

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan salah satu masalah yang menjadi konsentrasi pemerintah saat ini. Pola hidup sehat saat ini menjadi salah satu program yang dicanangkan oleh pemerintah. Adapun pola hidup sehat diantaranya, mengkonsumsi makanan bergizi, berolahraga secara teratur, menghindari diet yang terlalu ketat, menghindari makanan yang berlemak, dan menghindari perilaku merokok. Menurut Hardinge (dalam Sari, 2003) perilaku merokok merupakan suatu kebiasaan atau pola hidup yang tidak sehat. Perilaku merokok dapat menyebabkan beberapa penyakit kronis, diantaranya diabetes, jantung koroner, tekanan darah tinggi, stroke, kanker, dan asma (Amstrong, 1995).

Merokok merupakan salah satu permasalahan di masyarakat yang dapat menimbulkan kerugian baik dari segi sosial, ekonomi, kesehatan bahkan dapat menyebabkan kematian (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2011). Pada tahun 2015, lebih dari 1,1 miliar orang merokok dengan bahan baku tembakau. Sekitar 6 juta perokok aktif di dunia mengalami kematian setiap tahun dan sekitar 600 ribu perokok pasif juga diperkirakan meninggal akibat paparan asap rokok secara langsung. Merokok dapat berakibat buruk bagi perokok aktif maupun perokok pasif. Berdasarkan hasil penelitian pada tahun 2008, Indonesia mengkonsumsi 240 milyar batang rokok setiap tahunnya. Pada tahun 2011 didapatkan data bahwa perokok di Indonesia mencapai 65 ribu orang baik pria maupun wanita.

Menurut Riset Nasional Dasar Kesehatan 2013, prevalensi merokok di Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas meningkat dari 34,2% di 2007 menjadi 34,7% pada tahun 2010, dan menjadi 36,3% pada tahun 2013. Persentase memulai menggunakan tembakau dalam setiap kelompok usia adalah: 5-9 tahun - 0,7%, 10-14 tahun 9,5%, 15-19 tahun 50,3%, 20-24 tahun 26,7%, 25-29 tahun 7,6%, > 30 tahun 5,2% . Merokok masih menjadi salah satu masalah terbesar kesehatan yang dapat menyebabkan kematian. Pada tahun 2015, lebih dari 1,1 miliar orang merokok dengan bahan utama tembakau. Sekitar 6 juta orang perokok aktif di seluruh dunia mengalami kematian setiap tahun dan sekitar 600 ribu orang perokok pasif yang juga diperkirakan meninggal akibat paparan asap rokok secara langsung. Diperkirakan pada tahun 2030 lebih dari 8 juta kematian diakibatkan oleh rokok, lebih dari separuhnya merupakan usia awal memulai menggunakan rokok. Berdasarkan hasil penelitian WHO di Indonesia menyatakan bahwa penggunaan tembakau dalam bentuk rokok yaitu sebanyak 34,8% atau 59,9 juta penduduk dari seluruh bentuk penggunaan tembakau di Indonesia. Prevalensi merokok di Indonesia adalah 67% atau 57,6 juta penduduk laki-laki dan 2,7% atau 2,3 juta penduduk perempuan. Data dari *Global Adult Tobacco Survey (GATS)* menunjukkan bahwa 5 dari 10 perokok di Indonesia saat ini merencanakan untuk berhenti merokok, namun tidak semua perokok berhasil melewati masa rehabilitasi dan seringkali mengalami kekambuhan merokok (*relapes*).

Apabila dilihat dari beberapa efek negatif yang ditimbulkan akibat merokok tidak heran 70% dari populasi perokok memiliki keinginan untuk berhenti merokok (William, Herzogeb, & Simoncs, 2011). Keinginan untuk

berhenti merokok dipengaruhi oleh niat dan motivasi. Motivasi adalah faktor yang mendorong yang dapat memicu timbulnya semangat untuk mengubah diri agar menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya. Seseorang yang berhenti merokok memiliki motivasi untuk hidup sehat. Faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk berhenti merokok dibagi menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu tersebut, sedangkan faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu. Faktor internal meliputi usia, nilai, persepsi, pendidikan, pengetahuan, dan pengalaman. Faktor eksternal meliputi lingkungan, fasilitas, dan ekonomi (Marquis & Huston, dalam Barus, 2012).

Hubungan antara usia dengan motivasi berhenti merokok telah dijelaskan oleh Wibowo (2015) bahwa individu umur 25-40 tahun tergolong memiliki karakteristik mandiri baik secara ekonomi maupun dalam mengambil keputusan sehingga dapat mengambil sikap dalam menentukan pilihan dibandingkan dengan remaja. Pada gilirannya pilihan berhenti merokok atau tidak pada orang dewasa karena pertimbangan kesehatan, faktanya bahwa orang dewasa lebih paham akan masalah dan fungsi kesehatan dibandingkan dengan anak remaja. Tingkat pendidikan juga memiliki peran dalam munculnya motivasi berhenti merokok dengan tingkat pendidikan terakhir yang diperoleh maka dapat dikatakan sebagai tolak ukur pemahaman dan ilmu yang dimiliki termasuk tentang pentingnya kesehatan, pola gaya hidup sehat dan dampak dari bahaya merokok. Pendidikan terakhir tinggi seharusnya memiliki dorongan motivasi untuk berhenti merokok yang kuat dibandingkan dengan tingkat pendidikan terakhir dasar yang akan memiliki motivasi dorongan yang rendah

Penelitian sebelumnya mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan motivasi berhenti merokok pada sopir angkutan umum menghasilkan temuan bahwa terdapat beberapa hal yang berkaitan dengan motivasi berhenti merokok, diantaranya usia, nilai dan persepsi, pengetahuan, pengalaman, pendidikan, fasilitas, dan ekonomi (Oktarita, Indriansari, & Muharyani, 2017). Hasil penelitian tersebut pada karakteristik umum perilaku merokok menunjukkan bahwa distribusi tertinggi responden yang memiliki motivasi rendah berhenti merokok adalah pada kelompok umur produktif (26-45 tahun). Hal ini berkaitan dengan stres kerja yang memberikan kontribusi kepada sopir angkutan umum untuk mencari efek reaksi positif yang didapatkan ketika merokok dan menjadikan kebiasaan ini kebiasaan ini salah satu pilihan ketika beban kerja atau stres itu meningkat.

Selain melihat hubungan antara usia dengan motivasi berhenti merokok, penelitian tersebut juga mengkaji mengenai hubungan tingkat pendidikan dengan motivasi berhenti merokok. Dalam penelitian tersebut, tingkat pendidikan dibagi menjadi 3 yaitu tinggi (SMA), menengah (SMP), dan rendah (SD-Tidak Sekolah). Pada setiap tingkatan pendidikan, responden memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi. Data awal dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat pendidikan SMA sebanyak 17(21,3%) dari 27 responden yang memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi yang berpendidikan SMP yang terbanyak yaitu sebanyak 16(20,0%) dari 30 responden memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi. Sedangkan SD sebanyak 14(17,5%) dari 23 responden memiliki motivasi

berhenti merokok yang tinggi. Oleh sebab itu, dapat diambil kesimpulan bahwa di setiap tingkat pendidikan memiliki motivasi yang rendah untuk berhenti merokok.

Perokok aktif ada yang memiliki motivasi tinggi untuk berhenti merokok, namun ada pula yang memiliki motivasi rendah untuk berhenti merokok. Beberapa hal yang menyebabkan seseorang memiliki motivasi rendah untuk berhenti merokok diantaranya, adanya pengaruh dari lingkungan; perasaan nyaman saat merokok; merasa bahwa rokok dapat meningkatkan konsentrasi; dan pendapat bahwa rokok merupakan solusi dalam menyelesaikan masalah. Akan tetapi, ada pula beberapa hal yang mendukung seorang perokok aktif agar memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi, diantaranya dukungan dari keluarga dan teman; peringatan akan bahaya merokok; persepsi mengenai manfaat berhenti merokok; dan persepsi ancaman penyakit akibat merokok (Rohayatun, Saptiko, & Yanti, 2015).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti mengajukan rumusan masalah adakah perbedaan motivasi berhenti merokok pada kelompok umur dewasa dengan pendidikan terakhirnya. Untuk mengkaji permasalahan secara empiris maka peneliti berkeinginan untuk membuktikan dengan cara mengajukan judul **“Perbedaan Motivasi Berhenti Merokok Ditinjau Dari Kelompok Umur Dewasa Dan Pendidikan Terakhir”**

B. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat perbedaan motivasi berhenti merokok pada kelompok umur dewasa dengan pendidikan terakhirnya.

2. Untuk mengetahui tingkat perbedaan motivasi berhenti merokok pada kelompok umur dewasa.
3. Untuk mengetahui tingkat perbedaan motivasi berhenti merokok padapendidikan terakhirnya.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Manfaat dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan kontribusi bagi ilmu psikologi sosial.
- b. Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pengetahuan tentang motivasi berhenti merokok.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi subjek penelitian: diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi pengetahuan tentang bahaya merokok dan dapat memiliki keinginan untuk berhenti merokok.
- b. Bagi pihak bertanggung jawab: diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan masukan tentang bagaimana cara efektif untuk menurunkan jumlah peningkatan perokok diIndonesia.
- c. Bagi peneliti selanjutnya: diharapkan penelitian ini bisa dijadikan sebagai rujukan untuk penelitian selanjutnya yang bertema motivasi berhenti merokok.