

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Stres merupakan sebuah bentuk respon tubuh seseorang yang memiliki beban pekerjaan berlebihan. Jika seseorang tersebut tidak sanggup mengatasinya, maka orang tersebut dapat mengalami gangguan dalam menjalankan pekerjaan (Hawari, 2011).

Para pekerja di rumah sakit, juga beresiko mengalami stres. Beberapa penelitian terhadap tingkat stres anggota staf rumah sakit di Jepang menyebutkan bahwa, dokter dan perawat memiliki risiko lebih tinggi mengalami stres hingga menyebabkan gangguan depresi daripada pekerja lain (Tsai & Liu, 2012). Penelitian lain dilakukan oleh Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) menunjukkan terdapat 50,9% perawat mengalami stres (Prihatini, 2007).

Pada saat mengalami stres, tanpa kita sadari tubuh selalu melakukan manajemen stres. Manajemen dalam menghadapi stres ini merupakan cara yang dilakukan agar kekebalan dirinya terhadap stres dapat ditingkatkan. Manajemen stres yang efektif akan menghasilkan adaptasi yang menetap sehingga menimbulkan kebiasaan baru atau perbaikan dari situasi yang lama, sedangkan manajemen stres yang tidak efektif akan berakhir dengan maladaptif yaitu perilaku yang menyimpang dan merugikan diri sendiri, orang lain ataupun lingkungan. Manajemen stres yang digunakan setiap individu bermacam-macam antara lain dengan makan, banyak tidur, minum minuman keras/alkohol, berdzikir, dan merokok. Merokok merupakan salah satu contoh dari strategi manajemen yang tidak efektif namun banyak disukai. Meskipun semua orang mengetahui akibat negatif dari merokok, tetapi jumlah perokok semakin meningkat dan usia perokok semakin bertambah muda (Hawari, 2011).

Perilaku merokok sejak lama menjadi permasalahan kesehatan global. Berdasarkan data dari WHO (World Health Organisation), menyatakan bahwa rokok membunuh hampir enam juta orang setiap tahun, yakni lebih dari lima juta kematian adalah hasil dari penggunaan rokok langsung (perokok aktif), dan lebih dari 600.000 kematian dari perokok pasif (WHO, 2013).

Berdasarkan data Riskesdas 2007, prevalensi merokok di Indonesia naik dari tahun ke tahun. Presentase pada pria 65,3% dan wanita 5,6 % (Depkes, 2013). Provinsi dengan jumlah perokok terbanyak diduduki oleh Provinsi Nusa Tenggara Timur 68,7%, Bali 67,8%, Yogyakarta 66,3% dan Jawa Tengah 62,7% (Riskesdas, 2010). Penelitian di Amerika Serikat oleh Garfinkel dan Stellman menunjukkan tingginya proporsi perawat yang merokok. Penelitian lain yang mendukung juga dilakukan di Jepang, yang meneliti hubungan perawat yang merokok didapatkan hasil yakni jumlah perawat pria yang merokok dua kali lipat dibandingkan dengan perawat wanita (Smith *et al*, 2006).

Seseorang yang pertama kali mengkonsumsi rokok mengalami gejala-gejala seperti batuk-batuk, lidah terasa getir, dan perut mual, namun sebagian dari pemula, mengabaikan gejala-gejala tersebut. Biasanya keadaan tersebut berlanjut menjadi *tobacco dependency* atau ketergantungan tembakau. *Tobacco dependency* sendiri dapat didefinisikan sebagai penggunaan tembakau yang menetap. Biasanya lebih dari setengah bungkus rokok perhari, dan dilakukan berulang-ulang. Artinya perilaku merokok merupakan perilaku yang menyenangkan dan bergeser menjadi aktivitas obsesif, yang jika dihentikan tiba-tiba akan menimbulkan distress. Hal ini disebabkan oleh sifat nikotin adalah adiktif dan jika dihentikan tiba-tiba akan menimbulkan stres. Walaupun perokok mengetahui dampak bahaya dari merokok, mereka tetap mempertahankannya. Menurut Klinker dan Meeker alasan mereka merokok adalah relaksasi untuk mengurangi ketegangan, dan memudahkan berkonsentrasi (Komalasari dan Helmi, 2000).

Dalam penelitian Parrot (2004) efek merokok hanya meredakan kecemasan selama efek nikotin masih ada, namun ketergantungan nikotin dapat membuat seseorang menjadi bertambah stres. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa merokok dapat membuat orang yang stres menjadi tidak stres lagi tetapi perasaan ini tidak akan lama, begitu selesai merokok, mereka akan merokok lagi untuk mencegah agar stres tidak terjadi lagi. Keinginan untuk merokok kembali timbul karena ada hubungan antara perasaan negatif dengan rokok. Perilaku merokok lebih banyak ditemukan pada orang yang mengalami stres. Walaupun perokok menyatakan bahwa rokok dapat mengurangi stres, tapi kenyataannya berhenti merokoklah yang sebenarnya dapat mengurangi stres (Hasanida & Kemala, 2005).

Pada survei pendahuluan yang dilakukan di RSUD Sukoharjo. peneliti mengambil sampel di Bangsal Mawar, Anggrek dan Instalasi Gawat Darurat (IGD). Perawat Mawar dan Anggrek berjumlah 11 orang ditambah satu kepala perawat dan dibagi menjadi tiga shift kerja, yaitu pagi: 07.30-14.00 terdapat lima perawat jaga, siang: 14.00-20.00 tiga perawat jaga dan malam: 20.00-07.30 tiga perawat jaga. Sedangkan di IGD terdapat 24 perawat termasuk empat bidan dengan pembagian tiga shift kerja, yaitu pagi: 07.30-14.00, siang: 14.00-20.00 dan malam: 20.00-07.30. Hasil wawancara peneliti di Bangsal Anggrek, Mawar dan IGD, memperkirakan terdapat dua sampai empat perawat yang merokok yang setiap harinya mereka menghabiskan sekitar tiga sampai empat batang sehari dan frekuensinya meningkat ketika mereka stres dan bosan dengan kegiatan sehari-hari. Dalam undang-undang kesehatan pasal 115 No.36/2009 menyatakan bahwa pemerintah daerah wajib menetapkan kawasan area bebas rokok di wilayahnya (Depdagri, 2006). Salah satu tempat umum yang seharusnya bebas rokok adalah rumah sakit. Namun hingga saat ini sering kali peraturan ini diabaikan, tidak hanya oleh masyarakat tetapi juga oleh pegawai rumah sakit misalnya perawat. Seharusnya perawat turut bertanggung jawab dalam kesehatan dan panutan

bagi pasien maupun masyarakat. Dari latar belakang diatas, dapat kita lihat polemik-polemik yang dialami oleh perawat tersebut. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok perawat pria di RSUD Sukoharjo” dengan harapan dapat digunakan sebagai analisa bagi pihak-pihak yang terkait.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang sudah penulis ungkapkan diatas, maka perumusan masalahnya adalah “Apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok perawat pria di RSUD Sukoharjo ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui adanya hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok perawat pria di RSUD Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

Mengetahui tingkat stres pada perawat pria yang merokok di RSUD Sukoharjo.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah masukan ilmiah tentang hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok perawat pria di RSUD Sukoharjo.

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat agar lebih memperhatikan keadaan psikologis untuk mencegah terjadinya stres berat dan diharapkan dapat berguna sebagai penyuluhan terhadap perawat agar tetap aktif dan produktif.