tahun 2018 terdapat 62,9% perokok laki-laki dan 4,8% perokok wanita (Cameng & Arfin, 2020). Rokok yang berbahan dasar termbakau dapat berbahaya bagi kesehatan, yaitu menjadi penyebab penyakit katastropik, seperti jantung, stroke, dan kanker (Cameng & Arfin, 2020).

Dari data di atas terdapat berbagai penyakit yang disebabkan oleh penggunaan rokok konvensional, sehingga ditemukan inovasi baru yaitu *vape* atau rokok elektrik, yang dipercaya untuk mengatasi bahaya dari mengonsumsi rokok konvensional. Sebenarnya rokok dan *vape* itu sama-sama memiliki dampak negatif bagi kesehatan (SDKI, 2022). Merokok dan *vaping* dapat menyebabkan *bronkospasme*, dengan mengalami gejala seperti sesak didada, sesak nafas, batuk, kelelahan dan pusing (SDKI, 2022). *Vape* pertama kali dikenalkan pada tahun 2003 oleh sebuah perusahaan yang ada di Cina, sejak saat itu *vape* dengan cepat menyebar ke seluruh dunia (Damayanti, 2016).

Di Indonesia sendiri *vape* mulai marak pada tahun 2012, begitu juga dengan kota Lhokseumawe yang mengikuti gaya

vape di Indonesia. Pada kota Lhokseumawe *vape* masuk pertama kali pada tahun 2015 (Hutapea & Fasya, 2021). Menurut penelitian kesehatan dasar di Kota Banda Aceh, jumlah wanita yang merokok 0,18% sedangkan, jumlah perokok laki-laki 28%. Berdasarkan data tersebut, terlihat bahwa lebih besar jumlah perokok laki-laki dibandingkan dengan jumlah perokok wanita (Yanuar dkk, 2021). Di Aceh yang terkenal kental dengan syari'at Islam, mungkin tidak salah jika masyarakat Aceh memandang wanita perokok dengan negatif (Rosemary, dalam Yanuar dkk, 2021).

Motif wanita yang menggunakan rokok bertujuan untuk menghilangkan stres dan bukan hanya untuk gaya atau hanya coba-coba saja (Akbar, 2020). Walaupun sebagian wanita tahu bahaya dari merokok tetapi mereka tetap merokok dengan alasan merokok dapat membuat mereka santai dan terbebas dari masalah yang menyebabkan stres (Slamet dalam Yanuar dkk, 2021).

Stres adalah suatu keadaan internal yang dapat diakibatkan oleh tuntutan fisik dari tubuh dan kondisi lingkungan sosial yang dinilai melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya (Lazarus & Folkman, 1984). Cara seseorang untuk mengatasi stres disebut dengan *coping stress* (Rasmun, 2004). Lazarus dan Folkman (1984), menyatakan bahwa *coping stress* adalah suatu upaya kognitif individu untuk dapat

mengelola masalah yang dianggap dapat membahayakan kesejahteraan individu. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *coping stress* yaitu kesehatan fisik, keterampilan memecahkan masalah, keyakinan atau pandangan positif, keterampilan sosial, dukungan sosial dan materi (Lazarus & Folkman, 1984). Menurut Lazarus dan Folkman (1984), ada dua bentuk *coping stress* yaitu *coping* yang berpusat pada emosi dan *coping* yang berpusat pada masalah.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang peneliti lakukan kepada 3 subjek, yang dilakukan pada tanggal 08 Desember 2022, 05 dan 07 Januari 2023. Didapatkan hasil sebagai berikut:

“Pertama kali ngevape itu di dalam kamar, karena gak mau kalau orangtua tau. Itupun karna lagi stres makanya ngevape, bukan karna gaya. Saat banyak pikiran aku makek vape untuk nenangin pikiran, vape tu cuma untuk coping doang, itupun kalo udah masalah gabisa dikontrol lagi. Penyebabnya tu ketika ada masalah sama keluarga dan masalah ekonomi. Kalau dihitung dalam seminggu berapa kali ngevapenya gak bisa ditentukan, kadang dalam seminggu kalau lagi stres bisa cuma tiga hari, kadang dalam seminggu sama sekali gada ngevape. Kenal vape udah lama bermula liat dari kawan. Tapi aku baru sekitar satu bulan ni menggunakan vape.” (hasil wawancara subjek 1 A, tanggal 8 Desember 2022).

“Berawal aku ngerokok kelas 2 SMA, tau rokok dari kawan. Pertama kali ngerokok itu dibelakang rumah, penyebabnya karna stres masalah sama abang pacar aku karena aku dilecehkannya dan ada masalah sama keluarga aku. Kalau kenal vape itu saat aku kuliah semester 2 akhir mau masuk semester 3. Aku ngevape dan merokok hanya saat aku stres pas lagi ada masalah aja. Setiap aku selesai ngerokok atau ngevape pikiran aku jadi tenang, aku jadi tau harus buat apa untuk nyelesaikan masalah. Aku gak bisa mastikan berapa kali ngevape atau ngerokok dalam sebulan, karna jarang kadangkun dalam dua minggu cuma sekali aku ngevape karna pas lagi stres aja baru ngerokok atau ngevape.” (hasil wawancara subjek 2 B, tanggal 5 Januari 2023).

“awal ngerokok itu di kamar karna takut tau orangtua apalagi keluarga. Ayah akupun galak dalam mendidik anaknya. Apalagi kalau aku gak nuruti omongannya bisa bisa aku dilibas. Karna streslah makanya aku ngerokok, aku juga udah coba dengan sholat dan udh segala macam tapi stresnya juga tidak terselesaikan. Dulu aktif banget ngerokok bahkan sampek dua bungkus rokok dalam sehari makanya beralih ke vape biar untuk nurunin nikotin rokok. Awal ngevape umur 20an lah belum sampek setahun sih. Salah satu yang buat aku ngevape itu karna tugas kuliah yang numpuk, dan aku masih ada ngulang mata kuliah. aku orangnya mudah overthingking jadi aku aktif kali ngevapenya, dalam perhari itu bisa ngisi dua atau tiga kali karna aku sering stres”. (hasil wawancara

subjek 3 C, tanggal 7 Januari 2023).

Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa ketiga wanita tersebut mengalami stres. Pada subjek A, mengalami masalah keluarga dan masalah ekonomi. Pada subjek B, mengalami masalah pelecehan seksual dan kekerasan fisik, serta permasalahan dalam keluarganya. Pada subjek C, mengalami masalah pada tugas kuliah yang menumpuk. Berbagai permasalahan ini yang membuat mereka stres, dan setiap kali stres mereka menggunakan *vape* untuk mengurangi stresnya.

Metode

Peneliti menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi adalah karena peneliti ingin melihat pengalaman yang dialami subjek, serta peneliti ingin menggali faktor-faktor yang mempengaruhi *coping stress* pada wanita yang menggunakan *vape*.

Hasil

Hasil penelitian ini bertujuan untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi *coping stress* pada wanita dengan menggunakan rokok elektrik (*vape*). Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa terdapat enam faktor yang mempengaruhi individu dalam menggunakan rokok elektrik yang dijadikan sebagai *coping stress* pada kelima subjek delapan faktor tersebut adalah faktor kesehatan fisik, faktor keyakinan positif, faktor keterampilan dalam memecahkan masalah, faktor keterampilan sosial, faktor dukungan sosial, faktor sumber daya materi, faktor imitasi, dan faktor kecanduan. Dua faktor yang terakhir adalah temuan lainnya dari hasil

Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan salah satu teknik dari *non probability sampling* yaitu *purposive sampling* dengan teknik *snowball* adalah pengambilan sampel yang didasarkan kepada ciri-ciri yang dimiliki oleh subjek yang dipilih, karena ciri-ciri tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Sampel dalam penelitian ini didapatkan melalui subjek (Herdiansyah, 2020). Teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara wawancara dan observasi serta dokumentasi (Herdiansyah, 2020). Teknik atau metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik analisis IPA (*Interpretative Phenomenological Analysis*) (Smith dkk, 2009). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan tiga teknik keabsahan data menurut Sugiyono (2013) yaitu triangulasi sumber, triangulasi waktu, dan triangulasi teknik.

penelitian ini. Selanjutnya, ditemukan pula temuan lainnya dua bentuk *coping stress* selain menggunakan rokok elektrik yaitu *distancing* dan *seeking social support*.

Pada faktor pertama yaitu kesehatan fisik, hal ini sangat berpengaruh dalam melakukan *coping stress*, di mana peneliti menemukan bahwa individu yang sedang sakit tidak akan mampu melakukan *coping* dengan baik. Di mana kelima subjek tidak mengonsumsi rokok elektrik saat sakit dikarenakan rasa mulut yang berbeda, sehingga salah satu subjek menggantinya dengan permen. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Supriyati dan Resjiaddin (2021) yang mengatakan bahwa *strategi coping* lain yang dapat dilakukan adalah dengan cara mengalihkan perhatian rokok dengan mengganti rokok dengan makanan dan minuman seperti minum air es, mengemil dan memakan permen. Hal tersebut dilakukan untuk menggantikan sesuatu yang hilang dari mulutnya dan menghilangkan rasa asam.

Pada faktor selanjutnya yaitu keyakinan positif, adanya penilaian yang positif dalam diri individu sehingga mampu menyusun *strategi coping* yang akan berhasil. Pada penelitian ini mendapatkan hasil bahwa kelima subjek memiliki keyakinan positif yang berbeda-beda yaitu salah satunya subjek merasa rokok elektrik lebih baik dibandingkan dengan narkoba, sehingga subjek memilih menggunakan rokok elektrik sebagai *coping stress* untuk menenangkan pikirannya. Hal ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Pranata dkk. (2022) yang meneliti terkait adanya kandungan narkoba yang terdapat dalam *liquid*. BNN Kota Denpasar dalam menanggulangi dan mencegah *liquid* yang mengandung narkotika dengan cara memberikan pemahaman dan pengetahuan mengenai bahaya *liquid* jenis narkotika di Kota Denpasar.

Diskusi

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Diba (2020) terdapat perbedaan antara penggunaan *coping* yang berfokus pada masalah dengan *coping* yang berfokus pada emosi pada wanita dewasa awal yang merokok di Kota Samarinda. Mereka lebih cenderung menggunakan *strategi coping* yang berfokus pada emosi dibandingkan dengan *coping* yang berfokus pada masalah. Perilaku merokok berkaitan dengan kondisi emosi, dimana 40,9 % individu yang

merokok beranggapan bahwa rokok dapat membuatnya tenang saat stres (Syarif dkk, 2015). Pada penelitian ini kelima subjek mampu menyelesaikan masalahnya dengan melakukan *coping* yang berfokus pada emosi.

Hasil penelitian menemukan adanya kemampuan subjek dalam mengontrol perilaku dengan individu lain saat sedang ada masalah, subjek juga mampu berkomunikasi dalam menyelesaikan

masalahnya, sehingga subjek memiliki hubungan yang baik dengan orang yang ada di sekitarnya. Hal ini didukung oleh Ulum (2018) yang mengatakan bahwa berbagai pihak dalam bentuk penyesuaian terhadap lingkungan sosial dan keterampilan memecahkan masalah sosial. Dalam keterampilan sosial mencakup kemampuan mengendalikan diri, adaptasi, toleransi, berkomunikasi, berpartisipasi dalam kehidupan bermasyarakat.

Selanjutnya, pada faktor dukungan sosial. Dimana bentuk dukungan yang diberikan oleh orang lain kepada subjek, dapat berupa dukungan motivasi, dukungan secara emosional, dan dukungan pengetahuan. Arifin (2015) terdapat bahwa dukungan sosial meningkatkan cara seseorang dalam menghadapi atau memecahkan masalah yang terfokus pada pengurangan reaksi stres melalui perhatian, informasi, percaya diri, serta dukungan yang lain.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Azizah (2022) diperoleh hasil bahwa terdapat salah satu narasumber yang hanya membeli *vape* atau isi ulang *liquid* jika ada sisa uang jajan hasil menabung. Jika tidak ada uang maka narasumber akan membeli rokok batangan eceran. Peneliti juga menemukan hasil bahwa keempat subjek mendapatkan sumber daya materi yang berbeda-beda yaitu dari diri sendiri.

keterampilan sosial adalah kemampuan untuk menciptakan hubungan sosial yang serasi dan memuaskan.

Selanjutnya pada faktor terakhir yang didapat pada penelitian ini yaitu temuan lainnya adalah faktor imitasi yang menyebabkan perilaku mengonsumsi rokok elektrik dan faktor kecanduan dalam menggunakan rokok elektrik saat sedang ada masalah. Hal ini sejalan dengan hasil dari penelitian Utami (2020) remaja yang tinggal serumah dengan orangtua yang perokok akan dengan mudah melakukan imitasi terhadap perilaku merokok. Hal ini diperkuat oleh penelitian Ablelo dkk (2019) selain orangtua, teman sebaya juga menentukan perilaku mahasiswa perokok yaitu mahasiswa yang bergaul dengan teman yang lingkungannya perokok aktif, maka individu akan terpengaruh untuk merokok yang berawal dari tawaran untuk mencoba dan setelah mencoba akan menikmati serta timbul rasa ketagihan.

Kemudian, hasil dari penelitian Fadhila, dkk (2021) menunjukkan perokok elektronik mempunyai tingkat ketergantungan nikotin yang lebih tinggi dibandingkan perokok konvensional. Pengguna rokok elektronik dapat membawa resiko kecanduan yang lebih tinggi dibandingkan resiko dari rokok tembakau yang dihisap, terutama di kalangan dewasa

muda. Motivasi alasan merokok pada kategori stimulasi, ketenangan, *crutch*, kebiasaan, faktor stres, dan faktor sosial. Karena *carving* termasuk ke dalam kategori ketergantungan merokok yaitu perokok merasa gelisah ketika tidak merokok dan kembali tenang setelah merokok.

Kemudian temuan lainnya yaitu terdapat ketiga subjek dalam penelitian ini yang mengalami *stressor* ringan dan membuat subjek melakukan *coping stress* dengan tidak mengonsumsi rokok elektrik yaitu *distancing* dengan berdiam diri di rumah, serta melakukan *coping seeking*

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat enam faktor yang mempengaruhi individu dalam menggunakan rokok elektrik yang dijadikan sebagai *coping stress* yang dilakukan oleh kelima subjek, diantaranya adalah faktor kesehatan fisik, faktor keyakinan positif, faktor keterampilan dalam memecahkan masalah, faktor keterampilan sosial, faktor dukungan sosial, dan faktor sumber daya materi.

Dalam penelitian ini juga didapatkan temuan lainnya, yaitu adanya faktor imitasi dalam perilaku mengonsumsi rokok elektrik yaitu subjek melihat temannya yang sedang mengalami masalah menggunakan rokok elektrik sebagai penenang diri serta membuatnya dapat dengan lancar berbicara dalam menyelesaikan masalah, sehingga

social support dengan bercerita dengan teman, berdiskusi dengan pasangan serta meminta maaf. Sejalan dengan Fikri dan Darmawanti (2023) bahwa terdapat bentuk *distancing* yang dilakukan kedua subjek adalah dengan istirahat seperti tidur apabila merasa kelelahan akibat permasalahan yang terjadi. *Seeking social support* yang dilakukan oleh subjek adalah berdiskusi kepada suami mengenai permasalahan yang dialami dalam keseharian baik di tempat kerja maupun permasalahan dalam rumah tangga.

subjek meniru perilaku tersebut. Selanjutnya peneliti menemukan temuan lainnya yaitu kecanduan, di mana subjek yang awalnya hanya mencoba mengonsumsi rokok elektrik di saat sedang mengalami stres, menjadi kebiasaan serta kecanduan bagi subjek untuk terus melakukan perilaku mengonsumsi rokok elektrik di saat subjek sedang mengalami masalah atau di saat subjek stres.

Kemudian temuan lainnya yaitu terdapat ketiga subjek dalam penelitian ini yang mengalami *stressor* ringan dan membuat subjek melakukan *coping stress* dengan tidak mengonsumsi rokok elektrik dengan melakukan *coping* yang berfokus pada emosi yaitu *distancing* dengan berdiam diri di rumah, serta melakukan *coping* yang berfokus pada masalah yaitu *seeking social support* dengan bercerita dengan teman,

berdiskusi dengan pasangan serta meminta maaf.

Saran

Bagi Wanita Pengguna Rokok Elektrik (*Vape*) disarankan untuk mengurangi hal-hal yang dapat memicu keinginan untuk merokok dengan mengalihkannya ke aktivitas lain, dan cobalah banyak mencari informasi mengenai dampak negatif yang ditimbulkan dari penggunaan rokok elektrik, serta mengurangi perkumpulan dengan sesama perokok. Saat sedang stres, cobalah untuk fokus melakukan *coping* selain menggunakan rokok elektrik, karena rokok elektrik hanya mampu membuat tenang tetapi tidak disarankan untuk dijadikan *coping* saat stres karena tidak baik jika dikonsumsi dan akan ada efek negatif yang ditimbulkan oleh rokok elektrik. sehingga lebih baik fokus dengan *coping* yang lebih efektif seperti *seeking social support*.

Bagi Pemerintah Kepada pemerintah untuk membantu para perokok wanita dalam menurunkan perilaku merokoknya dengan cara memperjelas dampak negatif dari penggunaan rokok elektrik serta meningkatkan kepercayaan kesehatannya. Memberikan informasi berupa iklan layanan kesehatan yang menampilkan mengenai perubahan penampilan sebelum dan sesudah akibat

dari mengonsumsi rokok. Mengadakan psikoedukasi yang berisikan materi mengenai berhenti merokok dan stres tidak hanya dapat diatasi dengan merokok. Serta menghadirkan pemateri berupa wanita mantan perokok yang berhasil berhenti merokok. Kepada orangtua, untuk lebih memperhatikan anaknya dan lebih waspada terhadap kelompok teman sebaya anaknya. Selanjutnya, dapat memberikan nasehat dengan cara selalu mengingatkan akan dampak negatif dari perilaku merokok pada anak, serta memberikan contoh *strategi coping* yang baik pada anak saat menghadapi masalah. Kemudian, orangtua juga penting dalam memberikan perhatian yang lebih terhadap anak, sehingga pada saat anak sedang menghadapi masalahnya, anak akan lebih terbuka dan akan bercerita terkait masalah yang sedang dialaminya.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti *coping stress* pada wanita pengguna rokok elektrik untuk dapat menambahkan jenis, serta dampak dari pemilihan *coping stress*, kemudian dapat menambahkan dokumentasi pada setiap subjek agar hasilnya lebih bervariasi.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai perilaku merokok, diharapkan agar dapat meneliti terkait variabel imitasi atau konformitas terhadap perilaku merokok pada wanita.

Referensi

- Akbar, F. M. R. (2020). Mahasiswi Perokok: Studi Fenomenologi Tentang Perempuan Perokok Di Kampus. *Dialektika*, 15(1), 33-40. <https://ejournal.unair.ac.id/dialektika/article/view/19385>
- Ablelo, F. O., Kusuma, F. H. D., & Rosdiana, Y. (2019). Hubungan Antara Frekuensi Merokok Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Akhir. *Nursing News*, 4(1), 133-144. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/download/1490/1054>
- Arifin, S. (2015). Dukungan sosial, emotional focus coping dan stres peserta program keluarga harapan. https://mpsi.untag-sby.ac.id/backend/uploads/pdf/dukungan_sosial_emotional_focus_coping_dan_stres1.pdf
- Azizah, F. E. (2022). *Hukum penggunaan e-liquid pada rokok elektrik menurut Maqashid Syariah (studi kasus "vape street" Di Dusun Krajan Desa Balung Lor Kecamatan Balung Kabupaten Jember)*. [Skripsi diterbitkan]. Universitas Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq.
- Cameng, D. K. J., & Arfin. (2020). Analisis Penerapan Kebijakan Earmarking Tax Dari Dana Bagi Hasil Cukai Hasil Tembakau Terhadap Kesehatan Masyarakat. *Simposium Nasional Keuangan Negara*. <https://jurnal.bppk.kemenkeu.go.id/snkn/article/download/561/298/>
- Damayanti, A. (2016). Penggunaan Rokok Elektronik di Komunitas Personal Vaporizer Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(2), 250-261. <https://ejournal.unair.ac.id/IBE/article/download/2150/2465>
- Diba, N. Z. (2020). Pengaruh Strategi Koping dan Model Kepercayaan Kesehatan Terhadap Perilaku Merokok Pada Wanita Dewasa Awal. *Psikoborneo*, 8(2), 180-186. <https://ejournals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4898>
- Fadhila, A. S., Taufiq, A., & Setyawan, U. G. (2021). Perbandingan tingkat ketergantungan antara pengguna rokok konvensional dan pengguna rokok elektrik. *majalah kesehatan*, 8(2), 78-86. <https://majalahfk.ub.ac.id/index.php/mkfkub/article/download/474/264/1856>
- Fikri, M. R., & Darmawanti, I. (2023). Gambaran strategi coping pada ibu bekerja (*working mothers*). *Jurnal penelitian psikologi*, 10(1), 720-740. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/53706/43055>
- Herdiansyah, H. (2020). *Metodelogi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*. Salemba Humanika.
- Hutapea, D. S. M., & Fasya, T. K. (2021). Rokok Elektrik (Vape) sebagai Gaya Hidup Perokok Masa Kini di Kota Lhokseumawe. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Malikussaleh (JSPM)*, 2(1), 92-108. https://www.researchgate.net/publication/353111668_Rokok_Elektrik_Vape_sebagai_Gaya_Hidup_Perokok_Masa_Kini_di_Kota_Lhokseumawe/link/60e7b321b8c0d5588ce2f5aa6/download

- Istiqomah, D. R., Cahyo, K., & Indraswari, R. (2016). Gaya hidup komunitas rokok elektrik semarang vaper corner. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 4(2), 203-212. <https://media.neliti.com/media/publications/18679-ID-gaya-hidup-komunitas-rokok-elektrik-semarang-vaper-corner.pdf>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress Appraisal And Coping*. Springer Publishing Company. Inc.
- Pranata, Y. W., Budiarta, N. P., & Karma, M. S. (2022). Peranan badan narkotika nasional dalam menanggulangi tindak pidana liquid vape yang mengandung narkotika. *Jurnal preferensi hukum*, 3(1), 201-207. <https://www.ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/juprehum/article/download/4684/3299/>
- Rasmun. (2004). *Stres, Koping dan Adaptasi*. Sagung Seto.
- SDKI, (2022). Bahaya Rokok dan Vaping. <https://snars.web.id/sdki/?s=Rokok>
<https://snars.web.id/sdki/wiki/bronkospasme-spasme-jalan-napas/>
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis. Theory Method And Research*. Sage Publication.
- Sugiyono. (2013). *Metode pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Supriyati & Resjiaddin, L. O. (2021). Proses perubahan perilaku berhenti merokok: studi kualitatif mengenai motif, dukungan sosial dan mekanisme coping. *Journal of health promotion and behavior*, 3(1), 58-70. <https://journal.fkm.ui.ac.id/ppk/article/download/4142/1176>
- Syarif, M., Fitriani, L., Hamzah, M. N., & Rezki, S. (2015). Hubungan Perilaku Merokok Dengan Mekanisme Koping Pada Remaja Di Desa Padang Kecamatan Campalagian. https://www.academia.edu/81736750/hubungan_perilaku_merokok_dengan_mekanisme_koping_pada_remaja_di_desa_padang_kecamatan_campalagian
- Ulum, C. (2018). Keterampilan sosial peserta didik dalam pembelajaran tematik di kelas V MI Muhammadiyah Selo Kulon Progo. *Jurnal Pendidikan dasar islam*, 10(2), 112-135. <https://jurnal.albidayah.id/index.php/home/article/download/169/169>
- Utami, N. (2020). Pengaruh kebiasaan merokok orangtua terhadap perilaku merokok remaja di Indonesia. *Media kesehatan masyarakat Indonesia (MKMI)*, 16(3), 327-335. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/mkmi/article/download/9801/6028/37124>
- Yanuar, D., Anisah, N., Sartika, M., & Rahman, R. (2021). Impression Management Perempuan Perokok di Kota Banda Aceh. *Jurnal ilmu komunikasi*, 4(1), 14-33.