

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Rokok adalah salah satu produk tembakau yang dimaksudkan untuk dibakar dan dihisap dan/atau dihirup asapnya, termasuk rokok kretek, rokok putih, cerutu atau bentuk lainnya. Rokok dihasilkan dari tanaman *nicotiana tabacum*, *nicotiana rustica*, dan spesies lainnya atau sintetisnya yang asapnya mengandung nikotin dan tar, dengan atau tanpa bahan tambahan (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2013). Merokok merupakan salah satu kebiasaan penduduk Indonesia, khususnya kaum laki-laki, sedangkan kaum perempuan biasa menyirih. Kebiasaan tersebut berlaku bagi masyarakat kelas ekonomi bawah dan kelas ekonomi atas (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2013). Salah satu kebiasaan individu yang umum ditemui saat ini adalah perilaku merokok. Perilaku merokok mudah ditemui, seperti di rumah, kantor, cafe, tempat-tempat umum, di dalam kendaraan, bahkan hingga di sekolah-sekolah (Bustan, 2007). Perilaku ini dilakukan oleh siapa pun baik laki-laki maupun perempuan, tua maupun muda. Perilaku merokok di masyarakat tidak terjadi tanpa adanya hal-hal yang mendorong perokok untuk melakukan tindakan tersebut.

Banyak faktor yang mendorong individu untuk merokok. Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok adalah faktor lingkungan yang terdiri dari lingkungan keluarga dan lingkungan sebaya, serta kepuasan psikologis (Komalasari & Avin, 2000). Kepuasan psikologis memberi sumbangan

yang lebih tinggi, yaitu mencapai 40,9% dari pada sumbangan sikap permisif orang tua dan lingkungan teman sebaya yang hanya mencapai 38,4%. Hal ini memberikan gambaran bahwa perilaku merokok bagi subjek dianggap memberikan kenikmatan dan menyenangkan (Komalasari & Avin, 2000).

Perilaku merokok merupakan perilaku yang merugikan, tidak hanya bagi individu yang merokok, tetapi juga bagi orang-orang di sekitar perokok yang ikut terhirup asap rokok. Kerugian yang ditimbulkan bisa dari sisi kesehatan dan ekonomi. Dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, karbomonoksida, dan TAR akan memacu kerja dari susunan sistem saraf pusat dan susunan saraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat (Kendal & Hammen dalam Komalasari & Avin, 2000), menstimulasi kanker dan berbagai penyakit yang lain seperti penyempitan pembuluh darah, tekanan darah tinggi, jantung, paru-paru, dan *bronchitis* kronis (Kaplan dkk., dalam Komalasari & Avin, 2000). Merokok dapat berdampak negatif terhadap kesehatan maupun berdampak pada ekonomi dan sosial perokok atau keluarga perokok itu sendiri. Lebih lanjut dampak negatif penggunaan tembakau pada kesehatan di antaranya adalah kanker paru yang merupakan penyebab kematian. Rokok juga dapat menyebabkan serangan jantung, impotensi, penyakit darah, enfisema, *stroke*, dan gangguan kehamilan dan janin yang sebenarnya dapat dicegah. Secara sosial rokok dapat menambah beban pengeluaran keluarga yang tidak ada gunanya (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2013).

Kebiasaan merokok terjadi akibat pengaruh lingkungan sosial. *Modelling* (meniru perilaku orang lain) menjadi salah satu determinan dalam memulai perilaku merokok. Merokok bukan hanya identik dengan pria dewasa, tapi juga pada remaja laki-laki. Perilaku merokok banyak dilakukan pada masa remaja. Masa remaja adalah masa peralihan dari usia kanak-kanak ke usia dewasa. Terdapat berbagai pendapat tentang pembatasan usia remaja, rata-rata dimulai dari usia 12 tahun sampai akhir usia belasan. Periode remaja merupakan periode yang penting karena pada masa ini terjadi perkembangan fisik dan psikologis yang pesat (Hurlock, 2005). Papalia (2008), mengatakan bahwa remaja mengalami krisis aspek psikososial pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya. Masa remaja sering dilukiskan sebagai masa *storm* dan *stress* karena ketidaksesuaian antara perkembangan fisik yang sudah matang dan belum diimbangi oleh perkembangan psikososial.

Remaja sering berusaha memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Remaja sering bertingkah laku yang membuat mereka merasa seperti orang dewasa, yaitu, merokok, minum-minuman keras dan menggunakan obat-obatan (Hurlock, 2005). Usia pertama kali merokok pada umumnya berkisar antara 11-13 tahun dan pada umumnya individu pada usia tersebut merokok sebelum usia 18 tahun. Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok, dan sering mengakibatkan mereka mengalami ketergantungan nikotin (Komalasari & Avin, 2000).

Sebagian besar para remaja melakukan aktivitas merokok dikarenakan mereka ingin terkesan dewasa, gagah, atau *macho*. Kesulitan mencari alternatif pemecahan masalah dengan baik menjadi kendala yang sering dihadapi remaja. Kompensasi dari ketidakmampuan menyelesaikan masalah tersebut dialihkan dengan melakukan aktivitas yang mereka anggap dapat mengurangi ketegangan yang terjadi. Merokok menjadi pilihan karena efek relaksasi yang mereka dapatkan dari rokok, yang pada akhirnya berdampak pada kepuasan psikologis remaja (Muchtar, 2005).

Merokok bagi remaja mempunyai kaitan yang erat dengan aspek psikologis terutama aspek positif, yaitu sejumlah 92,6%, sedangkan efek negatif hanya sebesar 7,5% (pusing, ngantuk, dan pahit). Perilaku merokok ini berkaitan erat dengan kondisi emosi. Kondisi yang paling banyak sebagai penyebab perilaku merokok, yaitu ketika subjek dalam tekanan atau stres, yaitu 40,9% (Komalasari & Avin, 2000). Individu yang merokok banyak beranggapan bahwa rokok dapat membantunya merasa lega dan santai saat stres, padahal yang dirasakan itu merupakan bentuk ketergantungan terhadap nikotin.

Stres merupakan bagian yang tidak terhindar dari kehidupan. Stres dapat mempengaruhi setiap orang, termasuk remaja. Sumber stres pada remaja laki-laki dan perempuan pada umumnya sama, namun dampak beban ini berbeda pada remaja perempuan dan laki-laki (Baldwin & Chambliss, 1997). Remaja perempuan lebih peka terhadap lingkungannya. Beberapa faktor yang menyebabkan stress pada remaja. Menurut Slemon (Baldwin & Chambliss, 1997) dalam menghadapi pelajaran yang berat di sekolah menyebabkan stress pada

remaja terutama remaja sekolah, karena pada saat ini remaja pada umumnya mengalami tekanan untuk mendapat nilai yang lebih baik dan bisa masuk ke universitas favorit. Remaja SMA yang akan menghadapi UAN dan UMPTN sering mengalami ketegangan dan stress, mereka takut tidak lulus di universitas yang mereka inginkan (Toepra dalam Ratih, 2012).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Walker (2002) pada 60 orang remaja menghasilkan bahwa penyebab utama ketegangan dan masalah yang ada pada remaja berasal dari hubungan dengan teman dan keluarga, tekanan dan harapan dari diri mereka sendiri dan orang lain, tekanan di sekolah oleh guru dan pekerjaan rumah, tekanan ekonomi dan tragedi yang ada dalam kehidupan mereka, misalnya kematian, perceraian dan penyakit yang dideritanya atau anggota keluarganya. Menurut Baldwin & Chambliss (1997) sumber stress pada remaja laki-laki dan perempuan pada umumnya sama, hanya saja remaja perempuan sering merasa cemas ketika sedang menghadapi masalah, sedangkan pada remaja laki-laki ketika sedang menghadapi masalah cenderung lebih berperilaku agresif. Seseorang yang berada dalam kondisi stress mempunyai kemungkinan lebih besar untuk menjadi perokok, bahkan akan mengalami kesulitan untuk berhenti merokok (Brandon, 2000).

Sebagian remaja mampu mengatasi transisi ini dengan baik, namun beberapa remaja bisa jadi mengalami penurunan pada kondisi psikis, fisiologis, dan sosial. Jika remaja tidak mampu mengatasi perubahan-perubahan tersebut dengan baik dan ketidaksesuaian antara perkembangan psikis dan sosial menyebabkan remaja berada dalam kondisi di bawah tekanan atau stres dan terjadi permasalahan

lainnya sehingga berakibat pada perilaku-perilaku negatif. Beberapa permasalahan remaja yang muncul biasanya banyak berhubungan dengan karakteristik yang ada pada diri remaja. Perilaku berisiko yang paling sering dilakukan oleh remaja adalah penggunaan rokok, alkohol, dan narkoba (Rey, 2002).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 12 Januari 2017 yang penulis lakukan pada remaja di Kecamatan Gamping, Sleman, Yogyakarta yang menyatakan bahwa mereka (remaja laki-laki), sering merokok karena untuk untuk menghilangkan stress yang timbul dari persoalan yang mereka alami, mulai dari masalah pribadi atau percintaan, hubungan dengan keluarga, sekolah, dan lingkungan teman sebaya.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat dilihat bahwa salah satu kondisi yang menyebabkan timbulnya perilaku merokok adalah stres. Stres tidak hanya mempengaruhi individu untuk memulai mengkonsumsi rokok, namun juga bagi individu yang sudah menjadi perokok. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul **“Stres dan Perilaku Merokok Remaja di Kecamatan Gamping, Sleman, Yogyakarta”**

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres dengan perilaku merokok pada remaja di Kecamatan Gamping, Sleman, Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dapat dibedakan menjadi dua bagian, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan manfaat pada kemajuan dan memperkaya khazanah ilmu psikologi, khususnya di bidang psikologi kesehatan masyarakat.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini secara praktis diharapkan dapat menyumbangkan pemikiran terhadap pencarian pemecahan masalah mengenai dampak stres terhadap perilaku merokok yang sudah menjadi masalah besar di Yogyakarta. Selanjutnya hasil penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi penyusunan program pemecahan masalah terkait perilaku merokok.

D. Keaslian Penelitian

Topik penelitian ini bukan merupakan topik baru, namun sudah banyak topik penelitian yang serupa. Beberapa penelitian yang sebelumnya yang meneliti topik ini antara lain: penelitian yang dilakukan oleh Komalasari dan Avin (2000) yang berjudul “Faktor-faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja” yang menggunakan variabel bebas sikap permisif orang tua, lingkungan teman sebaya, dan kepuasan psikologis serta variabel tergantung perilaku merokok. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 75 lelaki, berumur 15-18 tahun, dan perokok. Penelitian ini menggunakan beberapa alat ukur antara lain Skala A

untuk mengukur sikap permisif orang tua terhadap perilaku merokok remaja, Skala B untuk mengukur lingkungan teman sebaya, dan Skala C untuk mengukur kepuasan psikologis, dan Skala Perilaku Merokok yang disusun oleh Aritonang (1997).

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Wulandari (2011) berjudul “Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perilaku Merokok pada Remaja di SMK Muhammadiyah 2 Sleman Yogyakarta”. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku merokok pada remaja di SMK Muhammadiyah 2 Sleman Yogyakarta. *Subjek dalam penelitian ini* siswa SMK Muhammadiyah 2 Sleman dengan jumlah sampel 36 siswa. Metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan alat ukur skala pola asuh orang tua dan skala perilaku merokok.

Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh Trisnolerah, dkk., (2016) mengenai perilaku merokok berjudul “Hubungan antara Tingkat Stres dan Pola Asuh Orang Tua dengan Kebiasaan Merokok pada Siswa Kelas X dan XI di SMK Negeri 2 Manado”. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan pola asuh orang tua dengan perilaku merokok pada siswa laki-laki SMK N 2 Manado. sebanyak 106 siswa kelas X dan XI di SMK Negeri 2 Manado. Jenis penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala tingkat stress, skala pola asuh orangtua dan skala perilaku merokok.

1. Keaslian Topik

Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah stres, sedangkan variabel tergantung penelitian ini adalah perilaku merokok. Penelitian yang akan dilakukan peneliti ini memiliki kesamaan topik dari penelitian yang telah dilakukan oleh Komalasari dan Avin (2000) yang berjudul “Faktor-faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja” yang menggunakan variabel bebas sikap permisif orang tua, lingkungan teman sebaya, dan kepuasan psikologis serta variabel tergantung perilaku merokok. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. Subyek penelitian ini adalah 75 orang laki-laki, berusia 15-18 tahun, dan perokok. Penelitian ini dilakukan terhadap skala sikap permisif orang tua terhadap perilaku merokok, skala pengaruh teman sebaya, skala kepuasan psikologis, dan skala perilaku merokok. Alat analisis menggunakan analisis regresi. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa nilai $F = 22,468$ ($p < 0,05$). Hal ini berarti sikap permisif orang tua berpengaruh signifikan terhadap perilaku merokok dan pengaruh teman sebaya juga berpengaruh signifikan terhadap perilaku merokok pada remaja. Dapat disimpulkan bahwa sikap permisif orang tua dan pengaruh teman sebaya merupakan prediktor perilaku merokok dengan kontribusi efektif sebesar 38,4%.

Penelitian lain oleh Trisnolerah, dkk., (2016) mengenai perilaku merokok berjudul “Hubungan antara Tingkat Stres dan Pola Asuh Orang Tua dengan Kebiasaan Merokok pada Siswa Kelas X dan XI di SMK Negeri 2 Manado”

yang menggunakan variabel bebas tingkat stres dan pola asuh orang tua serta variabel tergantung kebiasaan merokok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan pola asuh orang tua dengan perilaku merokok pada siswa laki-laki SMK N 2 Manado. Jenis penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Pengambilan sampel dilakukan memakai rumus Taroyamane dengan menggunakan pengambilan sampel secara *proposional to size*. Jumlah sampel sebanyak 106 siswa. Analisis statistik yang digunakan adalah analisis *Chi Square*. Hasil penelitian ini disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan kebiasaan merokok ($p=0,004$), dan ada hubungan antara pola asuh dengan kebiasaan merokok ($p=0,00$).

Penelitian lain oleh Wulandari (2011) berjudul “Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perilaku Merokok pada Remaja di SMK Muhammadiyah 2 Sleman Yogyakarta” yang menggunakan variabel bebas pola asuh orang tua serta variabel tergantung perilaku merokok. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku merokok pada remaja di SMK Muhammadiyah 2 Sleman Yogyakarta. Metode penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non eksperimental dengan menggunakan desain penelitian deskriptif korelatif dan rancangan *cross sectional*. Responden adalah siswa SMK Muhammadiyah 2 Sleman dengan jumlah sampel 36 yang diambil menggunakan *purposive sampling*. Analisis statistik yang digunakan adalah analisis *Chi Square*. Hasil analisis bahwa pola asuh orangtua mayoritas dalam kategori demokratis (80,6%). Perilaku merokok

remaja paling banyak dalam kategori ringan (72,2%). Hasil perhitungan diperoleh nilai *Chi Square* antara pola asuh orangtua dengan perilaku merokok remaja sebesar 3,492 dan nilai signifikan (*p*) yang diperoleh adalah 0,479. Kesimpulan: Tidak ada hubungan antara pola asuh orangtua dengan perilaku merokok pada remaja di SMK Muhammadiyah 2 Sleman.

2. Keaslian Teori

Teori yang digunakan pada variabel tergantung perilaku merokok dalam penelitian ini mengacu pada teori dan aspek-aspek dari Aritonang (1997). Sedangkan variabel bebas stres dalam penelitian ini mengacu pada teori dan aspek-aspek dari Sarafino (1994). Sedangkan penelitian sebelumnya yaitu Komalasari dan Avin (2000) menggunakan teori dan aspek-aspek perilaku merokok dari Leventhal & Clearly (Cahyani, 1995), serta sikap permisif orang tua, lingkungan teman sebaya, dan kepuasan psikologis menggunakan teori dan aspek-aspek masing-masing dari Berry *et al.*, (1992), Aritonang (1997), dan Aritonang (1997). Penelitian sebelumnya yaitu Trisnolerah, dkk., (2016) menggunakan teori dan aspek-aspek kebiasaan merokok dari Komalasari (2000), serta tingkat stres dan pola asuh orang tua menggunakan teori dan aspek-aspek masing-masing dari Baldwin & Chambliss (1997) dan Riyanto (2002). Penelitian sebelumnya yaitu Wulandari (2011) menggunakan teori dan aspek-aspek perilaku merokok dari Gee *et al.*, (2005), serta pola asuh orang tua menggunakan teori dan aspek-aspek dari Hawari (2007).

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini berasal dari aspek-aspek teori mengenai perilaku merokok yang dikemukakan oleh Aritonang (1997), yaitu; aktivitas merokok dalam kehidupan sehari-hari, intensitas merokok, tempat merokok, dan waktu merokok. Sedangkan untuk pengukuran variabel bebas, yaitu stres yang disusun berdasarkan aspek-aspek stres menurut Sarafino (1994), yaitu; kognisi, emosi, dan perilaku sosial.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah remaja usia 12-24 tahun di Kecamatan Gamping, Sleman, Yogyakarta, sedangkan pada penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Komalasari dan Avin (2000) yang menjadi subjek penelitian adalah remaja perokok yang berusia 15-18 tahun yang tinggal di Kampung Sosrowijayan Wetan, siswa SMU Kolombo, dan siswa SMU 9 Yogyakarta. Kemudian penelitian Trisnolerah, dkk., (2016) subjeknya adalah siswa laki-laki SMK N 2 Manado dan penelitian Wulandari (2011) subjeknya adalah remaja di SMK Muhammadiyah 2 Sleman Yogyakarta.