

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seseorang yang telah melewati masa remaja akan mencapai masa dewasa awal yang memiliki usia berkisar antara 20-40 tahun menurut Hurlock, 2010. Seseorang yang berada pada usia dewasa awal memiliki tugas perkembangan diantaranya berinteraksi dengan lingkungan sosial dan tugas perkembangan lainnya. Maraknya merokok di kalangan berbagai usia dewasa awal membuat seseorang dewasa awal juga tertarik untuk mencoba hal baru salah satunya merokok. Dalam aktivitasnya seseorang dewasa awal akan menentukan pilihannya untuk merokok atau tidak merokok dalam bergaul di lingkungan.

Merokok merupakan salah satu masalah yang masih berkembang dan belum dapat ditemukan solusinya di Indonesia hingga saat ini. Merokok dapat menyebabkan hipertensi akibat zat-zat kimia yang terkandung di dalam tembakau dalam rokok yang dapat merusak lapisan dalam dinding arteri, sehingga arteri lebih rentan terjadi penumpukan plak (arterosklerosis). Hal ini dapat disebabkan oleh nikotin yang dapat merangsang saraf simpatis sehingga memacu kinerja jantung lebih keras dan dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah, serta karbon monoksida yang dapat menggantikan oksigen dalam darah dan memaksa jantung memenuhi kebutuhan oksigen tubuh (Setyanda, 2015 dalam Baharuddin, 2017).

Banyak penelitian yang membuktikan bahwa kebiasaan merokok dapat menimbulkan efek buruk pada kesehatan seperti menimbulkan penyakit jantung, penyakit paru-paru, kanker paru-paru, diabetes, impotensi, kebutaan, penyakit mulut dan gangguan janin pada ibu hamil (Baharuddin, 2017). Oleh karena efek dari merokok yang membahayakan, tidak sedikit pula seseorang yang dalam masa tahapan dewasa awal menentukan pilihannya untuk berhenti merokok atau malah tidak merokok sama sekali (Ardita, 2016).

Berhenti merokok adalah proses untuk menghentikan kebiasaan merokok. Rokok atau tembakau membawa beberapa efek buruk bagi tubuh, terutama yang disebabkan kandungan nikotin sehingga menyebabkan rokok menjadi sangat adiktif. Kandungan

nikotin tersebut yang membuat perokok sulit berhenti merokok dan menjadikannya proses yang panjang dan menyulitkan, banyak orang yang ingin berhenti merokok namun hanya sebagian saja yang melakukannya dengan sungguh-sungguh. Berhenti merokok memang sulit sekali dilakukan bagi yang sudah kecanduan, tapi bukan berarti tidak bisa (Dinkes Aceh, 2019).

Bagi seseorang yang memasuki tahapan dewasa awal, tidak merokok merupakan pilihan terbaik karena dengan tidak merokok akan mendapatkan banyak manfaat salah satunya kesehatan organ tubuh dan sisi finansial. Banyak faktor yang mempengaruhi keputusan untuk tidak merokok pada usia dewasa awal diantaranya adalah faktor psikologi (sikap dan pengetahuan) dan lingkungan (keluarga dan teman) (Aula, 2010).

Menurut Goldenberg et, al (2016), dalam *American journal on addictions* menyatakan bahwa kualitas hidup yang rendah dan depresi dikaitkan dengan kemungkinan lebih tinggi untuk mulai merokok dan kemungkinan lebih rendah untuk berhenti merokok. Ada hubungan negatif antara merokok dan kualitas hidup dan besarnya hubungan ini terkait dengan jumlah rokok yang dihisap. Asap rokok juga tampaknya berhubungan negatif dengan kualitas hidup. Penghentian merokok secara signifikan meningkatkan kualitas hidup. Temuan ini telah direplikasi di seluruh populasi dengan beragam kelompok sosial ekonomi dan budaya di seluruh dunia.

Menurut *Global Youth Tobacco Survey (GYTS)* tahun 2019, sebagai bagian dari *Global Tobacco Surveillance System (GTSS)* yang merupakan standar global untuk secara sistematis memantau penggunaan tembakau (hisap dan kunyah) oleh generasi muda dan melacak indikator-indikator pengendalian tembakau. *Global Youth Tobacco Survey (GYTS)* membantu negara-negara memenuhi kewajiban berdasarkan *Framework Covention on Tobacco Control (FCTC) World Health Organization (WHO)* untuk menghasilkan data yang dapat dibandingkan secara nasional maupun internasional. Lebih dari 8 dari 10 (81,1%) pelajar yang saat ini merokok pernah mencoba berhenti merokok dalam 12 bulan terakhir. Lebih dari 8 dari 10 (80,8%) pelajar yang saat ini merokok ingin berhenti merokok sekarang juga.

Berdasarkan data WHO (2017) negara dengan jumlah perokok terbanyak didunia adalah Serbia yaitu 41% atau 3,3 juta penduduknya merokok, Bulgaria 35% atau 2,2 juta penduduknya merokok, Yunani 44%, Rusia 38% atau 46,9 juta penduduknya merokok, Ukraina 12 juta penduduknya merokok dan Bosnia 1,2 juta penduduknya merokok. Lebih dari sepertiga atau 36,3% penduduk Indonesia saat ini menjadi perokok. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Data, 2018 menunjukkan jumlah perokok diatas 15 tahun sebanyak 33,8 %. Dari jumlah tersebut 62,9 % merupakan perokok laki-laki dan 4,8% perokok perempuan dan peningkatan jumlah perokok ini dibarengi dengan peningkatan proporsi penyakit akibat konsumsi rokok. Beberapa diantaranya hipertensi, stroke, diabetes, jantung, kanker. Secara nasional, rata-rata jumlah batang rokok yang dihisap tiap hari oleh lebih dari separuh (52,3%) perokok adalah 1-10 batang dan sekitar 20% sebanyak 11-20 batang per hari.

Dari penelitian yang dilakukan oleh Fikriyah et al (2012) didapatkan hasil penelitian yang menyatakan bahwa hasil penelitian terhadap 33 responden didapatkan data kurang dari 50% responden yang memiliki faktor psikologi beresiko rendah dan perilaku merokok yang ringan yaitu 11 responden (33.3%). Setelah dilakukan uji statistik Regresi Linier Ganda dengan hasil ada pengaruh faktor psikologi terhadap perilaku merokok pada mahasiswa laki-laki di asrama putra STIKES RS Baptis Kediri. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat faktor-faktor verifikasi positif yang mempengaruhi perilaku merokok pada mahasiswa laki-laki yang tinggal di asrama putra STIKES RS Baptis Kediri, yaitu faktor psikologi.

Adapun perokok yang ingin atau memiliki niat untuk berhenti merokok, dari penelitian Ardita (2016), dinyatakan bahwa beberapa faktor yang menyebabkan perokok berhenti merokok dan tidak menjadi perokok aktif lagi, yaitu adanya dorongan atau dukungan sosial dari orang terdekat (orang tua, teman sebaya, kepribadian, dan media informasi yang mengiklankan tentang rokok); kontrol diri; tingkat ekonomi/pekerjaan yang dimiliki dan; kesadaran terhadap pentingnya kesehatan dan bahaya merokok terhadap diri sendiri serta lingkungannya.

Perdana (2019) menyebutkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi intensitas berhenti merokok ataupun tidak merokok yaitu sikap dimana reaksi atau respons yang

masih tertutup dari seseorang terhadap stimulus untuk merokok, lingkungan teman sebaya dimana semakin banyak teman sebaya yang tidak merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya tidak merokok juga dan demikian sebaliknya, keluarga dimana keluarga sangat berperan terhadap perilaku tidak merokok atau perilaku merokok anak-anaknya, pengetahuan tentang rokok akan memotivasi individu atau kelompok untuk berhenti atau tidak merokok.

Dari hasil studi pendahuluan kepada 26 mahasiswa dari 105 mahasiswa fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto didapatkan bahwa mereka tidak merokok karena berfikir bahwa rokok hanya akan membuang uang dan rokok tidak baik untuk kesehatan, adapun yang beralasan karena takut dengan dampak yang akan timbul dari rokok seperti kanker paru-paru. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi mereka untuk tidak merokok. Dalam penelitian ini diharapkan didapatkan hasil apa saja yang menjadi faktor mahasiswa tidak merokok bertahan dengan prinsipnya.

B. Rumusan Masalah

Dari hasil studi pendahuluan kepada 26 mahasiswa dari 105 mahasiswa fakultas ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto didapatkan bahwa mereka tidak merokok karena berfikir bahwa rokok hanya akan membuang uang dan rokok tidak baik untuk kesehatan, adapun yang beralasan karena takut dengan dampak yang akan timbul dari rokok seperti kanker paru-paru. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi mereka untuk tidak merokok.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah penelitian: “Apa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku tidak merokok pada dewasa awal seperti mahasiswa“.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi pengaruh sikap, pengaruh lingkungan (teman sebaya), pengaruh keluarga dan pengaruh pengetahuan terhadap perilaku tidak merokok pada dewasa awal.

2. Tujuan Khusus
 - a. Mendeskripsikan karakteristik dewasa awal.
 - b. Mendeskripsikan perilaku tidak merokok pada dewasa awal.
 - c. Mengidentifikasi pengaruh sikap terhadap perilaku tidak merokok pada dewasa awal.
 - d. Mengidentifikasi pengaruh teman sebaya terhadap perilaku tidak merokok pada dewasa awal.
 - e. Mengidentifikasi pengaruh keluarga terhadap perilaku tidak merokok pada dewasa awal.
 - f. Mengidentifikasi pengaruh pengetahuan terhadap perilaku tidak merokok pada dewasa awal.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan peneliti dengan cara mengaplikasikan teori keperawatan selama kuliah khususnya tentang dewasa awal dan perilaku tidak merokok.

2. Bagi Responden

Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi responden sebagai sarana informasi untuk meningkatkan pengetahuan responden tentang merokok.

3. Bagi institusi terkait

Sebagai bahan informasi mengenai perilaku tidak merokok pada dewasa awal sehingga dapat dijadikan bahan pengambilan keputusan dan antisipasi dari masalah merokok terutama pada dewasa awal.

4. Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi, dan dapat dilakukan penelitian berikutnya mengenai pemahaman faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku tidak merokok pada dewasa awal.