

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Istilah adult berasal dari kata kerja Latin, seperti juga istilah adolescence- adolescere yang berarti tumbuh menjadi kedewasaan. Akan tetapi, kata adult berasal dari bentuk lampau kata kerja adultus yang berarti telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran yang sempurna atau telah menjadi dewasa. Jadi, orang dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. Masa dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun sampai 40 tahun, saat perubahan- perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif (Hurlock, 2009).

Menurut Santrock (2002), masa dewasa awal adalah masa untuk bekerja dan menjalin hubungan dengan lawan jenis, terkadang menyisakan sedikit waktu untuk hal lainnya. Bagi kebanyakan individu, menjadi orang dewasa melibatkan periode transisi yang panjang. Baru-baru ini, transisi dari masa remaja ke dewasa disebut sebagai masa beranjak dewasa yang terjadi dari usia 18 sampai 25 tahun, ditandai oleh eksperimen dan eksplorasi. Dimana banyak individu masih mengeksplorasi jalur karier yang ingin mereka ambil, ingin menjadi individu yang seperti apa, dan gaya hidup yang seperti apa yang mereka inginkan, hidup melajang, hidup bersama, atau menikah (Arnett dalam Santrock, 2002)

Merokok merupakan suatu kebiasaan yang berbahaya bagi kesehatan. Namun, perilaku tersebut justru dapat ditolerir oleh masyarakat dan jumlah perokok semakin meningkat setiap tahunnya. Penyebab kematian terbesar di dunia yang dapat dicegah adalah rokok. Menurut data WHO, Indonesia merupakan Negara ketiga dengan jumlah perokok terbesar di dunia setelah Cina dan India. Peningkatan konsumsi rokok berdampak pada makin tingginya beban penyakit akibat rokok dan bertambahnya angka kematian akibat rokok. Tahun 2030 diperkirakan angka kematian perokok di dunia akan mencapai 10 juta jiwa dan 70% di antaranya berasal dari Negara berkembang.

Hal-hal yang menyebabkan remaja merokok yaitu untuk mendapatkan pengakuan, menghilangkan rasa kecewa, dan stres (Nurkamal, 2014). Riskesdas pada tahun 2007, 2010, dan 2013 menunjukkan bahwa kelompok umur 15-19 tahun merupakan usia merokok pertama yang paling tinggi, 80% perokok mulai merokok pada usia yang belum mencapai 19 tahun. Hasil survey yang dilakukan oleh Global Youth Tobacco Survey menyatakan bahwa angka perokok remaja tertinggi di dunia yaitu di Indonesia (Infodatin, 2014).

Dampak Rokok Bagi Kesehatan Menurut Center of Disease Control (CDC) dalam Octafriada (2011) seperti Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) dan menyebabkan kerusakan pada gigi seperti karies gigi.

Perilaku itu sendiri dapat berupa faktor resiko. contoh : merokok dianggap sebagai faktor resiko utama baik bagi penyakit jantung koroner maupun kanker Paru karena kemungkinan mendapatkan penyakit ini lebih besar pada perokok daripada orang yang tidak merokok.

Berdasarkan data survei dari Global Youth Tobacco Survey (GYTS, 2014) dari total remaja yang di survei ditemukan 19,4% remaja pengisap rokok selama 30 hari terakhir. Pada remaja yang di survei tersebut didapatkan 35,3% remaja laki-laki dan 3,4% remaja perempuan. Sementara itu dari total remaja yang di survei didapatkan 18,3 % remaja pengisap rokok selama 30 hari terakhir, sebanyak 33,9% pada remaja laki-laki dan 2,5 % pada remaja perempuan. Sedangkan dari total remaja yang di survei ditemukan 2,1% remaja penghisap rokok elektrik selama 30 hari terakhir, dan hal ini terjadi pada 3% remaja laki-laki dan 1,1% remaja perempuan. Kemudian didapatkan total remaja yang di survei sebanyak 32,1% pernah merokok walaupun hanya 1-2 hisapan, dan pada remaja tersebut ditemukan 54,1% remaja laki-laki dan 9,1% remaja perempuan.

Melihat dari dampak merokok yang sangat merugikan bagi kesehatan tubuh, seorang perokok yang ingin berhenti atau mengurangi merokok bisa menggunakan beberapa teknik salah satunya teknik hipnoterapi. Hipnoterapi sendiri merupakan teknik terapi yang dilakukan kepada klien oleh hipnoterapis dalam keadaan hypnosis, sedangkan hypnosis dalam bahasa Yunani yaitu hypnos yang berarti tidur. Keadaan hypnosis tidak sepenuhnya identik dengan tidur, meskipun kedua hal itu tampak sama. Perbedaan diantara keduanya yaitu ketika seseorang tertidur maka orang tersebut tidak memiliki kemampuan untuk menerima sugesti, sedangkan dalam keadaan hypnosis seseorang mampu menerima sugesti dari pihak lain (Hakim, 2010).

Kondisi hypnosis dapat dilakukan sebagaimana kondisi ketika seseorang ingin tertidur yaitu dengan adanya pergeseran gelombang otak dari kondisi Beta 30-14 Hz, keadaan terjaga penuh menuju Alpha 13,9-8 Hz, Theta 7,9-4 Hz, hingga menuju keadaan tertidur lelap 3,9-0,1 Hz. Kondisi hypnosis adalah keadaan saat pikiran bawah sadar memegang peranan aktif terhadap diri seseorang sehingga mampu menerima sugesti dari pihak lain (Wong, 2010). Hypnosis dapat bermanfaat untuk memotivasi diri, mengatasi berbagai gangguan emosional, meningkatkan kualitas diri, membantu proses penyembuhan, dan dalam dunia medis sangat berguna bagi penanganan klien (Hakim, 2010). Hipnoterapi diakui sebagai alat terapi oleh kelompok Profesi medis dan dianggap sebagai terapi yang dapat mengubah pola perilaku individu (Barnes, 2010). Hipnoterapi merupakan teknik yang efektif digunakan dalam menangani masalah psikologis yang dialami oleh individu untuk mengubah mekanisme berpikir dalam memaknai pengalaman hidup yang dialami untuk membentuk persepsi dan perubahan tingkah laku dengan menyentuh dorongan paling dasar pada individu (Hakim, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Elkins dan Rajab (2004) menunjukkan bahwa hipnoterapi efektif dalam menurunkan keinginan untuk merokok dengan hasil 81% dari pasien berhasil berhenti merokok setelah dilakukan treatment. Penelitian yang dilakukan oleh (Mohamed, 2015) juga membuktikan bahwa hipnoterapi efektif dalam menurunkan keinginan merokok sebab hipnoterapi sebagai alternatif yang digunakan untuk menurunkan ataupun menghentikan keinginan merokok dengan bertindak pada dorongan yang

mendasari, yang akan melemahkan keinginan remaja untuk merokok atau memperkuat keinginan untuk berhenti merokok dengan mengubah persepsi remaja tentang rokok. Hipnoterapi dianggap sebagai metode yang dianjurkan untuk meminimalisir keinginan untuk merokok pada remaja karena dapat membuat pasien memiliki kepatuhan yang lebih tinggi serta dapat memberikan pengaruh dengan sekali treatment.

Khusus di Kota Bandung Kajian yang dilakukan oleh Smoke Free Bandung tahun 2016 menyebutkan bahwa dari 900 responden yang diteliti, 37% adalah perokok. Dari 37% itu, 31% di antaranya telah merokok sejak usia 15 tahun (Humas Kota Bandung, 2018). Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di daerah Panyileukan Kelurahan Cipadung Kidul terdapat usia dewasa awal sebanyak 170 orang dan hasil data dari Puskesmas Panyileukan terdapat perokok sebanyak 140 orang perokok aktif. Berdasarkan hasil studi pendahuluan mengatakan sering menghisap rokok sebanyak 7-20 batang rokok berfilter perhari dan sudah mencoba berbagai cara agar mengurangi merokok namun sulit karena faktor lingkungan seperti teman yang suka mengajak untuk merokok. Namun untuk hypnotherapy belum pernah dilakukan demi mengurangi ataupun membuat berhenti merokok.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berkenaan dengan pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan frekuensi merokok pada usia dewasa awal di wilayah Panyileukan Kelurahan Cipadung Kidul Kota Bandung.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh hipnoterapi terhadap perilaku merokok pada usia dewasa awal di wilayah Panyileukan.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh hipnoterapi terhadap penurunan frekuensi merokok pada usia dewasa awal di wilayah panyileukan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi frekuensi merokok pada usia dewasa sebelum dilakukan Hipnoterapi
2. Mengidentifikasi frekuensi merokok pada usia dewasa sesudah dilakukan Hipnoterapi
3. Menganalisis pengaruh hipnoterapi terhadap frekuensi merokok pada usia dewasa awal di wilayah panyileukan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi ilmu keperawatan sebagai sumber belajar dan informasi dalam melakukan hipnoterapi untuk penurunan frekuensi merokok.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi prodi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi, yang dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa/mahasiswi Universitas Bhakti Kencana untuk menambah wawasan mengenai penurunan frekuensi merokok pada dewasa awal dengan hipnoterapi khususnya kepada mahasiswa/mahasiswi S1 Keperawatan.

2. Bagi Puskesmas Panyileukam

Agar aktif untuk melakukan sosialisasi bahaya merokok agar masyarakat mau dan sadar akan pentingnya melakukan pencegahan sebelum terjadinya suatu penyakit. Serta dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam pemilihan alternatif pemecahan masalah yang sesuai dengan sasaran.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan masukan untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai manfaat hipnoterapi untuk penurunan frekuensi merokok.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam penelitian selanjutnya dan dikembangkan lebih lanjut serta dapat dijadikan referensi terhadap penelitian yang sejenis.