

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perilaku merokok dapat dilihat dari berbagai sudut pandang, sangat merugikan baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Perilaku merokok saat ini merupakan kebiasaan yang wajar dipandang oleh anggota masyarakat Indonesia. Hal ini dapat dirasakan dalam kehidupan sehari - hari dilingkungan rumah, kantor, maupun ditempat-tempat umum lainnya. Dan hampir setiap saat dapat disaksikan dan dijumpai orang yang sedang merokok, bahkan di lingkungan pendidikan, khususnya kampus yang seharusnya bebas dari asap rokok. Dan saat ini merokok sudah merambat kepada para kalangan remaja sekalipun (Anonim,2012).

Bahkan sekarang banyak anak muda, remaja yang melakukan kebiasaan tersebut. Merokok pada anak muda dengan kemauan sendiri disebabkan ingin menunjukkan bahwa ia telah dewasa atau lebih tua dengan merokok. Anak-anak mulai merokok karena kemauan atau keinginan sendiri, rasa ingin tahu, coba-coba dan melihat teman-temannya, serta merokok memudahkan pergaulan. Umumnya bermula dari perokok pasif kemudian menjadi perokok aktif. Semula hanya melihat dan mencoba-coba kemudian ketagihan akan nikotin. Sifat gengsi dari pemakai rokok dan agar kelihatan hebat atau gagah juga dari rasa ingin mencoba (Budi, 2008)

Perawat sebagai bagian dari profesi kesehatan mempunyai tugas tanggung jawab dan peran yang sangat penting dalam upaya menghentikan kebiasaan merokok. Salah satu peran perawat dikomunitas adalah sebagai konselor dan pendidik kesehatan, yaitu memberikan pendidikan kesehatan, memberikan dukungan emosional dan intelektual kepada individu, kelompok dan masyarakat untuk menanamkan perilaku hidup sehat sehingga terjadi perubahan perilaku untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal (Zaidin,2010).

Kebiasaan merokok merupakan perilaku yang sulit untuk dihentikan. Diperlukan upaya yang sinergis dari perokok, masyarakat, tenaga kesehatan dan pemerintah agar program anti rokok dapat berhasil. Upaya berhenti merokok merupakan salah satu pendekatan program berhenti merokok sebagai sarana penyampaian informasi tentang dampak buruk rokok terhadap kesehatan. Salah satu upaya berhenti merokok atau setidaknya mengurangi jumlah konsumsi rokok dengan cara mengunyah permen karet. Menggunakan permen karet dengan alasan mudah didapat dan harganya pun murah. Keuntungan tidak merokok sebagai upaya prevensi dan motivasi untuk menghentikan perilaku merokok. Dengan menumbuhkan motivasi dalam diri untuk berhenti atau tidak mencoba untuk merokok. Diharapkan akan membuat perokok mampu untuk tidak terpengaruh oleh godaan merokok yang datang dari lingkungan, baik lingkungan internal maupun eksternal.

Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2013, epidemi tembakau telah membunuh sekitar 6 juta orang per tahun, 600 ribu orang di antaranya merupakan perokok pasif. Temuan ini diperkuat dengan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 yang menunjukkan perokok usia di atas 15 tahun sebanyak 36,3 %. Sebagian besar dari mereka ialah perokok laki-laki dengan prevalensi 64,9% dan jumlah ini merupakan yang terbesar di dunia.

Riset Kesehatan Dasar 2013 Kementerian Kesehatan RI menyatakan perilaku merokok penduduk usia 15 tahun ke atas masih belum terjadi penurunan dari 2007-2014, bahkan cenderung mengalami peningkatan dari 34,2% pada 2007 menjadi 36,2% pada 2014. Selain itu, data riset tersebut juga menunjukkan bahwa pada 2014, sebanyak 64,9% warga yang masih menghisap rokok adalah berjenis kelamin laki-laki.

Merokok itu sendiri sangat mengganggu bagi kesehatan, kenyataan ini tidak dapat kita pungkiri. Banyak penyakit yang telah terbukti menjadi akibat buruk merokok, baik secara langsung maupun tidak langsung. Dalam kebiasaan merokok sedikitnya menyebabkan 30 jenis penyakit pada manusia. Dan dalam satu batang rokok mengandung sekitar 7.000 zat kimia, 200 jenis diantaranya bersifat karsinogenik, yaitu zat yang merusak gen dalam tubuh sehingga memicu terjadinya kanker, seperti kanker paru, emfisema, kanker mulut dll. Kebiasaan merokok bukan saja merugikan si perokok, tetapi juga bagi orang disekitarnya (Anonim, 2014).

Sebagian perokok tahu bahwa merokok tidak baik untuk kesehatan dan lingkungannya, namun mereka memerlukan rokok dengan berbagai alasan. Seperti halnya Mahasiswa Keperawatan adalah seseorang yang sedang menjalankan studi atau sedang belajar tentang keperawatan dan kesehatan disebuah institusi pendidikan. Jadi jika alasan-alasan untuk merokok itu masih dipertahankan, sangat ironis dengan arti mahasiswa keperawatan itu sendiri. Lain halnya dengan mahasiswa umum, jika kebiasaan merokok masih dilakukan berarti dari kebanyakan mahasiswa umum masih belum sadar penuh akan bahaya rokok yang ditimbulkan lagi kesehatannya. Kalaupun dilihat dari perbedaan motivasi merokok antara mahasiswa keperawatan dan mahasiswa umum sangat jauh berbeda.

Pastinya motivasi merokok yang dilakukan mahasiswa keperawatan lebih cenderung lebih kecil, karena mahasiswa keperawatan mengetahui bahaya-bahaya apa saja yang dapat disebabkan oleh rokok. Bukan hanya cuma tulisan yang ada dalam bungkus rokok, seperti rokok dapat menyebabkan kanker, serangan jantung, impotensi, dan gangguan kehamilan & janin, tapi lebih dari itu. Baik dari bahan-bahan apa saja yang dapat menyebabkan penyakit diatas, bagaimana jalannya bisa muncul penyakit diatas dan lain lain.

Kebiasaan merokok yang masih dilakukan oleh mahasiswa-mahasiswa tersebut berawal dari faktor-faktor dan motivasi yang berbeda. Faktor-faktor tersebut adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi tingkah laku antara lain, jenis kelamin, sifat fisik, sifat

kepribadian dan intelegensia. Sedangkan untuk faktor eksternal yang mempengaruhi antara lain, pengaruh orang tua, pengaruh teman, pengaruh lingkungan, dan pengaruh media atau iklan. Selain faktor-faktor tersebut faktor predisposisi, faktor kemungkinan, dan faktor penguat juga mempengaruhi perilaku seseorang untuk memulai kebiasaan merokok (Kariyoso, 2007).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto terdapat 237 mahasiswa laki-laki, didapatkan data sebanyak 105 (44,3%) yang merokok, alasan mereka merokok bermacam-macam ada yang pingin coba-coba, ada yang dipengaruhi teman dll, dan 132 (55,7%) yang tidak merokok, alasan mereka tidak merokok dikarenakan merokok dapat mengganggu kesehatan dan menimbulkan berbagai penyakit diantaranya kanker paru, kanker mulut dll. Di kampus Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, telah diterapkan aturan kampus bebas asap rokok namun demikian masih dijumpai perilaku merokok pada mahasiswa.

Kebiasaan merokok yang mempunyai dampak negatif tersebut bisa dikurangi dengan menggunakan permen karet. Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin membuat suatu inovasi baru tentang pengaruh mengunyah permen karet untuk mengurangi jumlah konsumsi rokok.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah diatas, dapat dirumuskan pertanyaan penelitian yaitu apakah sesudah mengunyah permen karet, jumlah rokok yang dikonsumsi berkurang ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menguji pengaruh mengunyah permen karet untuk mengurangi jumlah konsumsi rokok.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui karakteristik responden meliputi umur, lamanya merokok dan jumlah konsumsi rokok.
- b) Mendeskripsikan pengaruh mengunyah permen karet
 - Melihat rata-rata konsumsi rokok pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah perlakuan.
 - Menganalisis data pengaruh mengunyah permen karet pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat secara teoritis adalah bahwa penelitian ini diharapkan sebagai bahan informasi dan tambahan wawasan bagi disiplin ilmu khususnya ilmu keperawatan, terutama tentang hal hal yang berhubungan dengan perilaku merokok.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang manfaat berhenti merokok terhadap kesehatan.
- b. Memberikan penguatan tentang pentingnya menjaga kelanggengan perilaku tidak merokok pada mahasiswa serta memberikan apresiasi kepada mahasiswa, sehingga tetap menjaga kelanggengan perilaku tidak merokok.

E. Penelitian Terkait

1. Riska Rosita (2012), melakukan penelitian dengan judul “ Penentu Keberhasilan Berhenti Merokok Pada Mahasiswa “. Penelitian ini menggunakan dengan pendekatan cross sectional. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara faktor frekuensi merokok ($p=0,001$; $OR=5,181$) dan faktor niat berhenti merokok ($p=0,001$; $OR=14,389$) dengan keberhasilan berhenti merokok pada mahasiswa FIK UMS. Tidak ada hubungan antara jumlah rokok ($p=0,158$), lama merokok ($p=0,093$),

alasan berhenti merokok ($p=0,155$), dan faktor upaya berhenti merokok ($p= 0,706$) dengan keberhasilan berhenti merokok.

2. Lindi Wulandari (2015), melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh Teknik Modelling Terhadap Intensitas Merokok Pada Remaja Awal Laki-Laki Perokok Di SMP Negeri 02 Indralaya Utara”. Penelitian ini menggunakan *pre-eksperimental* tanpa kelompok kontrol dengan rancangan *one-group pretest-posttest*. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh *p value* 0,001 ($\alpha= 0,05$) yang menunjukkan ada pengaruh yang bermakna dari pemberian teknik modelling terhadap intensitas merokok pada remaja awal laki-laki perokok.
3. Karl-Olov Fagerstom (2010), melakukan penelitian dengan judul “Effects of Nicotine Chewing Gum and Follow-up Appointments in Physician-Based Smoking Cessation”. Penelitian ini menggunakan desain *experiment*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan Hasil pada 12 bulan adalah bahwa panjang tindak lanjut menunjukkan tren ($P <0,12$ ke arah yang lebih baik daripada singkat tindak lanjut, sementara permen karet nikotin secara signifikan lebih baik daripada tidak ada karet ($P <0,05$) dalam menjaga pantangan.
4. Alexandria (2012), melakukan penelitian dengan judul “Which form of nicotine replacement therapy is more effective for quitting smoking? A study in Tehran, Islamic Republic of Iran”. Penelitian ini menggunakan penelitian *observasional*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan setelah 4 minggu berhenti merokok, 88,2% (246/279) melaporkan

berpantang dari merokok. tarif perawatan dilaporkan sendiri untuk berhenti adalah 54,9% setelah 6 bulan dan 36,2% setelah 12 bulan tindak lanjut. Sebuah hubungan yang signifikan ditemukan antara jenis pengganti nikotin dan tingkat berhenti. Menggunakan patch nikotin dan permen karet bersama-sama memiliki tertinggi berhenti tingkat (95,2%) setelah 4 minggu dan pada 12 bulan ikutan (62,5%).

5. Judith (2008), melakukan penelitian dengan judul “Nicotine Gum and Self-Help Manuals in Smoking Cessation: An Evaluation in a Medical Context”. Penelitian ini menggunakan desain experiment. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan penghentian awal. Pada enam minggu, efek dari kondisi pengobatan adalah sangat signifikan, $X^2(2) = 16,11$, $p < 0,001$. Ada keuntungan yang jelas memiliki permen karet nikotin sebagai bagian dari program pengobatan: pasien gusi secara signifikan lebih mungkin untuk memiliki berhenti merokok (42% berpuasa) dibandingkan pasien dalam kondisi kontrol (11%), $X^2(1) = 12,18$, $p < 0,001$, dan dari pasien dalam kondisi Self-Help (1%), $x^2(1) = 7,29$, $p < 0,01$. Ada pengaruh yang signifikan dari kecanduan nikotin menunjukkan bahwa seluruh kondisi pengobatan, individu nikotin-dependent kurang mungkin telah berhenti dalam minggu (20%) daripada individu rendah ketergantungan nikotin (35%), $x^2(1) = 4,48$, $p < 0,05$.