

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Merokok telah berkembang menjadi suatu masalah global yang serius dan berdampak pada individu dan masyarakat secara keseluruhan. Merokok dapat menyebabkan penyakit jantung, stroke, kanker paru-paru, dan penyakit pernapasan kronis. Merokok juga menjadi penyebab utama risiko kematian yang dapat dicegah. Selain itu, merokok juga merupakan faktor risiko utama yang berkontribusi secara signifikan terhadap angka kematian di berbagai tingkat status ekonomi masyarakat.¹

Menurut Global Adult Tobacco Survey (GATS) pada tahun 2021, sekitar 70,2 juta penduduk Indonesia (34,5% orang dewasa) menggunakan tembakau. Data terbaru dari Southeast Asia Control Alliance (SEATCA) tahun 2024 menunjukkan bahwa Indonesia adalah negara ASEAN dengan penjualan rokok tertinggi pada tahun 2022, dengan penjualan 242,7 miliar batang rokok.² Data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) mengungkapkan bahwa prevalensi merokok pada kelompok usia muda tertinggi ditemukan pada usia 20-24 tahun dengan persentase sekitar 18,5%.³ Data dari sebuah penelitian menunjukkan pada skala regional Sumatra, 24,5% remaja Sumatra menggunakan produk tembakau dan 18,4% merokok pada tahun 2023.⁴

Perilaku merokok mahasiswa, terutama pada mahasiswa fakultas kedokteran, menjadi perhatian yang signifikan. Merokok tidak hanya membahayakan kesehatan seseorang, tetapi juga membahayakan lingkungan sosial dan akademis para mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Propesma pada tahun 2024 menjelaskan bahwa dari 728 mahasiswa yang diteliti, sebanyak 33 mahasiswa kedokteran Universitas Andalas merokok dengan persentase sebesar 31,4%.⁵ Penelitian juga dilakukan di Universitas Baiturrahmah menunjukkan bahwa 67,5% mahasiswa kedokteran adalah perokok ringan.⁶ Penelitian yang dilakukan di Universitas Tarumanegara menunjukkan bahwa 20,9% mahasiswa kedokteran merokok. Data menunjukkan bahwa merokok sangat umum di kalangan mahasiswa kedokteran.

Dampak negatif merokok dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan individu mahasiswa untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik. Penelitian menemukan bahwa mahasiswa yang merokok cenderung memiliki aktivitas fisik yang rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak merokok. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan merokok mahasiswa dan tingkat aktivitas fisik mahasiswa.⁷

Berkurangnya aktivitas fisik dapat dikaitkan dengan berbagai masalah kesehatan, seperti gangguan kesehatan jasmani, obesitas, dan merokok. Penelitian yang dilaksanakan di Universitas Sebelas Maret menemukan bahwa mayoritas mahasiswa kedokteran beraktivitas sedang, tetapi banyak juga yang tidak beraktivitas. Sekitar 9,7% mahasiswa yang beraktivitas tinggi dan 66,7% mahasiswa beraktivitas rendah.⁸ Penelitian yang dilaksanakan di Universitas Mataram menunjukkan bahwa 21,4% mahasiswa kedokteran memiliki tingkat aktivitas fisik rendah dan 71,2% mahasiswa kedokteran melakukan kegiatan berjalan selama kurang dari 30 menit. Hal ini berpengaruh pada jadwal akademik mahasiswa kedokteran yang padat seperti menghabiskan waktunya untuk belajar berjam-jam sehingga memiliki waktu yang singkat untuk melakukan aktivitas lainnya karena waktu luang yang tersisa hanya sedikit.⁹ Studi yang dilakukan di Universitas Tarumanegara menunjukkan bahwa mahasiswa yang tidak banyak berolahraga cenderung memiliki indeks masa tubuh (IMT) yang tidak ideal dan banyak mahasiswa yang berada di kategori obesitas. Pola makan yang berkurang dan kurangnya aktivitas fisik serta kebiasaan merokok dapat memperburuk kesehatan. Dampak merokok memberikan pengaruh terhadap daya tahan tubuh yang lebih rendah serta kinerja fisik yang lebih buruk dari biasanya.^{10,11}

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan Status Merokok dengan aktivitas fisik rendah pada mahasiswa kedokteran Universitas Andalas angkatan 2022-2025 karena adanya prevalensi mahasiswa kedokteran yang merokok. Selain itu, belum ada dilakukan penelitian tentang hubungan tingkat aktivitas fisik pada mahasiswa kedokteran di Universitas Andalas angkatan 2022-2025. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan status merokok dengan tingkat aktivitas fisik pada mahasiswa kedokteran Universitas Andalas. Dengan demikian, tindakan untuk pencegahan kebiasaan

merokok dan meningkatkan program kebugaran jasmani dapat tercapai dengan tepat dan efisien.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan pada latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka didapatkan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah hubungan status merokok dengan tingkat aktivitas fisik pada mahasiswa kedokteran Universitas Andalas angkatan 2022-2025.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui hubungan status merokok dengan tingkat aktivitas fisik pada mahasiswa kedokteran Universitas Andalas angkatan 2022-2025.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik (usia, perilaku merokok, jenis rokok, IMT) mahasiswa kedokteran Universitas Andalas angkatan 2022-2025.
- b. Mengetahui distribusi dan frekuensi status merokok mahasiswa kedokteran Universitas Andalas angkatan 2022-2025.
- c. Mengetahui distribusi dan frekuensi tingkat aktivitas fisik mahasiswa kedokteran Universitas Andalas angkatan 2022-2025.
- d. Mengetahui hubungan status merokok dengan tingkat aktivitas fisik mahasiswa kedokteran Universitas Andalas angkatan 2022-2025.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat terhadap Peneliti

Penelitian ini dapat membantu peneliti untuk memaparkan prevalensi aktivitas fisik dan kebiasaan merokok di kalangan mahasiswa yang berpotensi tinggi untuk terpengaruh gaya hidup tidak sehat.

1.4.2 Manfaat terhadap Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan mahasiswa akan pentingnya mengurangi kebiasaan merokok dan meningkatkan aktivitas fisik.

1.4.3 Manfaat terhadap Institusi

Dengan adanya penelitian ini, institusi dapat meningkatkan kebijakan tentang merokok dan merancang program pencegahan merokok serta meningkatkan program kesehatan dan kebugaran di kawasan kampus yang lebih efisien dan dapat diterima oleh seluruh mahasiswa.

