

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sebagai akibat dari perkembangan dunia pada masa ini, masalah yang dihadapi masyarakat semakin beragam. Diantaranya adalah masalah lingkungan sosial dan tuntutan lingkungan. Seiring dengan harapan untuk meningkatkan pencapaian diri dan adanya ketidaksanggupan pribadi untuk memenuhi tuntutan tersebut dapat menimbulkan stres dalam diri seseorang. Seseorang mulai merasakan hal yang demikian terutama pada saat menginjak masa remaja yaitu usia 15-19 tahun (Pathmanathan V dan Surya H, 2013).

Remaja adalah perkembangan periode diantara rentang waktu dimana saat ia dianggap masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja juga ditandai dengan perubahan fisik dan perkembangan seksual yang terjadi secara cepat juga disertai bertambahnya tuntutan masyarakat. Disamping itu, masa remaja adalah masa yang rawan oleh pengaruh-pengaruh negatif seperti merokok, narkoba, kriminal dan kejahatan seks (Alamsyah RM, 2009).

Dalam rangkaian proses perkembangan individu, remaja tidak mempunyai tempat yang jelas, tidak termasuk golongan anak, tapi tidak pula termasuk golongan orang dewasa. Selanjutnya dikatakan remaja masih belum mampu untuk menguasai perubahan fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya. Masa remaja merupakan suatu masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan baru, sedangkan emosi remaja masih dalam keadaan tidak stabil atau masih bergejolak (Dwiyana PC dan Wulan R, 2008).

Remaja pada usia 15-19 tahun mengalami banyak perubahan secara kognitif, emosional dan sosial. Mereka berpikir lebih kompleks, secara emosional lebih sensitif dan lebih sering menghabiskan waktu bersama dengan teman-temannya. Hubungan antara remaja dengan teman sebayanya adalah hal yang utama dalam perkembangan remaja, para remaja berharap bisa mandiri, tidak dihubungkan lagi dengan orangtua. Remaja lebih membutuhkan dukungan dari teman-temannya dibandingkan dengan orang tua dalam kehidupannya sehari-hari (Nasution IK, 2007).

Sebagian remaja mampu melewati perubahan 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 atau adanya 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. Masa remaja juga dikatakan sebagai masa storm and stres, oleh karena itu masa remaja merupakan masa yang mempunyai kepekaan tinggi. Beberapa permasalahan remaja yang paling sering adalah penggunaan rokok, alkohol dan narkoba (Sari NI, 2011).

Dilihat dari sisi prestasi di sekolah remaja perempuan lebih baik dibanding remaja laki-laki. Remaja perempuan lebih peka terhadap lingkungannya. Nilai mereka di sekolah lebih baik, mereka juga lebih menonjol. Tuntutan dan motivasi mereka lebih tinggi. Akibatnya, remaja perempuan menderita beban psikis seperti cemas, tidak senang, sakit punggung dan sakit kepala. Sedangkan remaja laki-laki yang mengalami stres akan lebih sering merokok dan minum alkohol, sehingga

dapat dikatakan bahwa stres merupakan salah satu keadaan yang menyebabkan remaja merokok (Sari NI, 2011)

Stres (Hans Seyle, 1950) adalah sebagai respon yang tidak spesifik dari tubuh pada tiap tuntutan yang dikenakan padanya. Ada juga yang menyatakan bahwa stres (Korchin, 1998) adalah keadaan yang akan muncul apabila tuntutan-tuntutan yang luar biasa atau terlalu banyak mengancam kesejahteraan atau integritas seseorang (Mumtahinnah N, 2008).

Stres dianggap sebagai respon tubuh, misalnya bagaimana respon tubuh seseorang manakala yang bersangkutan mengalami beban pekerjaan yang berlebihan. Bila ia sanggup mengatasinya artinya tidak ada gangguan pada fungsi organ tubuh, maka dikatakan yang bersangkutan tidak mengalami stres. Tetapi sebaliknya bila ternyata ia mengalami gangguan pada satu atau lebih organ tubuh sehingga yang bersangkutan tidak lagi dapat menjalankan fungsi pekerjaannya dengan baik, maka ia disebut mengalami *distress* (Hawari D, 2008).

Masyarakat umum pada kenyataannya mengartikan stres sebagai suatu rasa cemas. Jika ada sesuatu yang dapat membuat seseorang merasa cemas, maka itu adalah stres. Stres bagi tubuh bersinonim dengan suatu perubahan, apapun yang dapat menyebabkan perubahan di dalam kehidupan akan menimbulkan stres (Ariani FL, 2002).

Akibat stres, seseorang yang sedang menghadapinya akan mengalami kondisi mental emosional yang tidak menyenangkan/keadaan disforik. Untuk mengatasi kondisi tersebut, ia cenderung melakukan respon perilaku *fight or flight* yaitu bertempur mengatasi stres atau lari dari stres (Nurdin AE, 2011).

Salah satu respon perilaku *flight* yaitu dengan cara merokok. Dari penelitian menunjukkan membakar sebatang rokok justru menimbulkan efek sebaliknya, yakni meningkatkan kadar stres pada jangka panjang. Namun mereka yang sudah ketagihan, stres tersebut hanya bisa dihilangkan dengan merokok lagi (Anna LK, 2010).

Perilaku merokok merupakan perilaku yang merugikan, tidak hanya bagi individu yang merokok tetapi juga bagi orang-orang disekitar 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, detak jantung bertambah cepat bahkan dapat menstimulasi kanker dan berbagai penyakit yang lain seperti penyempitan pembuluh darah, tekanan darah tinggi, jantung, paru-paru, dan bronkitis kronis. 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 dan Helmi, 2002).

Kepuasan psikologis memberi sumbangan yang lebih tinggi dari pada sumbangan sikap permisif orang tua dan lingkungan teman sebaya. Hal ini memberikan gambaran bahwa perilaku merokok bagi subjek dianggap memberikan kenikmatan dan menyenangkan. Merokok bagi remaja mempunyai kaitan yang erat dengan aspek psikologis terutama aspek positif yaitu sebesar 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 perilaku merokok yaitu ketika subjek dalam tekanan atau stres yaitu sebesar 40,9%. Individu yang merokok banyak beranggapan bahwa rokok dapat membantunya merasa lega dan santai saat stres, padahal yang dirasakan itu merupakan bentuk ketergantungan terhadap nikotin (Komalasari dan Helmi, 2002).

Dari data *World Health Organization (WHO)* Indonesia menduduki posisi peringkat ke-3 dengan jumlah perokok terbesar di dunia (4,8%) setelah Cina (30%) dan India (11,2%) pada tahun 2008, serta menduduki posisi peringkat ke-4 dengan jumlah perokok terbesar di dunia setelah Cina, Rusia, dan Amerika pada tahun 2012 (Tobacco Control Support Center, 2012). Studi epidemiologi terbaru pun menyatakan bahwa di Indonesia terdapat prevalensi perokok laki-laki jauh lebih tinggi dari pada perokok wanita. Presentase perokok laki-laki yang merokok setiap hari adalah 73% dari jumlah penduduk laki-laki sedangkan perokok wanita yaitu 3,8% dari jumlah penduduk wanita (WHO, 2013).

Provinsi Sumatera Barat menempati urutan ketujuh dari sepuluh provinsi dengan jumlah perokok terbesar di Indonesia. Persentase penduduk yang merokok mencapai 38,4%. Persentase ini dihitung berdasarkan jumlah penduduk usia di atas 15 tahun. Sedangkan untuk persentase perokok remaja di Sumatera Barat dapat dilihat dari jumlah perokok yang berusia 11-20 tahun, yaitu mencapai 55,9 % (Riskesdas, 2010).

SMA Adabiah terletak di daerah yang strategis. Berdasarkan data murid (2015), didapatkan bahwa sebanyak 80% para muridnya berasal dari kalangan ekonomi yang cukup tinggi yang sebagian besar pekerjaan orang tuanya adalah pegawai negeri sipil. Dari hasil survei awal yang dilakukan dengan teknik

wawancara terdapat 27 dari 45 kuesioner yang mempunyai kebiasaan merokok dengan alasan untuk mengurangi stres ketika banyak tugas di sekolah. Dari keterangan-keterangan diatas, 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.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang "Hubungan Antara Stres dengan Derajat Merokok Pada Siswa SMA Adabiah Kota Padang".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang. Rumusan masalah yang di dapatkan pada penelitian ini adalah

1. Bagaimana stres siswa di SMA Adabiah kota Padang?
2. Bagaimana derajat merokok siswa di SMA Adabiah kota Padang?
3. Bagaimana hubungan antara stres dengan derajat merokok pada siswa SMA Adabiah kota Padang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres dengan derajat merokok pada siswa SMA Adabiah Kota Padang

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui stres siswa SMA Adabiah kota Padang.
2. Mengetahui derajat merokok siswa SMA Adabiah kota Padang.

3. Mengetahui hubungan antara stres dengan derajat merokok pada siswa laki-laki SMA Adabiah kota Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi Instansi Kesehatan

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada dinas kesehatan provinsi Sumatera Barat dalam membuat kebijakan mengenai perilaku merokok pada siswa SMA.
2. Sebagai bahan dalam promosi kesehatan kepada masyarakat tentang pencegahan perilaku merokok pada siswa SMA.

1.4.2 Manfaat bagi Perkembangan Ilmu pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap ilmu pengetahuan sebagai data untuk mengetahui hubungan stres dengan derajat merokok pada siswa SMA.

1.4.3 Manfaat bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kebiasaan merokok pada siswa di SMA tersebut dan para guru hendaknya dapat mengajarkan anak muridnya untuk manajemen stres yang baik.

1.4.4 Manfaat bagi Akademik

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pustaka dalam rangka menambah informasi tentang ilmu kesehatan masyarakat khususnya mengenai perilaku merokok dan menjadi data dasar bagi ilmuwan lain untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan bidang ini.

1.4.5 Manfaat bagi Peneliti

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan peneliti bahwa merokok mempengaruhi kehidupan manusia.
2. Sebagai bahan dalam melakukan promosi kesehatan kepada masyarakat untuk mencegah terjadinya perilaku merokok.
3. Sebagai bahan pembelajaran dalam melakukan penelitian ilmiah dan semoga penelitian ini bermanfaat bagi penelitian selanjutnya.

