

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO), jumlah perokok pada usia 15 tahun ke atas di seluruh dunia mencapai 911 juta orang pada tahun 2020. Angka ini turun menjadi 3,41% atau 35 juta jiwa dibandingkan dengan tahun 2015 yang memiliki 1,026 miliar perokok aktif. Data WHO juga menunjukkan bahwa setiap tahunnya terdapat sekitar 15 juta kematian dini akibat penyakit tidak menular (PTM) di seluruh dunia pada usia 30-69 tahun. Di Indonesia, permasalahan merokok menjadi hal yang paling serius. Jumlah perokok di Indonesia cenderung meningkat setiap tahunnya, sesuai dengan data pemerintah Republik Indonesia dalam nomor 19 tahun 2003 tentang dampak negatif rokok terhadap kesehatan masyarakat. Rokok juga merupakan penyebab kematian kedua tertinggi dan menjadi penyebab penyakit nomor empat di seluruh dunia. Jumlah perokok telah meningkat dari 28,69% pada tahun 2020 menjadi 28,80% pada tahun 2021, dengan terjadinya kenaikan sebanyak 730.800 orang (Ardie *et al.*, 2022).

Menurut data Kementerian Kesehatan, jumlah perokok di Indonesia menjadi meningkat secara signifikan selama kurang lebih 10 tahun terakhir sebanyak 8,8 juta orang. Berdasarkan hasil RISKESDAS 2018 di Provinsi DKI Jakarta, diketahui bahwa prevalensi merokok pada kelompok usia 15-19 tahun sebesar 11,97% (perokok setiap hari) dan 7,81% (perokok kadang-kadang). Sementara itu, pada kelompok usia 20-24 tahun, prevalensi merokok mencapai

22,8% (perokok setiap hari) dan 7,34% (perokok kadang-kadang) (Anisa *et al.*,2023).

Mahasiswa saat ini mengalami transisi dari masa remaja akhir ke dewasa awal yang ditandai dengan usia 18-25 tahun. Mereka sedang aktif dalam eksplorasi dan eksperimen. Masa transisi ini menuntt mereka untuk mampu hidup mandiri, mengatur keuangan, menyelesaikan pendidikan tinggi, menjaga integritas akademik, mengubah hubungan dengan keluarga, mengelola gagasan dan godaan orang baru, serta beradaptasi dengan lingkungan sosial yang baru. Selain itu, mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektual yang tinggi, cerdas dalam merencanakan, berpikir kritis, dan bertindak cepat dan akurat (Wildan *et al.*, 2022).

Mahasiswa sering aktif di perguruan tinggi dalam rangka menyelesaikan program studi. Seorang mahasiswa adalah individu yang sedang mengejar pendidikan di universitas, baik swasta maupun negeri, atau Lembaga pendidikan tinggi lainnya. Tanggung jawab utama mahasiswa adalah mengembangkan kemandirian, menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan, serta mengembangkan pengetahuan untuk meraih gelar sarjana (Wildan *et al.*, 2022).

Mahasiswa adalah periode di mana seseorang cenderung melakukan perilaku menyimpang seperti merokok dan minum alkohol. Keputusan untuk merokok terkait dengan tahap perkembangan mental. Remaja bukan lagi anak-anak tetapi belum cukup umur dianggap dewasa, sehingga seringkali tidak mempertimbangkan dampak dari perilakunya sendiri. Mereka sering mencari gaya hidup yang sesuai untuk diri mereka, yang kadang-kadang dapat memiliki dampak negatif bagi diri sendiri maupun orang lain, termasuk merokok (Jovan *et al.*, 2022).

Perilaku merokok terjadi di kalangan semua jenis kelamin dan usia, mulai dari yang paling muda hingga yang paling tua. Merokok merupakan tindakan membakar tembakau atau menghirup uap cair yang mengandung nikotin ke dalam paru-paru, seperti rokok kretek, rokok putih, cerutu atau bentuk lain yang seperti rokok elektrik yang dihasilkan dari tanaman *nicotina glauca*, *nicotina glauca*, dan spesies lain, atau bahan sintetik yang mengandung asap nikotin, tar, atau tanpa bahan tambahan (Anisa *et al.*, 2023).

Penyebab perilaku merokok adalah pengaruh yang signifikan dari teman terhadap kehidupan seseorang. Integritas anak muda di berbagai kelompok, organisasi, atau perkumpulan juga memainkan peran penting. Pengaruh sosial terhadap penggunaan tembakau menjadi faktor yang sangat menentukan dalam mempromosikan aktivitas merokok (Ida *et al.*, 2022).

Merokok pada usia muda menjadi masalah kesehatan karena semakin muda seseorang mulai merokok, semakin tinggi menjadi perokok berat dan meningkatnya kemungkinan terserang penyakit kronis tertentu. Kurangnya perhatian dari orang tua akibat kesibukan dan tingginya faktor sosial ekonomi juga dapat mempengaruhi perilaku merokok remaja, sehingga mereka lebih mudah untuk mendapatkan rokok. Merokok dapat menyebabkan berbagai gangguan seperti gangguan paru-paru, kanker, gangguan reproduksi, stroke, serta masalah kehamilan dan janin. Bukan hanya perokok aktif saja, tetapi perokok pasif pun dapat terkena dampak buruk dari asap rokok (Panji *et al.*, 2023).

Salah satu faktor yang menyebabkan mahasiswa merokok adalah stres. Sebanyak 55,1% mahasiswa di Indonesia mengalami stres yang cukup besar. Stres merupakan kondisi yang tak terhindarkan dalam kehidupan dan dapat

mempengaruhi orang dari berbagai usia, mulai dari remaja hingga dewasa. Pola stres juga berbeda antara perempuan dan laki-laki, di mana remaja laki-laki cenderung mengalami stres lebih sering dan cenderung melakukan perilaku menyimpang seperti merokok dan minum alkohol, sementara remaja perempuan cenderung lebih terpengaruh oleh lingkungan sekitar. Stres yang dialami mahasiswa umumnya berasal dari tuntutan akademik baik dari luar maupun dari diri sendiri. Pada faktor akademik, terdapat potensi stres yang berasal dari berbagai hal, seperti perubahan pola belajar dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi, tugas kuliah, pencapaian nilai, dan masalah-masalah lainnya. Pada penelitian sebelumnya, mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Angkatan 2018 di Universitas Nusa Cendana menunjukkan bahwa ada 20 responden (23%) mengalami stres ringan, 56 responden (82,4%) mengalami stres sedang, dan 1 responden (1,5%) mengalami stres berat. Hal ini mungkin disebabkan oleh beban kuliah yang mencapai 144 sks, tugas kuliah yang banyak, serta durasi kuliah yang cukup lama, yakni sekitar 5-6 tahun yang dapat menyebabkan tekanan pada mahasiswa (Diana *et al.*, 2021).

Selain stres, pola makan juga dapat menyebabkan mahasiswa menjadi merokok. Pola makan sehari-hari mencakup kebiasaan makan seseorang setiap harinya. Makanan merupakan kebutuhan pokok bagi pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Mengonsumsi makanan yang tidak tepat, baik dari segi kuantitas maupun kualitasnya, dapat mengganggu metabolisme tubuh. Pola makan merupakan prasyarat kesehatan dan merupakan upaya untuk meningkatkan kualitas hidup, kesejahteraan mental, serta mencegah berbagai penyakit. Menurut penelitian sebelumnya, 62,4% dari 93 responden memiliki perilaku makan yang baik, sedangkan 37,6% memiliki perilaku makan yang kurang baik. Hasil penelitian ini

menunjukkan sebagian besar mahasiswa telah melakukan pola makan yang baik untuk memenuhi kebutuhan energi, meskipun masih ada sekitar 37,6% mahasiswa yang memiliki perilaku makan kurang baik (Diana et al.,2022). Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes), asupan makanan yang baik untuk dewasa adalah 2-3 porsi protein nabati, 2-3 porsi protein hewani, 3-8 porsi makanan pokok, 3-5 porsi sayuran, 3-5 porsi buah, dan minimal 8 gelas air mineral setiap hari. Seringkali kita menemui perokok dengan mengkonsumsi jumlah rokok yang tidak sedikit setiap harinya. Nikotin dalam rokok dapat mengurangi rasa lapar seorang (Septi et al.,2023).

Pada tingkat status sosial ekonomi seseorang dapat memengaruhi kemampuannya dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari melalui pendapatannya. Ketika orang tua tidak mampu memenuhi kebutuhan pendidikan anak-anak mereka, hal ini dapat berdampak pada masa depan dan perilaku anak-anak tersebut. Orang tua yang peduli akan memperhatikan perkembangan anak-anak mereka dan juga bagaimana mereka dilihat oleh masyarakat sekitar. dengan memberikan perhatian yang intens terhadap status sosial dan perkembangan anak-anak, orang tua dapat mempengaruhi perilaku anak-anak mereka (Litasya et al.,2023). Pada penelitian sebelumnya dilakukan pada remaja di Beejie Cafe dan Andante Cafe, tidak ditemukan hubungan antara status sosial ekonomi orang tua dengan kebiasaan merokok. Ditemukan bahwa remaja yang paling banyak merokok berada dalam kategori sedang, dengan sebanyak 43 responden memiliki orang tua yang juga berada dalam kategori status sosial ekonomi sedang.

Studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara kepada mahasiswa di Universitas Nasional didapatkan bahwa salah satu untuk meminimalisir stres akibat banyaknya tuntutan tugas dan padatnya jadwal perkuliahan yaitu dengan cara merokok. Pada mahasiswa yang merokok terdapat 80% mahasiswa laki-laki dan 20% lainnya mahasiswa perempuan. Dapat dikatakan bahwa mahasiswa yang kecanduan merokok yaitu laki-laki dan kemudian kecanduan yang mendalam ketika stres datang kembali. Nikotin dapat memiliki efek mental dan fisik, yang dapat menyebabkan kecanduan perilaku merokok.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada mahasiswa di universitas nasional jakarta.”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang di atas, penelitian ini yang akan dikaji yaitu “Adakah hubungan antara tingkat stres, pola makan, dan status sosial ekonomi orang tua dengan perilaku merokok pada mahasiswa universitas nasional.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada mahasiswa di Universitas Nasional Jakarta.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1.3.2.1 Diketahui karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin pada mahasiswa Universitas Nasional Jakarta.

1.3.2.2 Diketahui distribusi frekuensi perilaku merokok, tingkat stres, pola makan dan status sosial ekonomi orang tua pada mahasiswa Universitas Nasional Jakarta.

1.3.2.3 Diketahui hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok pada mahasiswa Universitas Nasional Jakarta.

1.3.3.4 Diketahui Hubungan antara pola makan dengan perilaku merokok pada mahasiswa Universitas Nasional Jakarta

1.3.3.5 Diketahui hubungan antara status sosial ekonomi pada mahasiswa Universitas Nasional Jakarta.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Bagi Responden**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan mahasiswa yang merokok dapat mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok serta dapat menjadi bahan evaluasi oleh diri sendiri dan khususnya orang tua agar dapat memperhatikan bahaya yang ditimbulkan akibat merokok.

### **1.4.2 Manfaat Bagi Masyarakat**

Sebagai penambahan informasi mengenai bahaya rokok dan perilaku merokok pada mahasiswa di Universitas Nasional Jakarta.

### **1.4.3 Manfaat Bagi Universitas**

Penelitian ini diharapkan membantu menambah wawasan, informasi pengalaman dasar untuk mahasiswa tentang stres dan perilaku merokok. Serta menjadi sumber yang bermanfaat bagi mahasiswa, fakultas, dan universitas.

### **1.4.4 Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu gambaran pada peneliti selanjutnya yang tertarik untuk membahas penelitian yang terkait dengan judul yang dibahas oleh peneliti