

BAB 1**PENDAHULUAN****1.1. Latar Belakang**

Meningkatnya prevalensi merokok menyebabkan masalah rokok menjadi semakin serius. Jumlah perokok dunia mencapai 1,35 miliar orang (WHO, 2008). Di negara-negara berkembang, seperti di Indonesia jumlah perokok dari waktu ke waktu semakin meningkat. Pada tahun 1995 prevalensi perokok penduduk usia > 15 tahun adalah 26,9%, kemudian pada tahun 2001 meningkat menjadi 31,5% (Lensa Indonesia, 2011), pada tahun 2007 mencapai 34,2% (Riskesdas, 2007), kemudian pada tahun 2010 meningkat lagi menjadi 34,7% (Riskesdas, 2010).

Indonesia merupakan salah satu negara dengan jumlah perokok terbesar di dunia. Dari data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2008, dapat disimpulkan bahwa Indonesia menempati urutan ketiga setelah Cina dan India di sepuluh negara perokok terbesar dunia. Jumlah perokok Indonesia mencapai 65 juta penduduk. Sementara itu Cina mencapai 390 juta perokok dan India 144 juta perokok (Endrawanch, 2009).

Perokok di masyarakat Indonesia ternyata tidak hanya pada kalangan dewasa saja, tetapi juga remaja. Data WHO tahun 2008 menyebutkan perokok pada kalangan dewasa 63% adalah pria dan 4,5% adalah wanita. Sedangkan perokok remaja yaitu 24,1% remaja pria dan 4,0% remaja wanita. Banyak faktor yang mendorong individu untuk merokok. Secara garis besar faktor-faktor yang

mempengaruhi perilaku merokok adalah faktor lingkungan yang terdiri dari lingkungan keluarga dan lingkungan sebaya, serta kepuasan psikologis. Kepuasan psikologis memberi sumbangan yang lebih tinggi, yaitu mencapai 40,9% dari pada sumbangan sikap permisif orang tua dan lingkungan teman sebaya yang hanya mencapai 38,4%. Hal ini memberikan gambaran bahwa perilaku merokok bagi setiap individu dianggap memberikan kenikmatan dan menyenangkan. Faktor stres pada remaja berkontribusi 40,9% sebagai penyebab remaja untuk merokok. Individu yang merokok banyak beranggapan bahwa rokok dapat membantu menurunkan beban masalah yang dialami (Komalasari & Helmi, 2000).

Rokok secara luas telah menjadi salah satu penyebab kematian terbesar di dunia. Adapun penyebab kematian utama para perokok tersebut adalah kanker, penyakit jantung, paru-paru, dan *stroke* (Fawzani & Triratnawati, 2005). Laporan dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2008 menyatakan bahwa lebih dari lima juta orang meninggal karena penyakit yang disebabkan rokok. Hal ini berarti setiap satu menit tidak kurang dari sembilan orang meninggal akibat racun pada rokok atau dalam setiap enam detik di dunia akan terjadi satu kasus kematian akibat rokok. Pada tahun 2030 diperkirakan lebih dari 80% kematian akibat rokok terjadi di negara-negara berkembang.

Perilaku merokok pada remaja dikaitkan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati diri (Erickson dari Komalasari & Helmi, 2000). Hal ini disebabkan karena masa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, sehingga terjadinya perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian (Fagan, 2006).

Masa remaja merupakan masa yang penuh dengan permasalahan. Selain itu masa remaja juga merupakan masa badai dan tekanan (*storm and stress*) (Hall dalam Asrori, 2009).

Studi literatur stres pada remaja cenderung tinggi. Jumlah mahasiswa yang mengalami stres akademik meningkat setiap semester (Govaerst & Gregoire, 2004). Stres yang paling umum dialami oleh mahasiswa merupakan stres akademik. Stres akademik diartikan sebagai suatu keadaan individu mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stressor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi (Govaerst & Gregoire, 2004). Mahasiswa tergolong usia remaja akhir. Remaja akhir berusia 18-20 tahun (Wong's & Hockenberry, 2007).

Remaja akhir merupakan tahap perkembangan yang akan memasuki masa dewasa. Pada masa ini remaja mengalami suatu kondisi yang disebut dengan periode "*storm & stress*" (Bakrie, 2010). Perubahan kondisi fisiologis dan perkembangan berupa peningkatan kadar hormon. Mengakibatkan mahasiswa labil dalam menghadapi permasalahan-permasalahan dalam kehidupannya. Mahasiswa cenderung terlihat kurang berpengalaman dalam menyelesaikan masalah (Tobroni, 2010). Oleh karena itu, mahasiswa cenderung lebih mudah mengalami stres.

Mahasiswa mengalami stres sebagai tuntutan kehidupan akademik yang harus dijalani. Kehidupan akademik bukan hanya sekadar datang ke kampus, menghadiri kelas, ikut serta dalam ujian, dan kemudian lulus. Tetapi banyak aktivitas yang terlibat dalam kegiatan akademik. Bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan teman sesama mahasiswa dengan karakteristik dan latar belakang berbeda, mengembangkan bakat dan minat melalui kegiatan-

kegiatan nonakademis, dan bekerja untuk menambah uang saku (Govaerst & Gregoire, 2004). Kondisi tersebut dapat menjadi stresor bagi mahasiswa. Pola hidup yang kompleks ini seringkali menjadi beban tambahan di samping tekanan dalam kuliah yang melelahkan. Masalah di luar perkuliahan mau tak mau harus diakui turut mempengaruhi baik dari segi *mood*, konsentrasi, maupun prestasi akademik.

Menurut Goff. A.M. (2011), meningkatnya stres mahasiswa akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi. Beban stres yang dirasa terlalu berat dapat memicu gangguan memori, konsentrasi, penurunan kemampuan penyelesaian masalah, dan kemampuan akademik (Goff. A.M., 2011). Beban stres yang dirasa berat juga dapat memicu seorang remaja untuk berperilaku negatif, seperti merokok, alkohol, tawuran, seks bebas bahkan penyalahgunaan NAPZA (Widianti, 2007).

Parrot (2004) dalam penelitiannya tentang hubungan antara stres dengan rokok yang dilakukan pada remaja menyatakan bahwa ada perubahan emosi selama merokok. Merokok dapat mengurangi stres yang dialami individu. Begitu selesai merokok mereka akan merokok lagi untuk mencegah agar stres tidak terjadi lagi. Dari hal tersebut dapat diartikan bahwa perokok akan kembali merokok untuk menjaga mereka agar tidak mengalami stres.

Tobacco Atlas (2009) memperlihatkan bahwa Indonesia mengkonsumsi 239 milyar batang rokok, menduduki peringkat ke 5 konsumsi rokok terbesar setelah China (1.697 milyar batang), Amerika Serikat (464 milyar batang), Rusia (375 milyar batang) dan Jepang (299 milyar batang).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Indres Pradika (2011) mengenai faktor penghambat motivasi berhenti merokok pada mahasiswa Fakultas Teknik

Universitas Brawijaya Malang didapatkan data tingkat motivasi berhenti merokok berkontribusi paling tinggi sebesar 52,08% pada kategori sedang. Kemudian survei yang dilakukan pada 30 mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang, 46,67% diantaranya mengakui sudah mengalami kecanduan secara psikologis terhadap rokok dan 60% menyatakan tidak ingin berhenti merokok. Data frekuensi merokok mahasiswa, 56,67% menyatakan mengkonsumsi rokok sebanyak 1-9 batang per hari, 33,33% mengkonsumsi 10-20 batang per hari dan hanya 10% yang menyatakan mengkonsumsi rokok lebih dari 20 batang per harinya.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 2 Oktober 2013 yang mensurvei terhadap 15 orang mahasiswa perokok di Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang, 80% diantaranya mengakui mengalami stres saat kuliah dan 66,67% menyatakan bahwa merokok dapat mengurangi stres. Dengan melihat data tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana hubungan tingkat stres dan frekuensi merokok pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan tingkat stres dengan frekuensi merokok pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat stres dengan frekuensi merokok pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengukur tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang.
2. Mengidentifikasi frekuensi merokok pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang.
3. Menganalisa hubungan tingkat stres dan frekuensi merokok pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Untuk menjadi bahan referensi pada penelitian selanjutnya tentang tingkat stres dan frekuensi merokok pada remaja.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi

Memberikan motivasi pada institusi untuk mencegah kejadian merokok pada remaja agar tidak semakin tinggi dengan melalui program penyuluhan kesehatan.

2. Bagi Peneliti

Mendapatkan informasi mengenai hubungan antara tingkat stres dengan frekuensi merokok pada remaja.

3. Bagi Mahasiswa

Mendapat pengetahuan dan sadar bahwa mengendalikan stres dengan cara merokok bukan hal yang dibenarkan dan dapat memberi efek buruk.