

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

WHO (*World Health Organization, 2022*) menyatakan bahwa ada 1,2 miliar remaja di seluruh dunia, yang merupakan 18% dari total penduduk dunia. Namun, berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas), jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2018 mencapai 265 juta jiwa, terdiri dari 133,17 juta jiwa remaja berusia 8 hingga 23 tahun, dengan rata-rata 27,94% (Badan Pusat Statistik, 2020). Menurut Kemenkes RI (2018), terdapat 22.878 remaja di Indonesia yang berusia 10-14 tahun dan 22.242 remaja yang berusia 15-19 tahun.

Berdasarkan data dari Analisis Tematik Kependudukan Provinsi Jawa Barat yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada 29 September 2023, diketahui bahwa 32% dari total penduduk Jawa Barat merupakan anak-anak dan remaja berusia 0-19 tahun. Dari total populasi 49,40 juta pada tahun 2022, terdapat 15,81 juta orang yang tergolong dalam kategori anak dan remaja. Dengan ini, jumlah penduduk laki-laki mendominasi dengan total 8,12 juta jiwa, yang setara dengan 51,34%, sementara jumlah penduduk perempuan mencapai 7,69 juta jiwa atau 48,66%.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022), remaja adalah individu yang berada dalam rentang usia 12 hingga sebelum mencapai 21 tahun. Remaja adalah individu yang akan menjadi anggota masyarakat yang produktif di masa depan dan memegang peranan penting dalam pembangunan. Masa remaja, individu memulai fase penting dalam pencarian jati diri, memupuk kemandirian sambil dipengaruhi oleh berbagai lingkungan seperti sekolah, interaksi teman sebaya, dan dinamika keluarga. Berinteraksi dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah dapat meningkatkan kemungkinan remaja untuk memulai kebiasaan merokok (Istiqomah, N. A, 2022).

Merokok dapat dilakukan oleh individu untuk mengurangi stres dan bukan untuk menyelesaikan masalah yang menyebabkan stres tersebut, tetapi untuk fokus dalam menyelesaikan masalah dan mencari sumbernya (Putri, 2019). Merokok merupakan salah satu kondisi berbahaya yang hingga kini sulit untuk diatasi. Pemerintah, inspektur kesehatan, serta lembaga kesehatan dan kemanusiaan telah melakukan berbagai upaya untuk menekan jumlah perokok aktif di masyarakat, hingga saat ini jumlah perokok pada usia remaja justru semakin bertambah. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Elon dan Evelin, 2019), usia perokok pertama terus melonjak, bahkan sejak sekolah dasar dan menengah. Rokok mengandung zat psikoaktif yang disebut nikotin, yang dapat menimbulkan efek positif jangka pendek pada otak yang dapat menyebabkan kematian.

Penelitian yang dilakukan oleh *Institute for Combating Smoking Problems* di Indonesia, anak-anak biasanya merokok sejak usia 9 tahun. Selain itu, data dari *World Health Organization* menjelaskan bahwa sebanyak 30% perokok di dunia mayoritas berusia di bawah 18 tahun. Nainggolan et al, (2020) mengungkapkan bahwa WHO mengartikan remaja berusia antara 10 hingga 19 tahun, sedangkan Menteri Kesehatan Republik Indonesia mendefinisikannya berusia antara 10 hingga 18 tahun dalam Peraturan Nomor 25 Tahun 2014, dan BKKBN mendefinisikannya mereka berusia antara 10 hingga 24 tahun (Diandana, 2019).

World Health Organization (2020), memperkirakan 225.700 orang meninggal setiap tahun di Indonesia akibat merokok dan penyakit terkait tembakau lainnya. Survei Tembakau Remaja *Global Adult Tobacco Survey* (2019) melaporkan bahwa 40,6% siswa Indonesia berusia 13 hingga 15 tahun, 2 dari 3 anak laki-laki dan 1 dari 5 anak perempuan, telah menggunakan produk tembakau. Tembakau merupakan penyebab kematian dan kecacatan kedua di Indonesia dan empat penyebab kematian teratas, termasuk stroke, penyakit jantung, dan diabetes. Efek berbahaya dari merokok mengurangi kualitas sperma pria, yang dapat menyebabkan infertilitas (Azzimaturrahma, 2021).

Saat ini, merokok merupakan fenomena yang sudah umum ditemukan di semua lapisan masyarakat. Masalah merokok belum dapat diatasi. Meskipun semua orang menyadari banyaknya dampak buruk dari merokok, jumlah perokok tidak berkurang, tetapi justru bertambah. Di negara-negara maju di dunia, terdapat 800 juta perokok. Indonesia menempati peringkat ketiga sebagai negara dengan tingkat perokok tertinggi di dunia. Meningkatnya angka perokok turut menyebabkan meningkatnya penyakit dan gangguan kesehatan yang berkaitan dengan rokok. Selain survei kesehatan, *Global Adult Tobacco Survey (GATS)* juga mengkaji data dari Survei Konsumen Tembakau Indonesia (Riskesdas) memaparkan bahwa pada tahun 2013, rata-rata angka perokok di Indonesia sebesar 29,3% dan sekitar 80% perokok mulai mengonsumsi rokok sebelum usia 19 tahun (Sari, Afandi & Fauzi, 2020).

WHO (2015) melaporkan Di Indonesia, 67,4% orang dewasa saat ini adalah perokok, dengan 4,5% wanita juga berpartisipasi dalam kebiasaan ini. Data perkiraan menunjukkan bahwa sekitar 41% pria dan 3,5% wanita berusia 13 hingga 15 tahun adalah perokok aktif pada saat ini. Selain itu, lebih dari 30% pemuda Indonesia telah bereksperimen dengan merokok. Pada tahun 2023, terungkap bahwa 7,3% penduduk di Jawa Barat berusia 10 tahun ke atas menikmati produk tembakau, dengan konsumsi rata-rata 15,6 batang rokok per hari (setara dengan 1 bungkus per hari) (Ramadan & Sunarti, 2020).

Merokok pada remaja sangat berkaitan dengan karakteristik psikologis terutama karakteristik positif yaitu sebesar 92,6%, tetapi efek negatifnya hanya sebesar 7,5% (lesu, mengantuk dan mudah marah). Aktivitas merokok ini saling berkaitan dengan kondisi emosional. Keadaan dimana perilaku merokok paling banyak terjadi pada saat subjek sedang tertekan atau stres yaitu sebesar 40,9% (Komalasari & Helmi, 2019).

Selama masa remaja, individu berada dalam tahap perkembangan yang penuh dengan pencarian jati diri dan tekanan teman sebaya. Pada rentang usia ini, sering

kali menjadi masa dimana remaja mulai menjajaki kebiasaan-kebiasaan baru, termasuk merokok. Rasa ingin tahu yang tinggi dan keinginan untuk diterima dalam kelompok sosial membuat remaja lebih rentan terhadap pengaruh lingkungan sekitar, termasuk tekanan teman sebaya untuk mencoba merokok (Rochka, 2019). Selain itu, pada usia ini, remaja mungkin belum sepenuhnya memahami risiko kesehatan yang terkait dengan merokok, sehingga mereka lebih cenderung dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu mengalami stres (Hastuti, dkk., 2021).

Stres tidak dapat dihindari dalam kehidupan yang dapat menyerang semua umur mulai dari orang tua hingga muda. Meskipun stres sama saja pada laki-laki dan perempuan, namun dampak yang ditimbulkan berbeda. Secara umum kondisi tubuh orang yang sedang stres sering mengalami sakit kepala, mudah lelah, mulut kering, sesak nafas, sulit tidur nyenyak, sering berkeringat, mudah marah, mudah cemas, suasana hati berubah-ubah, dan sering merasa tersinggung (Liem, 2019).

Menurut laporan *World Health Organization* (2020), prevalensi stres sudah mencapai tingkat yang tinggi, dengan jumlah penderita stres mencapai kurang lebih 350 juta orang, sehingga stres menjadi masalah kesehatan nomor empat di dunia. Hasil survei menurut *Health and Safety Executive* di Inggris yang melibatkan 487.000 orang menunjukkan bahwa masalah tersebut lebih banyak terjadi pada wanita (54,62%) dibandingkan pria (45,38%). *United States Department of Health and Human Services* (USDHHS) menemukan bahwa 1 dari 5 anak usia 9 hingga 17 tahun mengalami stres. Sekitar 30% remaja mengatakan bahwa stres mereka meningkat pada tahun lalu, dan 34% menganggap stres mereka akan meningkat pada tahun berikutnya (Susanti & Rusdani, 2022).

Berdasarkan penelitian Suwarni, Firdaus dan Yudhianto (2024) yang berjudul Hubungan Tingkat Stres Dengan Kecenderungan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-laki bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kecenderungan perilaku merokok, yang ditunjukkan oleh p-value sebesar 0,000. Berdasarkan hasil output uji Spearman, nilai signifikansi (sig 2-tailed) antara

variabel tingkat stres dan kecenderungan perilaku merokok adalah 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini menegaskan adanya pengaruh yang signifikan antara kedua variabel tersebut.

Peran perawat yang bisa dilakukan untuk mengurangi tingkat stres melibatkan beberapa strategi manajemen stres pada remaja seperti mengatasi masalah secara fokus, terapi diskusi kelompok, pendekatan konseling perilaku, mengelola emosi, dan membimbing imajinasi (Mentari, Liana & Pristya, 2020). Bagi perokok yang ingin mengurangi atau berhenti, tindakan yang dapat dilakukan meliputi komitmen pribadi untuk berhenti, menggantikan keinginan merokok dengan permen, jus, buah-buahan, dan aktivitas fisik (Fery Zuliansyah, 2021)

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 5 November 2024 di RT 003/RW 001 Kranggan terdapat 15 orang remaja yang terdiri 9 orang laki-laki dan 6 orang perempuan. Mereka berusia 11-18 tahun. Dari 15 remaja tersebut 11 orang yang merokok, 4 orang diantaranya sudah merokok sejak usia kurang dari 15 tahun. Wawancara ini dilakukan hanya untuk melihat aktivitas merokok pada remaja. Hasil awal terlihat prevalensi remaja merokok sekitar 46%. Melihat tingginya prevalensi remaja dengan aktivitas merokok, peneliti merasa perlu dilakukan penelitian lebih lanjut.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Tingkat Stres Terhadap Aktivitas Merokok Pada Remaja Di RT 003/RW 001 Kranggan”.

1.2 Rumusan Masalah

Merokok merupakan aktivitas yang membahayakan kesehatan, namun masih banyak masyarakat yang melakukan kebiasaan tersebut. Merokok sangat berbahaya dari berbagai sudut pandang, baik bagi diri sendiri maupun orang di sekitar, khususnya di kalangan remaja. Selain itu, pada usia remaja mungkin belum

sepenuhnya memahami risiko kesehatan yang terkait dengan merokok, sehingga mereka lebih cenderung dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu mengalami stress.

Stres merupakan hal yang tidak dapat dihindari dalam kehidupan yang dapat menyerang semua umur mulai dari orang tua hingga muda. Stres dapat melibatkan sejumlah faktor internal, seperti kepribadian, pengalaman, pendidikan, dan lain sebagainya. Kondisi stres dikategorikan menjadi dua jenis, yaitu stres yang berdampak positif atau dikenal dengan istilah *eustress*, dan stres yang cenderung berdampak negatif terhadap kinerja atau kesejahteraan individu yang disebut dengan istilah *distress*

Peran perawat yang bisa dilakukan untuk mengurangi tingkat stres melibatkan beberapa strategi manajemen stres pada remaja seperti mengatasi masalah secara fokus, terapi diskusi kelompok, pendekatan konseling perilaku, mengelola emosi, dan membimbing imajinasi.

Berdasarkan paparan diatas, maka dapat dirumuskan pertanyaan peneliti yaitu “bagaimana hubungan tingkat stres terhadap aktivitas merokok pada remaja di RT 003/RW 001 Kranggan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stress terhadap aktivitas merokok pada remaja di RT 003/RW 001 Kranggan.

1.3.2 Tujuan Khusus

Terdapat beberapa tujuan khusus yang dibuat oleh peneliti, yaitu:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia dan jenis kelamin pada remaja di RT 003/RW 001 Kranggan.
- b. Mengidentifikasi gambaran tingkat stres pada remaja di RT 003/RW 001 Kranggan.

- c. Mengidentifikasi gambaran aktivitas merokok pada remaja di RT 003/RW 001 Kranggan.
- d. Menganalisis hubungan tingkat stress terhadap aktivitas merokok pada remaja di RT 003/RW 001 Kranggan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan data pendukung dan pembandingan dalam melakukan penelitian lanjutan terkait hubungan tingkat stres terhadap aktivitas merokok pada remaja di RT 003/RW 001 Kranggan.

1.4.2 Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi pendidik, orang tua, dan pengambilan kebijakan dalam mendukung perkembangan sosial yang optimal bagi remaja terkait hubungan tingkat stres terhadap aktivitas merokok pada remaja di RT 003/RW 001 Kranggan.

1.4.3 Bagi Responden dan Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada remaja dan masyarakat tentang risiko merokok dan menambah wawasan terhadap aktivitas merokok pada remaja di RT 003/RW 001 Kranggan.

1.4.4 Bagi Universitas MH. Thamrin

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan referensi dalam karya ilmiah untuk Universitas MH. Thamrin, khususnya tentang hubungan tingkat stres terhadap aktivitas merokok pada remaja di RT 003/RW 001 Kranggan.