

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap orang berhak untuk menghirup udara bersih tanpa asap rokok (Kemenkes, 2011). Asap rokok memiliki kandungan yang berbahaya bagi tubuh seperti senyawa toksik berbahaya, seperti tar, nikotin, dan karbonmonoksida (Rodgman & Perfetti, 2013). Aktivitas merokok merupakan salah satu faktor yang mengganggu kesehatan (Billieux, *et al.*, 2007). Merokok dan asap rokok menjadi permasalahan dunia termasuk negara Indonesia (Kemenkes, 2011).

Rokok menyebabkan kematian sekitar 6 miliar manusia di dunia setiap tahunnya, dengan lebih dari 5 milyar manusia meninggal dunia sebagai perokok aktif dan sekitar 600.000 manusia meninggal dunia sebagai perokok pasif (WHO, 2016). Tahun 2007 *World Health Organization* (WHO), menempatkan Indonesia di peringkat ke-5 dan menjadi peringkat 3 perokok terbanyak pada tahun 2008 (Kemenkes, 2011). *The Tobacco Atlas 3rd edition* pada tahun 2009, Indonesia merupakan negara dengan persentase merokok terbesar di ASEAN (*Association of Southeast Asian Nations*) dengan nilai persentase (46,16%) (Kemenkes, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh *Global Adults Tobacco Survey* (GATS), donatur perokok terbesar di Indonesia adalah laki laki sebanyak 67% dan perempuan sebesar 2,7% (GATS, 2011). *World Health Organization* (WHO) mencatat dari tahun 2000, 2005, 2010, dan 2015 perokok dengan usia diatas 15 tahun mengalami kenaikan yang signifikan setiap tahunnya. WHO memprediksi dari penduduk Indonesia berjumlah 215.528.000 jiwa pada tahun 2025 maka, 96.776.800 diantaranya adalah perokok (WHO, 2015).

Usia 15-19 tahun merupakan rerata usia mengkonsumsi rokok secara aktif (Riskesdas, 2007). Penelitian yang diambil dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Jawa Tengah menunjukkan persentase penduduk umur 10 tahun ke atas yang merupakan perokok aktif setiap hari sebesar 22,9% dengan

menghabiskan rata-rata rokok 10,1 batang atau 1 bungkus rokok (Riskesdas, 2013).

Kabupaten Sukoharjo memiliki perilaku merokok dengan rerata rokok yang dihabiskan 8,8 batang per hari, di mana proporsi perokok usia 15-19 tahun memulai mengkonsumsi setiap hari sebesar 54,7%. Perokok di daerah Kabupaten Sukoharjo memiliki kebiasaan untuk merokok didalam gedung dengan proporsi 87,7 % (Riskesdas, 2013).

SMA Negeri 2 Sukoharjo merupakan sebuah sekolah milik pemerintah yang terletak di Jalan Raya Sala-Kartasura, Mendungan, desa Pabelan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Provinsi Jawa Tengah. SMA Negeri 2 Sukoharjo memiliki siswa sebanyak 906 siswa. SMA Negeri 2 Sukoharjo memiliki 3 program studi yaitu IPA, IPS, dan Bahasa (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016).

Aktifitas merokok dapat menyebabkan kanker paru paru, atherosklerosis dan COPD (*Chronic Obstructive Pulmonary Disease*) (Yanbaeva, *et al.*, 2007; Hecht, *et al.*, 2016; To, *et al.*, 2016). Berdasarkan hal tersebut, Majelis Tarjih dan Tajdid Pimpinan Pusat Muhammadiyah mengeluarkan fatwa No. 6/SM/MTT/III/2010 tentang merokok adalah haram dengan menimbang isi dari surah Al A'raf ayat 157, surah Al Baqarah ayat 195, surah An' Nisa ayat 29 dan surah Al Isra' ayat 26-27 (Muhammadiyah, 2010).

Kronotipe adalah preferensi fase bangun dan tidurnya seseorang yang mencerminkan variasi ritme sirkadian individual nya (Lucassen, *et al.*, 2013). Kronotipe memiliki keterkaitan dengan ritme sirkadian. Siklus fisiologis yang berlangsung 24 jam diatur oleh ritme sirkadian yang terdapat pada sebagian besar makhluk hidup (Jones, *et al.*, 2016; Wittmann, *et al.*, 2006). Kronotipe merupakan konsep untuk mengidentifikasi hubungan fase yang berbeda antara ritme sirkadian tubuh dan penyalaras eksternal pada manusia (Duarte, *et al.*, 2014).

Tipologi ritme sirkadian manusia secara umum terdiri menjadi 2 kronotipe : Kronotipe Pagi dan Kronotipe Malam. Secara umum dapat dikatakan bahwa Kronotipe Pagi memiliki preferensi bangun lebih pagi dan

tidur lebih awal, sementara Kronotipe Malam memiliki preferensi tidur lebih larut dan bangun lebih siang (Randler, *et al.*, 2016). Kontinum Kronotipe Pagi – Malam mencerminkan perbedaan individual dalam pola perilaku dari ritme sirkadian siklus tidur terjaga yang menunjukkan adanya variasi sirkadian seseorang. Kronotipe Malam (relatif “tidak tepat waktu” terhadap acuan jam eksternal) (Dí'az-Morales & 'pez, 2008).

Pada individu yang memiliki tipologi Kronotipe Malam memiliki defisit kronik waktu tidur dan mengganti waktu tidur mereka pada hari libur. Keadaan selisih jumlah waktu tidur pada hari bekerja dengan hari libur disebut *social jetlag* (Wittmann, *et al.*, 2006). *Social jetlag* merupakan faktor risiko untuk terjadinya *misalignment* ritme sirkadian. Dengan keadaan ini Kronotipe Malam memiliki kadar hormon stres lebih tinggi dibandingkan dengan Kronotipe Pagi (Lucassen, *et al.*, 2013).

Individu yang mengalami stres secara otomatis akan berusaha untuk mengatasi stres tersebut. Namun pada beberapa individu terdapat yang tidak dapat mengatasi stresnya sehingga terjadi pertahanan ego (*Ego defense oriented*) dengan tujuan melindungi diri terhadap penurunan harga diri dan meringankan ketegangan serta kecemasan yang menyakitkan. Dalam pembelaan ego beberapa mekanisme, salah satu dari mekanisme tersebut adalah regresi. Mekanisme regresi adalah mundurnya perilaku ke tingkat perkembangan yang kurang matang (Maramis & Maramis, 2009).

Penelitian ini merupakan penelitian yang tergolong baru. Namun ada penelitian yang mengarah ke penelitian ini yaitu penelitian-penelitian yang membandingkan kualitas tidur dengan perilaku merokok (Saputri, 2014). Pencarian data dan referensi tentang kronotipe di Indonesia belum memiliki data dan referensi. Peneliti prihatin melihat perilaku merokok yang buruk dan telah membudaya di kalangan remaja. Berdasarkan data dan informasi tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang : hubungan antara kronotipe dengan perilaku merokok pada siswa SMA Negeri 2 Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara kronotipe dengan perilaku merokok pada siswa SMA Negeri 2 Sukoharjo?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui ada tidaknya hubungan antara kronotipe dengan perilaku merokok pada siswa dan siswi SMA Negeri 2 Sukoharjo.

D. Manfaat Penelitian

1. Aspek teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dan masukan dalam penelitian selanjutnya, tentang hubungan kronotipe dengan perilaku merokok.

2. Aspek Aplikatif

- a. Memberi informasi mengenai ada tidaknya hubungan kronotipe dengan perilaku merokok pada siswa SMA Negeri 2 Sukoharjo.
- b. Menjadi masukan dalam tindakan preventif perilaku merokok.