

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Rokok berkontribusi paling besar untuk menyebabkan penyakit dibanding faktor risiko lain. Berdasarkan *The Tobacco Atlas 3<sup>rd</sup> edition, 2009* (Shafey *et al.*, 2009) didapatkan sebesar 22,2% dari penduduk dunia secara umum mengonsumsi tembakau. Sementara itu, di antara negara-negara di *Association of Southeast Asian Nations* (ASEAN), Indonesia merupakan negara dengan persentase perokok terbesar yaitu sebesar 46,16%, diikuti oleh Filipina (16,62%) dan Vietnam (14,11%) (Kemenkes RI, 2014). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi perokok di Indonesia sebesar 28,8%. Di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) terdapat 29,8% masyarakat yang merokok. Saat ini terdapat lebih dari 36% penduduk Indonesia yang dikategorikan sebagai perokok saat ini. Sebanyak 20% dari remaja berusia 13 – 15 tahun adalah perokok, 41% di antaranya adalah remaja laki-laki (Kemenkes, 2017b).

Rokok sangat banyak menimbulkan efek negatif bagi kesehatan. Kandungan pada rokok seperti nikotin, tar, dan karbon monoksida merupakan komponen-komponen dan zat berbahaya bagi tubuh (Kemenkes, 2017b). Tembakau membunuh lebih dari 8 juta orang di seluruh dunia setiap tahun. Lebih dari 7 juta kematian ini diakibatkan langsung oleh penggunaan tembakau dan sekitar 1,2 juta

di antaranya diakibatkan paparan asap rokok orang lain pada bukan perokok (World Health Organization [WHO], 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Hammado, 2014), kurang lebih 50% para perokok yang merokok sejak remaja akan meninggal akibat penyakit-penyakit yang berhubungan dengan kebiasaan merokok. Hasil Riskesdas tahun 2013 dari Kemenkes RI menyatakan bahwa prevalensi penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) di Indonesia sebesar 3,7%. Merokok tidak hanya menyebabkan penyakit PPOK. Risiko seorang perokok untuk terserang penyakit jantung koroner mencapai 2 hingga 4 kali lipat dan memiliki risiko lebih tinggi terkena kanker paru dan penyakit tidak menular (PTM) lainnya (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi penyakit infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) juga bertambah disebabkan tingginya paparan asap rokok di sekitar. Keluarga dengan balita di rumah dan adanya anggota keluarga lain yang biasa merokok di dalam rumah menyebabkan balita tersebut menderita ISPA dengan kemungkinan sebesar 64,7% (Julia, 2011). Rokok sebagai faktor risiko yang menjadi hal yang penting bagi tenaga kesehatan, dalam upaya pemberian pendidikan kesehatan agar masyarakat dapat menjalani hidup sehat tanpa rokok.

Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan merupakan calon tenaga kesehatan yang nantinya akan menjadi pendidik dalam mengurangi, dan mencegah bahaya rokok, namun kenyataannya masih banyak mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan yang masih merokok. Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan oleh peneliti yang sudah mengisi kuesioner yaitu 335 mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas

Muhammadiyah Yogyakarta (FKIK UMY) dan terdapat 27 mahasiswa yang aktif merokok.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku merokok. Winda *et al* (2020), melaporkan bahwa terdapat 65% dari 80 responden mahasiswa merokok karena pengaruh teman sebaya (Winda *et al.*, 2020). Selain itu, stress juga ditengarai menjadi faktor yang mempengaruhi perilaku merokok. Riset yang dilakukan Mayah *et al* (2021), menunjukkan bahwa terdapat 85,7% responden menderita stress sedang, sedangkan 7,9% dari responden menderita stress ringan merupakan perokok berat (Mayah *et al.*, 2021). Selain itu, semua responden yang menderita stress sedang merupakan perokok berat. Seorang responden yang menderita stress berat juga merupakan perokok berat.

Selain faktor merokok, faktor berhenti merokok juga sangat beragam, seperti penelitian yang dilakukan oleh Sari *et al* (2020), pada 56,6% yang dimotivasi keluarga diketahui 37,7% berkeinginan berhenti merokok dan 18,9% tidak ingin berhenti (Sari *et al.*, 2020). Penelitian lain juga mengenai faktor berhenti berokok oleh Sholih & Sudarjat (2020), menggunakan metode *Threatening Visual Warnings* (TVWs) pada kemasan rokok yang telah disesuaikan dengan aturan pemerintah No. 109/2012 mendapatkan hasil wawancara dan pengisian kuesioner pada remaja putri, diperoleh 11 dari 15 responden berniat untuk mengurangi intensitas merokok dan 4 responden berkeinginan untuk berhenti merokok pada kuisisioner dengan kategori ancaman *moderate* (Sholih & Sudarjat, 2020).

Pemerintah telah berusaha untuk mengatasi tingginya jumlah perokok di Indonesia, dengan merumuskan *Memorandum of Understanding* (MoU) antara Kementerian Dalam Negeri dan Kementerian Kesehatan mengenai pentingnya penerapan kawasan tanpa rokok (KTR). Peraturan bersama ini dituangkan melalui Pasal 6 ayat (1) Peraturan Bersama Menteri Kesehatan dan Menteri Dalam Negeri Nomor 188/MENKES/PB/I/2011 dan Nomor 7 Tahun 2011 tentang Pedoman Penyelenggaraan Kawasan Tanpa Rokok. Kebijakan larangan merokok di tempat umum di Indonesia menjadi kebijakan daerah, walaupun belum semua daerah mengadopsi kebijakan tersebut. Berdasarkan Peraturan Daerah Kota Yogyakarta Nomor 2 tahun 2017 tentang KTR, dengan persetujuan bersama Dewan Perwakilan Rakyat Daerah (DPRD) Kota Yogyakarta dan Walikota Yogyakarta memutuskan menetapkan peraturan daerah. Kemudian, Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 3 tahun 2019 tentang KTR.

Pada tahun 2008 WHO telah merumuskan salah satu strategi untuk mengatasi masalah merokok adalah dengan enam paket intervensi kebijakan “*Cost Effective*” *monitoring, protect, offer help, warning, enforce, raise tobacco* (MPOWER) untuk menekan konsumsi rokok, di antaranya adalah perlindungan terhadap paparan asap rokok (*Protect People from Tobacco Smoke*) (WHO, 2008). Program lain untuk berhenti merokok adalah sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Janius *et al* (2019), tentang cara mengatasi pengaruh efikasi diri terhadap motivasi untuk mengurangi perilaku merokok remaja di wilayah Pontianak Tenggara. Dari penelitian ini, didapatkan sebagian besar remaja yang merokok memiliki *self-*

*efficacy* dan motivasi untuk mengurangi perilaku merokok. Remaja yang mempunyai *self-efficacy* tinggi dibandingkan dengan orang dengan *self-efficacy* rendah memiliki motivasi berhenti merokok hingga 5 kali lebih besar (Janius *et al.*, 2019). Berdasarkan hasil penelitian oleh Rianti & Hidayah (2021), intervensi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dapat mengakibatkan perbedaan tingkat perilaku merokok peserta antara sebelum dan sesudah pemberian secara signifikan. Hal ini menunjukkan pengaruh terapi SEFT terhadap kebiasaan merokok (Rianti & Hidayah, 2021).

Upaya lain untuk berhenti merokok yaitu program refleksi diri. Program refleksi diri ini dapat memfasilitasi pembentukan jati diri yang merupakan tugas perkembangan penting bagi remaja (Sinai *et al.*, 2012). Hal tersebut menjadi faktor yang sangat penting, karena dapat membentuk persepsi yang positif sehingga membantu remaja untuk berhenti merokok.

Program refleksi diri ini berbeda dengan program lainnya untuk mengatasi berhenti merokok. Keunggulan dari program ini selain memfasilitasi pembentukan jati diri remaja, program ini juga berhasil mengembangkan pikiran positif dan melakukan hal lain selain merokok (Sim *et al.*, 2020). Selain itu, program refleksi diri ini belum banyak diterapkan dan diteliti di Indonesia. Program refleksi diri dapat digunakan sebagai metode berhenti merokok pada remaja, utamanya pada kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai program refleksi diri untuk berhenti merokok pada mahasiswa FKIK, mengingat bahwa mahasiswa Fakultas

Kedokteran dan Ilmu Kesehatan merupakan calon tenaga kesehatan yang nantinya akan menjadi pendidik dalam mengurangi dan mencegah bahaya rokok. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Huriah & Rahman (2021) yang mengatakan bahwa tenaga kesehatan yang berhenti merokok karena merasa malu sebagai tenaga kesehatan yang harusnya menunjukkan contoh baik dalam perilaku sehat (Huriah & Rahman, 2021).

### **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang tersebut, dapat dirumuskan suatu pertanyaan: Bagaimana persepsi mahasiswa tentang upaya berhenti merokok melalui program refleksi diri pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah:

- 1) Untuk mengeksplorasi persepsi mahasiswa FKIK UMY setelah mengikuti program refleksi diri.
- 2) Untuk mengeksplorasi motivasi mahasiswa FKIK UMY setelah mengikuti program refleksi diri.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat untuk Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengurangi perokok terutama pada mahasiswa FKIK UMY dimana nantinya mahasiswa FKIK UMY akan menjadi calon tenaga kesehatan yang akan memberikan edukasi kesehatan.

2. Manfaat untuk Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengurangi perokok pada mahasiswa terkhusus untuk mahasiswa FKIK UMY.

3. Manfaat untuk Peneliti lain

Penelitian ini diharapkan mampu menambah referensi untuk program berhenti merokok.

#### **E. Penelitian Terkait**

Penulis mendapatkan penelitian lain serupa dengan penelitian ini, baik topik maupun pembahasan. Berikut adalah beberapa penelitian tersebut:

1. *A Self-Reflection Program for Smoking Cessation in Adolescents: A Phenomological Study* (Sim et al., 2020). Penelitian oleh Inok Sim, dkk menggunakan program refleksi diri dengan menggunakan 4 tahap yaitu refleksi diri, peningkatan diri, konser penyembuhan, dan wisata visit, dengan responden remaja sekolah. Sementara penelitian ini lebih memfokuskan menggunakan program refleksi diri saja untuk mengeksplorasi kebiasaan

merokok pada mahasiswa FKIK UMY. Responden dan tempat penelitian jauh berbeda dari penelitian ini, penelitian yang dilakukan Inok Sim, dkk mengambil responden remaja sekolah menengah atas dan tempat penelitian yang dilakukan Inok Sim, dkk dilakukan di Republik Korea sedangkan, penelitian ini akan diadakan di kampus Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dan penelitian ini mengambil responden mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan.

2. *Smoking Perceptions and Practice among Nursing Students in Kabupaten Kupang, Indonesia* (Pingak & Miller, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Pingak dan Miller mencari tahu tentang prevalensi merokok di kalangan mahasiswa keperawatan, serta persepsi tentang peran mereka terkait dengan perilaku merokok. Metode dalam penelitian Pingak dan Miller menggunakan metode survei *cross sectional* dilakukan pada semua mahasiswa keperawatan Maranatha School of Health Science di Indonesia. Sementara penelitian ini menggunakan metode studi deskriptif untuk mencari tahu persepsi mahasiswa tentang upaya berhenti merokok pada mahasiswa FKIK UMY.
3. *Smoking Behaviour on Health Workers in Indonesia: A Phenomenological Study* (Huriah & Rahman, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Huriah dan Rahman yaitu mengeksplorasi terkait perilaku merokok pada tenaga kesehatan. Metode dalam penelitian Huriah dan Rahman menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi karena penelitian ini memiliki tujuan untuk mengeksplorasi pengalaman perilaku merokok pada

tenaga kesehatan. Sementara penelitian ini menggunakan metode studi deskriptif untuk mengeksplorasi pengalaman perilaku merokok pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

