

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang sangat merugikan, baik bagi dirinya sendiri maupun orang di sekelilingnya. Rohman (2010) menyatakan bahwa ancaman terhadap kesehatan yang ditimbulkan oleh perilaku merokok telah didokumentasikan secara meyakinkan oleh Surgeon General of the United States dalam serangkaian laporan sejak tahun 1964. Diperkirakan lebih dari 430.000 pengguna tembakau tewas di usia muda setiap tahunnya. Hasil survei Roy Tjiong dari Hellen Keller International dan Yayasan Indonesia Sehat yang dilakukan di Jakarta, Semarang, Surabaya, Makassar, dan Padang terhadap 155 ribu rumah tangga menyebutkan, risiko kematian populasi balita dari keluarga perokok berkisar antara 14 persen untuk daerah perkotaan dan 24 persen untuk pedesaan. Jika dikalkulasi, konsumsi keluarga miskin menyumbang 32.400 kematian setiap tahun atau sekitar 90 kematian balita per hari. Rokok dalam beberapa cara bertanggung jawab atas satu dari setiap enam kematian di AS, menewaskan lebih dari 1.100 orang setiap hari.

Tidak ada yang memungkiri adanya dampak negatif dari perilaku merokok, namun para perokok tetap saja tidak peduli apabila diingatkan terhadap ancaman yang setiap saat akan dapat menyiksanya dalam waktu lama dan bahkan dapat merenggut nyawanya. Tidak mengherankan jika saat ini merokok seakan

telah menjadi gaya hidup. Ironisnya, gaya hidup ini telah merambah usia muda, yakni remaja tanggung usia belasan.

Prevalensi merokok, dari tahun ke tahun semakin meningkat bahkan sampai tahap memprihatinkan. Saat ini jumlah perokok mencapai 18% dari seluruh populasi di dunia dan 80% di antaranya terjadi di negara-negara berkembang (Lestari dan Purwandari, 2012). Dewasa ini di seluruh dunia diperkirakan terdapat 1,26 miliar perokok, lebih dari 200 juta di antaranya adalah wanita. Data WHO menyebutkan, di negara berkembang jumlah perokoknya 800 juta orang, hampir tiga kali lipat di negara maju. Besarnya jumlah perokok tersebut menyebabkan angka kematian akibat merokok saat ini adalah 4 juta jiwa setiap tahun, yang berarti terdapat sekitar satu kematian dalam setiap 8 menit (Hilyana, Hasbullah, Muzakkir, 2013).

Jumlah perokok di Indonesia menempati urutan terbesar keempat dunia dengan prevalensi merokok pada orang dewasa (usia 15 tahun ke atas) yakni pria 63,1% (naik 1,4% dibandingkan tahun 2001) dan wanita 4,5% (tiga kali lipat dibandingkan tahun 2001). Sedangkan di Asia Indonesia menempati urutan kedua terbesar setelah Kamboja dengan prosentasi perokok pria; Kamboja 54%, Indonesia 53%, Vietnam 50%, Malaysia 49% dan Thailand 39% (Hilyana, Hasbullah, Muzakkir, 2013).

Departemen Pendidikan Nasional tahun 2001 mencatat jumlah perokok di usia remaja 15 – 24 tahun mencapai 26,56%. Sementara Yayasan Kesehatan Indonesia melaporkan bahwa 18% siswa SLTP sudah mulai merokok, 11%

diantaranya mampu menghabiskan sampai 10 batang perhati. Pengalaman pertama anak merokok ternyata 21% laki-laki dan 15,5% perempuan dimulai dari SMP. Hasil survey yang dilakukan pada tahun 2003 pada 120 siswa-siswa SMK di Malang juga menunjukkan bahwa 59,17% merokok dan 67,60% dilakukan sejak SLTP di Malang. Adapun frekuensi yang dikonsumsi sebanyak 67,87% menghabiskan rokok 1 – 3 batang perhari, 4,23% menghabiskan 7 – 10 batang perhari dan 2,55% menghabiskan lebih dari 10 batang perhari (Lestari dan Purwandari, 2012).

Sebuah survei yang dilakukan oleh *Quit Tobacco Indonesia* dan Fakultas Kedokteran UGM tahun 2009 terhadap 2.154 siswa-siswi SMP dan SMA di DIY yang dipilih secara acak, didapatkan sebanyak 28,58 persen siswa merokok (6,98 persen perokok reguler dan 21,6 persen perokok eksperimenter). Sementara untuk siswi sebanyak 3,31 persen merokok (0,55 persen perokok reguler dan 2,76 persen perokok eksperimenter) (Asdhiana, 2011). Penelitian Trisnowati, Prabandari, dan Padmawati (2011) pada 185 siswa dari 6 SMP di Bantul yang dipilih secara acak didapatkan jumlah remaja yang pernah mencoba merokok sebesar 39,5%, perokok saat ini (*current smoker*) sebesar 58,9%, dan rentan merokok sebesar 11,6%. Proporsi remaja laki-laki yang pernah mencoba merokok lebih tinggi (63,5%) dibandingkan dengan remaja perempuan (8,6%).

Semakin banyaknya perilaku merokok pada remaja, harus menjadi perhatian yang serius dari pemerintah dan juga masyarakat. Pemerintah harus berupaya secara efektif untuk memberikan informasi mengenai bahaya merokok,

khususnya terhadap remaja. Reimondos, Utomo, McDonald, Hull, Suparno, dan Utomo (2010) menyatakan bahwa sejak awal tahun 2000 kebijakan mengenai merokok di Indonesia telah mulai difokuskan pada aspek kesehatan. Pada 2003 (Peraturan Pemerintah No. 19) Pemerintah Indonesia telah menerapkan peraturan yang mengharuskan mencantumkan peringatan bahaya merokok bagi kesehatan pada setiap kemasan rokok. Kalimat tepatnya adalah: "merokok dapat menyebabkan kanker, serangan jantung, impotensi dan gangguan kehamilan dan janin". Sebesar 10 persen halaman muka kemasan rokok harus disediakan untuk tulisan peringatan bahaya merokok bagi kesehatan.

Orang tua dan masyarakat perlu melakukan tindakan proaktif untuk membina remaja, sehingga tidak melakukan perilaku merokok. Seluruh anggota masyarakat harus terlibat secara aktif dalam upaya penyehatan masyarakat khususnya remaja dengan menyebarkan luaskan informasi tentang bahaya dan ketidakbergunaan perilaku merokok. Informasi tersebut, diharapkan dapat mempengaruhi remaja, sehingga tidak bereksperimen dalam perilaku merokok.

Faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja sangat kompleks, salah satunya adalah stres. Hasnida dan Kemala (2005) dalam penelitiannya menemukan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan stres dengan perilaku merokok pada remaja. Pada saat subjek dalam kondisi tertekan (stres) maka perilaku yang paling banyak muncul adalah perilaku merokok. Konsumsi rokok ketika stres merupakan upaya-upaya pengatasan masalah yang bersifat emosional atau sebagai kompensatoris kecemasan yang

dialihkan kepada aktivitas merokok. Adapun Costa *et al* (2006) merangkum beberapa penelitian dari Hestick *et al.* (2001), Jones & Levinson (1992), dan (Lenz, 2004) yang menunjukkan bahwa *college smoking has been shown to be negatively associated with spirituality and positively associated with stress and depression.* (Perilaku merokok pelajar menunjukkan hubungan yang negatif dengan spiritualitas, dan berhubungan positif dengan stres dan depresi).

Remaja merupakan tahap perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa, yang ditandai oleh perubahan-perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial (Desmita, 2010). Remaja dalam budaya Amerika, periode remaja ini dipandang sebagai masa "storm & stress", frustrasi dan penderitaan, konflik dan krisis penyesuaian, mimpi, dan melamun tentang cinta, dan perasaan teralienasi (tersisihkan) dari kehidupan sosial budaya orang dewasa (Yusuf, 2006). Apabila melihat pendapat di atas, maka pada masa remaja banyak permasalahan yang terjadi karena penyesuaian diri dalam perkembangan kognitif dan sosial menuju masa dewasa. Hal ini berpotensi untuk memicu stres pada pelajar remaja.

Berkenaan dengan hal tersebut, maka remaja perlu untuk memiliki manajemen stres yang baik. Casper (2012) menyatakan bahwa *stress management is developed on the idea that the stress is not direct response to a stressor but rather one's resources and ability to cope, thus, stress is allowed to be controllable.* (manajemen stres dikembangkan pada gagasan bahwa stres bukan merupakan respon langsung terhadap stressor melainkan sumber daya seseorang

dan kemampuan untuk mengatasi, dengan demikian, stres boleh dikontrol). Manajemen stres yang baik membuat remaja mampu menghadapi stres secara positif, sehingga bahkan dapat mendorong remaja menuju ke arah yang lebih positif.

Hasil studi pendahuluan melalui wawancara terhadap 15 siswa yang dipilih secara acak, didapatkan bahwa 5 siswa (33,33%) telah menjadi perokok yang aktif, 3 siswa (20,0%) menyatakan hanya kadang-kadang merokok. Hasil wawancara mengenai hal yang biasanya menyebabkan stres pada remaja menunjukkan hasil yang sangat beragam, yaitu 3 siswa (20,0%) karena banyaknya tugas pelajaran, 4 siswa (26,67%) karena masalah dengan teman, 3 siswa (20,0%) karena hubungan dengan pacar, 2 siswa (13,33%) karena tuntutan dari orang tua, 1 siswa (6,67%) karena dimarahi guru, 1 siswa (6,67%) karena tidak bisa menguasai pelajaran, dan 1 siswa (6,67%) karena masalah dengan keluarga. Hasil wawancara terhadap 5 siswa yang telah merokok secara aktif dan 3 orang yang hanya kadang-kadang, didapatkan 4 siswa yang telah merokok aktif, apabila stres maka perilaku merokoknya bertambah. Adapun 3 orang yang hanya kadang-kadang didapatkan semuanya tidak meningkat perilaku merokoknya walaupun menghadapi stres.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul : Hubungan antara Manajemen Stres dengan Perilaku Merokok Pada Remaja di SMP 3 Sewon Bantul Tahun 2014.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka permasalahan penelitian dirumuskan :

Apakah ada hubungan antara Manajemen Stres dengan Perilaku Merokok Pada Remaja di SMP 3 Sewon Bantul tahun 2014 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum ingin mengetahui hubungan antara manajemen stres dengan perilaku merokok pada remaja di SMP 3 Sewon Bantul tahun 2014.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui manajemen stres pada remaja di SMP 3 Sewon Bantul tahun 2014.
- b. Untuk mengetahui perilaku merokok pada remaja di SMP 3 Sewon Bantul tahun 2014.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan pengetahuan mengenai manajemen stres dengan yang berpengaruh pada perilaku merokok pada remaja.

2. Bagi pengguna

a. Siswa SMP 3 Sewon Bantul

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi bagi siswa SMP 3 Sewon Bantul untuk dapat menghindari perilaku merokok dan pentingnya management stress sebagai salah satu upaya untuk mencegah perilaku merokok.

b. Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi perawat agar dapat meningkatkan konseling terhadap remaja yang mempunyai perilaku merokok dan menambah pengetahuan tentang pentingnya management stress untuk mengatasi stress.

c. Bagi institusi PSIK UMY Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan dan wawasan bagi mahasiswa keperawatan.

E. Keaslian Penelitian

Telah banyak penelitian yang hampir serupa dilakukan oleh peneliti terdahulu antara lain :

1. Hilyana dkk (2013)

Melakukan penelitian dengan judul : Hubungan Tingkat Stres Terhadap Perilaku Merokok Remaja Siswa di SLTP 30 Makassar Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Jumlah sampel sebanyak 52 responden. Pemilihan sampel dilakukan dengan *proportionate stratified random sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisa dengan menggunakan uji statistic *chi-square*, dengan tingkat kemaknaan $p (\alpha) = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara tingkat stres remaja terhadap perilaku merokok remaja siswa dengan nilai kemaknaan $p=0,012$. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat stress terhadap perilaku merokok remaja siswa di SLTP 30 Makassar.

2. Rohman (2010)

Melakukan penelitian dengan judul : Hubungan Antara Tingkat Stres dan Status Sosial Ekonomi Orang Tua dengan Perilaku Merokok Pada Remaja. Desain yang digunakan adalah deskriptif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Muhammadiyah 1 Kepanjen Kabupaten Malang kelas 1 Jurusan Teknik Komputer Jaringan, kelas 1 Jurusan Otomotif 3, kelas 1 Jurusan Otomotif 4, kelas 1 Jurusan Otomotif 5, kelas 2 Jurusan Teknik Mesin 2, kelas 2 Jurusan Otomotif 1, kelas 2 Jurusan

Otomotif 3, dan kelas 2 Jurusan Otomotif 5 yang terindikasi berperilaku merokok, sejumlah 365 siswa. Sampel diambil dengan teknik *accidental sampling*, sejumlah 285 siswa. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi Product Moment dan regresi ganda dengan dua prediktor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

- a. Tingkat perilaku merokok pada remaja berada pada tingkatan sedang.
- b. Tingkat stres remaja berada pada tingkatan sedang.
- c. Status sosial ekonomi orang tua remaja adalah bawah.
- d. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara tingkat stres dan tingkat perilaku merokok remaja.
- e. Terdapat hubungan negatif dan signifikan antara status sosial ekonomi orang tua dan tingkat perilaku merokok remaja.
- f. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan status sosial ekonomi orang tua dengan tingkat perilaku merokok remaja.