

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Merokok merupakan kegiatan yang sudah menjadi kebiasaan di masyarakat. Kegiatan merokok ini tidak mengenal tempat atau lingkungan mulai dari rumah, sekolah, kampus, kantor, bahkan disarana transportasi umum. Perilaku merokok tidak mengenal usia ataupun status sosial, dari kalangan remaja sampai orang tua banyak yang merokok dan sudah menjadi kegiatan sehari-hari. Perilaku merokok merupakan masalah yang berkaitan dengan kesehatan masyarakat karena dapat menimbulkan berbagai penyakit bahkan dapat menyebabkan kematian baik bagi perokok dan orang yang ada disekitarnya (perokok pasif).

Dampak negative dari merokok pada remaja oleh Hassandra, (2015), biasanya terjadi beberapa tahun setelah mulai aktif merokok yaitu menurunnya aktifitas fisik. Menurut *United States Departement of Health and Human Services* (dalam Chotidjah, 2012) merokok sudah mulai dirasakan dampaknya pada usia antara 20 tahun keatas yaitu meningkatnya level kerusakan pada paru-paru antara lain kerusakan permanen dalam saluran paru-paru, pembuluh darah serta cairan di paru-paru. Hasil Statistik menunjukkan bahwa ada lebih banyak orang mati karena rokok dan penggunaan tembakau dibanding kandengan AIDS, penyalah gunaan alkohol, narkoba, kecelakaan mobil dan pembunuhan (Orcullo, 2016). Di tinjau dari segi kesehatan merokok harus dihentikan karena menyebabkan kanker

dan penyumbatan pembuluh darah yang mengakibatkan kematian, oleh karena itu merokok harus dihentikan sebagai usaha pencegahan sedini mungkin.

Kenyataannya meskipun telah diketahui bahaya rokok terhadap kesehatan, namun masih terjadi peningkatan jumlah perokok. Masyarakat Indonesia yang mengkonsumsi rokok dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir mengalami peningkatan 44,1% jika dihitung perokok aktif mencapai 70% jumlah penduduk Indonesia. Perilaku merokok juga mudah ditemui di kalangan mahasiswa Unimus, bahkan di setiap Fakultas di Unimus (Salawati, 2010). Riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 menyatakan bahwa jumlah penduduk diatas 15 tahun yang mengkonsumsi tembakau cenderung meningkat, data pada tahun 2007 menunjukkan 34,2%, tahun 2010 menunjukan 34,7% dan tahun 2013 adalah 36,3%. Presentase perokok aktif terbanyak setiap harinya yaitu 33,4% pada usia 30-34 tahun, 32,2% pada usia 35-39 tahun dimana usia tersebut adalah usia produktif. Sedangkan rerata proporsi perokok setiap hari di Provinsi Jawa Tengah sebesar 22,9% dan perokok kadang-kadang sebesar 5,3% (Riskesdas, 2013).

Menurut *The Global Adult Tobacco Survey* (GATS) (2018) pada tahun 2017 menunjukkan jumlah perokok di Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas, laki-laki mencapai 72% dan perempuan 3%. Data *Global Youth Tobacco Survey* (GYTS, 2018) menyebutkan 30,1 % anak sekolah merokok (Laki-laki 36%, perempuan 4,3%). Walaupun proporsi perokok perempuan lebih rendah dibandingkan laki-laki, namun terjadi peningkatan sebanyak 5 kali lipat dari 1,7% tahun 2016 menjadi 6,7% pada tahun 2017.

Mahasiswa merupakan salah satu kelompok masyarakat yang rentan terhadap masalah kesehatan mental. Beberapa studi telah menunjukkan tingginya tingkat morbiditas psikologis pada mahasiswa di seluruh dunia, terutama terkait depresi dan kecemasan. Hal ini didukung dengan temuan yang menunjukkan bahwa diantara seluruh mahasiswa yang mencari pelayanan konseling, masalah utama yang paling sering dibawanya ialah kecemasan, kemudian disusul masalah terkait akademik dan kerja (Lalo dkk,2012).

Gangguan mental yang umum dengan prevalensi seumur hidup yaitu 16% sampai 29% adalah gangguan (Kats, 2013). Gangguan kecemasan di Amerika diperkirakan sebesar 18,1% atau sekitar 42 juta orang mengalami gangguan kecemasan (Duckworth,2013). Sedangkan gangguan kecemasan terkait jenis kelamin dilaporkan bahwa prevalensi gangguan kecemasan seumur hidup pada wanita sebesar 60% lebih tinggi dibandingkan pria (Donner, 2013).

Menurut Depertemen Kesehatan RI dalam (Suyamto, 2014) menyatakan berdasarkan hasil riset kesehatan dasar pada tahun 2013 terkait dengan gangguan kecemasan di Indonesia diperoleh prevalensi 6% untuk umur diatas 15tahun atau dengan katalain masyarakat Indonesia yang mengalami kecemasan mencapai 14 juta penduduk. Berkaitan dengan gangguan kecemasan, mahasiswa dilaporkan mengalami 25% kecemasan ringan, 60% kecemasan sedang, dan 15% mengalami gangguan kecemasan berat. Melihat hasil riset yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa setiap orang bisa mengalami gangguan kecemasan dari kecemasan ringan hingga berat.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian didapatkan bahwa kecemasan yang dialami mahasiswa ada dua yaitu selama periode sebelum ujian dan periode setelah ujian. Tekanan akademis dan ujian adalah sumber yang memicu kecemasan utama dan dapat menyebabkan kecemasan pada mahasiswa atau sering disebut dengan kecemasan akademis (Hasmart, 2008).

Pada mahasiswa, masa kuliah adalah masa dimana seorang individu mengalami suatu peralihan dari masa remaja menuju dewasa, termasuk perkembangan secara psikologis. Mahasiswa memiliki tugas untuk belajar, namun ia juga harus mulai memikirkan bagaimana kelangsungan hidupnya kelak. Semua perubahan tersebut menyebabkan mahasiswa cukup rentan untuk mengalami gangguan psikologis, salah satunya adalah gangguan kecemasan, terutama bagi mahasiswa tingkat awal yang sedang mengalami masa transisi perkuliahan. Karena tingginya kecemasan pada mahasiswa tidak sedikit mahasiswa melampiaskan pada perilaku merokok.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti kepada 50 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang dilakukan secara random yang meliputi 30 mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki dan 20 mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan ditemukan dari 30 mahasiswa laki-laki 28 mahasiswa mengalami kecemasan dan 18 mahasiswa laki-laki memiliki perilaku merokok. Sedangkan untuk mahasiswa perempuan ditemukan 15 mahasiswa mengalami kecemasan namun tidak ditemukan perilaku merokok.

Finkelstein dkk, (2016) menduga bahwa para remaja merokok dapat membuat mereka rileks dan tenang. Finkelstein dkk, (2016) menyatakan bahwa

tingkat stres dan kecemasan yang tinggi berakibat terhadap meningkatkan resiko untuk merokok, baik melalui analisa terhadap data cross-sectional maupun longitudinal. Broker dkk, (2014) menemukan bahwa perilaku merokok pada remaja berhubungan dengan peristiwa penuh stres dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang sedang dalam keadaan tertekan mempunyai kemungkinan dua kali lebih besar untuk merokok dibanding individu lainnya. Seorang mantan perokok seringkali memutuskan untuk memulai merokok lagi ketika mereka mengalami tekanan, cemas, dan stres sehingga dapat dikatakan bahwa cemas, stres dan perasaan tertekan merupakan pemicu bagi seseorang untuk kembali merokok (Brandon, 2010).

Menurut Chandratika (2014) salah satu penyebab gangguan kecemasan yang dialami mahasiswa yaitu faktor psikososial. Hal ini bisa terjadi dikarenakan mahasiswa kurang akurat atau memberi respon secara lambat terhadap stressor, contohnya pada situasi dan kondisi lingkungan yang baru. Proses pembelajaran mahasiswa dapat dipengaruhi oleh gangguan kecemasan karena kecemasan mengganggu pemrosesan informasi yang berdampak pada turunnya kemampuan memusatkan perhatian dan melemahnya kemampuan mengingat.

Menurut penelitian Marmuadi (2017) dalam penelitiannya diperoleh semakin tinggi kecemasan maka dapat berdampak pada semakin tingginya perilaku merokok. Begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat kecemasan maka semakin rendah pula perilaku merokok. Tanpa perokok sadari rokok dapat memberikan dampak negatif dalam kesehatan baik perokok aktif dan perokok

pasif. Sehingga diharapkan dimasa yang akan datang mahasiswa dapat mengatasi kecemasan tanpa harus melakukan perilaku merokok.

Berdasarkan beberapa uraian diatas maka diperoleh permasalahan yaitu “apakah ada hubungan antara kecemasan dengan perilaku merokok pada mahasiswa?” dalam penelitian Hubungan Antara Kecemasan Dengan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa.

B. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui hubungan kecemasan dengan perilaku merokok pada mahasiswa.
2. Mengetahui tingkat kecemasan pada mahasiswa.
3. Mengetahui tingkat perilaku merokok pada mahasiswa
4. Mengeahui sumbangan efektif hubungan kecemasan dengan perilaku merokok pada mahasiswa.

C. Manfaat Penelitian

1. BagiSubjek

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi terbaru mengenai perilaku merokok yang di akibatkan karena adanya kecemasan pada mahasiswa, dengan adanya informasi ini maka mahasiswa diharapkan dapat ikut serta mendukung kebijakan kampus bebas asap rokok dan menjaga perilaku merokok di dalam masyarakat.

2. Bagi Institusi

Sebagai bahan masukan dalam rangka membuat program pencegahan agar mahasiswa tidak menjadi perokok dan menanggulangi kebiasaan merokok, sehingga program yang dibuat tepat dan berguna bagi peningkatan kualitas kesehatan mahasiswa.

3. Bagi Peneliti lain

Bagi peneliti selanjutnya, Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi tentang kecemasan yang dialami mahasiswa yang berkaitan dengan perilaku merokok.