

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menjadi dewasa, dimulai pada usia 11 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 20 tahun (faradilla, 2020). Remaja memiliki tiga tahap perkembangan, yaitu remaja awal usia 11-14 tahun, remaja menengah berusia 15-17 tahun, dan remaja akhir usia 18-20 tahun (Burn, 2017).

Masa remaja mempunyai karakteristik yang khas, dimana semua tugas perkembangan pada masa ini dipusatkan pada penanggulangan sikap dan pola perilaku yang kekanak-kanakan dan mengadakan persiapan untuk menghadapi masa dewasa. Oleh sebab itu, masa remaja disebut juga sebagai periode peralihan, periode perubahan, periode bermasalah, periode pencarian identitas, dan periode tidak realistis. Pada periode pencarian identitas, remaja yang tidak ingin lagi disebut sebagai anak-anak, berusaha menampilkan atau mengidentifikasi perilaku yang menjadi simbol status kedewasaan. Salah satu perilaku yang muncul adalah perilaku merokok yang mereka anggap sebagai simbol kematangan (Trisanti, 2016).

Secara emosional, telah diketahui bahwa masa remaja dianggap sebagai masa “badai dan topan”, suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan hormonal. Hal ini dikuatkan dengan tekanan

sosial yang menuntut remaja menampilkan pola kehidupan sosial yang baru. Untuk menghadapi hal tersebut sebagian besar remaja akan mengalami ketidakstabilan demi penyesuaian. Kondisi tersebut diistilahkan sebagai kondisi stress pada remaja yang disebabkan perubahan fisik dan psikologis yang terjadi secara bersamaan. (Trisanti, 2016).

Perilaku merokok yaitu tindakan membakar tembakau yang merupakan *nicotin tabacum* dan *nicotin rustica* sedangkan yang lainnya yaitu rokok kretek atau cerutu yang asapnya mengandung tar dan nicotin dengan atau tambahan bahan lainnya (Alamsyah, 2017). Dengan semakin banyaknya masalah rokok yang ada di Indonesia, baru - baru ini muncul suatu tren di Indonesia yaitu penggunaan rokok elektrik. Rokok elektrik merupakan salah satu jenis rokok yang tengah menjadi fenomena baru dikalangan masyarakat Indonesia. Sebagai perangkat dan teknologi baru, rokok elektrik menarik dan membuat rasa ingin tahu para masyarakat. WHO (*World Health Organization*) mengatakan rokok elektrik sebagai *Electronic Nicotine Delivery System* (ENDS). Rokok elektrik dirancang untuk menghasilkan uap nikotin tanpa pembakaran tembakau dengan tetap memberikan sensasi merokok (Bahtiawan, 2018).

Ada banyak alasan di balik perilaku merokok pada remaja. Menurut Sarafino (1998 dalam Hidayatullah, 2017) faktor-faktor penyebab remaja merokok yang pertama yaitu faktor psikologis individu merokok untuk mendapatkan kesenangan, rasa nyaman, mengurangi stres, merasa lepas dari kegelisahan dan juga untuk mendapatkan rasa percaya diri., faktor kedua yaitu

faktor biologis banyak penelitian yang menyatakan bahwa semakin tinggi kadar nikotin dalam darah semakin besar juga ketergantungan terhadap rokok, faktor ketiga yaitu faktor sosio kultural seseorang merokok karena pengaruh orang tua dan “*peer group*” atau teman kelompoknya, faktor keempat yaitu faktor lingkungan sosial seseorang mempunyai kebiasaan merokok karna lingkungannya adalah perokok, faktor sosial berpengaruh secara langsung dan tidak langsung kepada individu.

Demikian menurut Trisanti (2016) faktor-faktor penyebab remaja merokok yang pertama yaitu faktor intrinsic, diantaranya adalah faktor psikiatrik, faktor kognitif, faktor jenis kelamin, faktor etnik, faktor genetic, faktor stress. Yang kedua ada faktor ekstrinsik diantaranya yaitu faktor lingkungan, faktor regulatori, dukungan keluarga, dukungan teman, dukungan iklan, faktor psikososial.

Menurut penelitian Khoirunnisa menunjukkan alasan-alasan remaja merokok, diantaranya yaitu untuk menghilangkan stres (49,2%), ikut-ikutan teman (47,5%), coba-coba (42,6%), penasaran/rasa ingin tahu (37,7%) dan agar terlihat macho/keren (32,8%). Terdapat 57,4% responden yang merokok saat merasa tertekan/stres. Hal ini menunjukkan bahwa dorongan terbesar untuk merokok terletak pada diri responden sendiri.

Menurut Trisanti (2016) mengatakan meningkatnya jumlah perokok di kalangan remaja meskipun telah mengetahui dampak buruk rokok bagi Kesehatan dan menyebutkan bahwa 20% dari total perokok di Indonesia adalah

remaja dengan rentang usia 15 hingga 21 tahun. Meningkatnya prevalensi perokok di kalangan remaja menyebabkan masalah merokok menjadi semakin serius. Rokok memiliki dampak yang merugikan, dalam jangka pendek merokok dapat meningkatkan inflamasi, menyebabkan terganggunya kekebalan tubuh, dan dapat menimbulkan gejala pernapasan seperti batuk, sesak napas, serta dispnea. Dalam jangka menengah, merokok dapat menyebabkan gangguan paru-paru serta penurunan fungsi organ pernapasan, peningkatan risiko infeksi paru-paru, periodontitis, serta atherosklerosis. Dalam jangka panjang, merokok dapat menjadi penyebab kanker paru-paru, rongga mulut, laring, kerongkongan, kandung kemih, pankreas, ginjal, serviks uterus, perut, dan leukemia myeloid akut (Bonnie et al,2015).

Menurut Saraswati, (2015) Rokok dapat menyebabkan gejala toksisitas seperti mual, pusing, peningkatan denyut nadi, tremor, bahkan kesulitan konsentrasi. Apalagi jika perokok sudah mengalami ketergantungan, maka ketika perokok tidak menambah dosis nikotin, hal yang akan muncul adalah gejala putus nikotin seperti gangguan mood, frustrasi, cemas, gangguan konsentrasi serta gelisah karena kadar nikotin yang kurang terpenuhi.

Gangguan konsentrasi merupakan salah satu tanda bahwa fungsi kognitif seseorang terganggu. Ketika fungsi kognitif mengalami masalah maka akan menimbulkan dampak diberbagai aspek, salah satunya kemampuan proses belajar yang terganggu. Proses belajar yang terganggu akan mempengaruhi

prestasi akademik pada remaja. Prestasi akademik merupakan tolak ukur keberhasilan yang telah dicapai dalam proses belajar(Saraswati, 2015).

Dampak sosial saat menjadi perokok adalah asap yang dihasilkan dari rokok menyebabkan polusi khususnya di ruangan yang tertutup atau di dalam mobil sehingga asapnya mengganggu. Berada pada suatu ruangan tertutup bersama orang yang merokok sama halnya dengan menghisap sepuluh batang rokok. Perokok yang terserang TBC, Influenza atau lainnya bisa menularkannya lewat batuk (Putri, Kameliawati, Surmiasih, Marthalena, 2020).

Menurut Global Youth Tobacco Survey (GYTS) pada tahun 2014 menyebutkan bahwa Indonesia merupakan negara dengan angka perokok remaja tertinggi di dunia. Data terbaru menurut Global Youth Tobacco Survey pada tahun 2018 menyebutkan bahwa sebesar 19,2% pelajar di Indonesia usia 13-15 tahun merupakan perokok (GYTS, 2018)

Berdasarkan *Riset Kesehatan Dasar* (RISKESDAS) pada tahun 2018, prevalensi pengguna perokok berusia diatas 15 tahun sebesar 33,8%. Persentase jumlah total keseluruhan perokok laki-laki sebesar 62,9% dan sedangkan persentase jumlah keseluruhan perokok perempuan sebesar 4,8%. Angka prevalensi perokok tersebut masih terbilang tinggi meskipun terdapat penurunan setelah terjadi peningkatan dari tahun 2007 sebesar 34,2% menjadi 36,3% pada tahun 2013. Selain itu perilaku merokok pada remaja terus mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 7,2% menjadi 9,1% pada tahun 2018. Hal

ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan proporsi perokok usia muda di (Riskesdas, 2018).

Stres merupakan reaksi yang normal, gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan yang dipengaruhi oleh lingkungan maupun penampilan individu di dalam lingkungan (kurniawati, 2017). Stres memiliki tingkatan yang di bagi menjadi stres ringan, sedang, dan berat (Potter & Perry, 2005 dalam Azzimaturrahma, 2021). Pada tingkat stres dengan level kecil atau ringan, stres dapat memberikan dampak positif yaitu dapat memotivasi dan memberikan semangat untuk menghadapi tantangan, namun sebaliknya pada stres level yang tinggi atau berat dapat memotivasi dan memberikan semangat untuk menghadapi tantangan namun sebaliknya pada stres level yang tinggi atau berat dapat menyebabkan depresi, penyakit kardiovaskuler, penurunan respon imun hingga kanker (Donsu, 2017).

Menurut Needlmen, (2004 dalam Kurniawati, 2017) Terdapat lima faktor yang mempengaruhi stres pada remaja, faktor pertama *biologys stress*, faktor kedua *family Stress*, faktor ketiga *school stress* faktor keempat stres pada teman sebaya (*Peer stress*), faktor kelima *social stress*. Stres pada teman sebaya cenderung tinggi pada usia remaja, teman sebaya mempunyai peran yang sangat penting berpengaruh pada pembentukan sikap, pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku dibandingkan dengan keluarga karena pada masa tersebut remaja mulai memisahkan diri dari orangtua dan mulai bergabung dengan teman sebaya. Kebutuhan untuk dapat diterima sering kali membuat remaja berbuat apa saja

agar dapat diterima oleh kelompoknya, berkumpul dengan teman sebaya merupakan kebiasaan dan telah menjadi gaya hidup bagi remaja sehingga remaja ingin ikut merasakan rokok atau karena perasaan tidak enak karena semua temannya merokok. Perasaan senasib sepenanggungan dengan teman sekelompok, perasaan tidak enak untuk menolak lebih memicu remaja untuk merokok karena takut dijauhi teman (Leventhal dalam Trisanti, 2016).

Sistem saraf otonom memberitahu medulla oblongata untuk meningkatkan aliran darah ke organ tertentu, yang memungkinkan seseorang mempersiapkan diri untuk melawan (fight) atau melarikan diri (flight). Otak menerima peningkatan oksigen dalam darah untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan seseorang untuk berpikir dan merespons stressor (Azzimaturrahma, 2021). Untuk itu perlu strategi yang digunakan dalam mengelola stres, yang disebut sebagai strategi koping. Strategi koping dibagi menjadi dua, yaitu koping yang berpusat pada masalah dan berpusat pada emosi. Koping yang berpusat pada masalah bertujuan memecahkan serta mencari sumber apa yang menyebabkan stres pada seseorang. Sedangkan koping yang berpusat pada emosi salah satunya yaitu perilaku merokok (Azzimaturrahma, 2021).

Kondisi stres dapat memberikan dampak yang dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan seperti daya tahan tubuh yang menurun terhadap penyakit, penyakit paru, penyakit jantung koroner, rasa takut yang berlebihan, kecemasan, dan keinginan-keinginan untuk melarikan diri dari segala persoalan yang dihadapinya. Kondisi stres akan dapat mempengaruhi pikiran, perasaan,

reaksi fisik, dan tingkah laku dari seseorang. Secara kognitif (pikiran) dapat terjadi kesulitan dalam memusatkan perhatian dalam belajar dan sulit dalam mengingat materi pelajaran atau mudah lupa. Secara afektif (perasaan) muncul rasa cemas, sensitif, sedih, marah, dan frustrasi. Secara fisiologis dapat timbul perasaan lemah, merasa tidak sehat, jantung berdebar-debar, gemetar, pusing, otot kaku, dan berkeringat dingin. Selain itu reaksi stres juga dapat memberikan perubahan pada tingkah laku individu seperti, perilaku merusak, menghindar, membantah, menghina, menunda-nunda pekerjaan atau penyelesaian tugas sekolah, malas sekolah, dan terlibat dalam kegiatan negatif untuk mencari

Prevalensi kejadian stres menurut WHO tergolong cukup tinggi, yaitu dialami oleh lebih dari 350 juta penduduk di dunia dan berada di peringkat ke-4 penyakit di dunia, prevalensi remaja di dunia yang mengalami stres didapatkan 38-71% sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3 sementara itu prevalensi remaja yang mengalami stress di Indonesia itu sendiri sebesar 36,7-71,6% (Ambarwati, Pinilih and Astuti, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Trisnolerah, woodford B.S. Joseph, Nova H. Kapantow yang dilaksanakan di SMK 2 Kota Manado, maka diperoleh jumlah responden umur 14 tahun berjumlah 10 atau 9,4%, umur 15 tahun berjumlah 60 atau 56,6%, umur 16 tahun berjumlah 32 atau 30,2% dan umur 17 tahun berjumlah 4 atau 3,8%. Dan umur yang paling dominan yaitu 15 tahun yaitu sebanyak 60 atau 56,6%. Berdasarkan hasil pengukuran ditemukan siswa yang stres adalah 63 orang siswa atau 59,4%. Maka siswa yang stres dan

merokok adalah 43 siswa atau 40,6% serta siswa yang stres dan tidak merokok 20 atau 18,9% dan 23 atau 21,7.

Berdasarkan uraian yang dikemukakan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “hubungan tingkat stres dengan perilaku merokok pada remaja: *literature review*”

## **1.2 Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka rumusan masalah penelitian ini adalah “apakah ada hubungan tingkat stres dengan perilaku merokok pada remaja”?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok pada remaja dengan pendekatan *literature review*.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Mengidentifikasi tingkat stres pada remaja.
2. Mengidentifikasi perilaku merokok pada remaja.
3. Menganalisis hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok pada remaja dengan pendekatan *literature review*.

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1 Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan untuk mengetahui secara teoritis tentang hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok pada remaja dengan pendekatan *literature review*.

### **1.4.2 Manfaat praktis**

1. Bagi insitusi pendidikan (Universitas Bhakti Kencana Bandung)

Memberi informasi bagi lembaga pendidikan mengenai aspek tingkat pengetahuan tentang efek rokok terhadap kesehatan terutama dalam bidang keperawatan.

2. Bagi peneliti

Menambah wawasan dan sebagai latihan dalam meningkatkan kemampuan melaksanakan penelitian keperawatan dan sebagai data untuk melaksanakan penelitian keperawatan lebih lanjut tentang hal-hal yang berkaitan dengan stres, perilaku remaja dalam mengomsumsi rokok maupun dampak – dampak sosial yang di timbulkan dari bahaya merokok.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan informasi untuk penelitian lebih lanjut mengenai hubungan tingkat stres dengan perilaku merokok pada remaja.

## 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan *literature review* atau studi kepustakaan yang merupakan suatu penelitian dengan menggunakan sumber data berupa artikel asli (*original article*). Penelitian kepustakaan (*literature review*) yaitu suatu serangkaian kegiatan mengumpulkan data/literature untuk dijadikan landasan kegiatan penelitian (Siregar&Harahap,2019).