

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I.1. Latar Belakang**

Berdasarkan The Tobacco Atlas 6<sup>th</sup> edition diseluruh dunia, 942 juta laki-laki dan 175 juta perempuan berusia 15 tahun atau lebih merupakan perokok di waktu ini. Hampir tiga perempat perokok harian pria tinggal pada negara dengan indeks pembangunan manusia (IPM) sedang atau tinggi. Indonesia telah membuat kemajuan dalam pengendalian tembakau dalam beberapa tahun terakhir. Namun, orang-orang terus mati, menjadi sakit, dan biaya bagi masyarakat dari penggunaan tembakau terus meningkat. Setiap tahun, lebih dari 290.400 penduduknya meninggal karena penyakit yang disebabkan oleh tembakau. Namun, lebih dari 469 ribu anak usia 10-14 tahun dan 64 juta orang berusia 15 tahun keatas terus mengkonsumsi tembakau setiap harinya (Drope & Schluger, 2018).

Prevalensi perokok pada orang dewasa di Indonesia sebesar 39,30% di tahun 2007 dan mengalami penurunan menjadi 37,90% tahun 2018. Meskipun terjadi penurunan prevalensi, namun Indonesia masih masuk dalam 10 terbesar perokok usia dewasa di seluruh dunia (World Bank, 2021). Peta dunia berdasarkan Global Burden of Disease and Institute for Health Metrics and Evaluation (2022) menunjukkan perkiraan Beban Penyakit Global di Indonesia terjadi peningkatan angka kematian kanker sebesar 28% dari tahun 1990 yang terkait dengan merokok. Sehingga pada tahun 2019 prevalensi kematian dari kanker yang terkait dengan merokok sebesar 16,11%. Selanjutnya, Global Youth Tobacco Survey (2019) pada pelajar usia 13-15 tahun menemukan bahwa sebanyak 19,2% pelajar, 38,3% anak laki-laki, dan 2,4% anak perempuan saat ini menghisap rokok. Prevalensi perokok di Provinsi DKI Jakarta di masa pandemi Covid-19 sebesar 38,5% pada usia  $\geq 18$  tahun dan 16,7% pada usia  $< 18$  tahun (Ginawang, 2021).

Prevalensi konsumsi tembakau pada penduduk laki-laki usia 15 tahun berdasarkan hasil Riset Kesehatan dasar adalah 65,8% di tahun 2010, meningkat

menjadi 66% di tahun 2013, dan menurun menjadi 62,9% di tahun 2018 (Kementerian Kesehatan, 2019). Penggunaan tembakau dapat menyebabkan ketergantungan tembakau dan masalah kesehatan yang serius. Merokok bisa memberikan pengaruh jangka panjang serta jangka pendek. Dari segi efek *short term*, merokok bisa mengakibatkan bau tak sedap di rambut serta pakaian, mengurangi suplai oksigen ke otak serta paru-paru, dan menaikkan tekanan darah. Dari segi efek *long term* dapat menyebabkan kematian akibat penyakit kardiovaskular, infeksi saluran pernapasan, penyakit paru obstruktif, dan kanker paru-paru, payudara, serviks, prostat, mulut, ginjal, tenggorokan, pancreas, lambung, usus besar, dan kandung kemih (Kementerian Kesehatan, 2011). Seperti yang kita ketahui, Covid-19 menyebabkan gangguan pernapasan. Kesehatan paru-paru seseorang akan sangat menentukan ketahanannya terhadap virus. Sayangnya, masih banyak orang yang memiliki kebiasaan buruk yaitu merokok yang berdampak pada diri sendiri dan orang di sekitarnya. Berhenti merokok sangat mengurangi risiko mengembangkan penyakit yang berhubungan dengan merokok.

Namun, berhenti merokok bukanlah hal yang mudah. Nikotin adalah obat adiktif utama dalam tembakau yang membuat berhenti merokok begitu sulit. Rokok dirancang untuk mengirimkan nikotin dengan cepat ke otak. Di dalam otak, nikotin memicu pelepasan bahan kimia kemudian merangsang bagian otak berulang kali. Seiring waktu, nikotin mengubah cara kerja otak dan membuatnya tampak seperti kita membutuhkan nikotin hanya untuk merasa baik-baik saja. Ketika berhenti merokok, otak menjadi mudah tersinggung. Akibatnya, muncul rasa cemas atau kesal, kesulitan berkonsentrasi atau tidur. Hal ini yang kemudian memberikan dorongan kuat untuk merokok. Perasaan ini disebut penarikan. Namun dengan berhenti merokok, setelah beberapa minggu keadaan akan menjadi lebih baik karena otak terbiasa tidak merasakan nikotin (Centers Disease of Control Prevention, 2022).

Selain itu, ketika berhenti merokok, mungkin sulit untuk melakukan rutinitas sehari-hari yang terbiasa ada rokok menjadi tanpa rokok, seperti istirahat, minum secangkir kopi, menyelesaikan makan, berbicara dengan teman, atau menggunakan telepon. Ini disebut pemicu. Perasaan juga bisa memicu keinginan untuk merokok. Orang bisa mendapatkan dorongan ketika mereka mulai merasa stres atau sedih,

atau bahkan ketika merasa senang atau santai. Ketika berhenti merokok, akan menemukan cara untuk melewati rutinitas tanpa rokok dan akan mengetahui cara mengatasi perasaan stres atau sedih tanpa merokok. Kabar baiknya adalah bahwa jutaan orang telah berhenti merokok untuk selamanya, dan sebagian besar melaporkan merasa lebih baik setelah mereka berhenti untuk sementara waktu (Centers Disease of Control Prevention, 2022).

Centers for Disease Control and Prevention (2022) melaporkan terdapat 22,7 juta perokok dewasa (68,0%) menyatakan ingin berhenti merokok di tahun 2015. Pada tahun 2018, terdapat 21,5 juta (55,1%) perokok dewasa mengatakan bahwa mereka telah melakukan upaya berhenti dalam setahun terakhir. Pada tahun 2018, setidaknya ada 7,5% perokok dewasa (2,9 juta) berhasil berhenti merokok dalam satu tahun terakhir. Sehingga di tahun 2018, sebanyak 61,7% perokok dewasa (55,0 juta orang dewasa) yang pernah merokok tercatat telah berhenti merokok.

Penelitian terkait intensi berhenti merokok pada mahasiswa pernah diteliti di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta dan hasilnya menunjukkan bahwa intensi berhenti merokok pada mahasiswa cenderung rendah meskipun sikap dan norma subjektif cenderung tinggi. Intensi hanya dipengaruhi 35,7% oleh variabel bebas. Sebagian besar responden (49,2%) mengkonsumsi 5-14 batang/hari. Tidak terdapat pengaruh usia dengan intensi seseorang dalam berhenti merokok, namun jumlah konsumsi batang rokok per harinya berpengaruh secara signifikan terhadap intensi seseorang dalam berhenti merokok (Nurussama & Mutiah, 2019). Sementara, di UPN Veteran Jakarta, dari 223 mahasiswa di Fakultas Hukum dan Teknik UPN Veteran Jakarta, terdapat terdapat 89 (39,9%) mahasiswa yang merokok. Mayoritas mahasiswa yang merokok adalah laki-laki 48,4% di Fakultas Teknik, 61,5% di Fakultas Hukum. Para perokok tersebut sebagian besar merokok di mana saja (25,2%). Sebagian besar responden merokok setiap hari (57,8%) dengan konsumsi rokok perhari mencapai 5-14 batang perhari (50,9%). Sebagian besar mahasiswa Fakultas Teknik dan Fakultas Hukum memiliki intensi berhenti merokok sebesar 84,9% (Chaniago, 2019). Namun, belum diketahui faktor yang membentuk intensi tersebut di UPN Veteran Jakarta.

UPN Veteran Jakarta adalah salah satu Universitas Negeri yang sering dikenal sebagai Kampus Bela Negara. UPN Veteran Jakarta pada Tahun 2019

menetapkan peraturan Kawasan Dilarang Merokok melalui Peraturan Rektor No. 11 Tahun 2019 yang menyatakan bahwa masyarakat kampus yakni dosen, karyawan, mahasiswa, pengelola kampus serta siapa saja yang berada di dalam lingkungan kampus dilarang merokok di lingkungan Universitas. Adanya peraturan tersebut tidak mempengaruhi mahasiswa UPN Veteran Jakarta untuk berhenti merokok atau tidak merokok. Kendati demikian, baik di kampus 1 maupun kampus 2 masih banyak ditemukan perokok yang bebas merokok di tempat-tempat umum seperti kantin, parkir maupun lorong kelas. Kurangnya pengawasan pimpinan mengenai Kawasan Dilarang Merokok di UPN Veteran Jakarta membuat para perokok tidak menghiraukan peraturan Kawasan Dilarang Merokok tersebut.

Penelitian sebelumnya terkait perilaku merokok yang pernah dilakukan pada mahasiswa di UPN Veteran Jakarta di antaranya “Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Terhadap VO2 Maks Pada Mahasiswa/i D-III Fisioterapi 2014-2015 UPN Veteran Jakarta oleh Layla (2016) dan “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Fakultas Hukum, Dan Fakultas Teknik UPN Veteran Jakarta Tahun 2019 oleh Chaniago (2019). Penelitian sebelumnya hanya terkait perilaku merokok dengan modifikasi Teori Lawrence Green (*Predisposing, Reinforcing, Enabling*) dan belum ada penelitian yang meneliti terkait perilaku berhenti merokok.

Ada beberapa pendekatan yang dapat dipakai untuk membantu usaha agar dapat berhenti merokok, tetapi, yang terpenting adalah faktor tekad kuat perokok untuk berhenti merokok. Dalam ilmu psikologi, keinginan yang kuat untuk terjadinya suatu perilaku dapat dilihat dari intensinya. Intensi untuk melakukan suatu tindakan sesuai dengan Ajzen (2005) dalam *theory of planned behavior* dapat dipakai guna meramalkan sekuat apa keinginan individu dapat ditampilkan dan seperti apa upaya yang direncanakan dan dilakukan seseorang guna menampilkan suatu perilaku. Tingkah laku yang dimaksud dalam hal ini adalah perilaku berhenti merokok. Niat berfungsi sebagai indikasi keinginan seseorang sebelum melakukan sesuatu atau mencoba sesuatu dan upaya apa yang ditempuh guna berhenti merokok. Semakin kuat niat seseorang berhenti merokok, semakin besar peluang dia akan memanasifestasikan perilakunya (LaMorte, 2019).

Konsep ini menyebutkan bahwa niat ditentukan dari 3 hal yaitu sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan keyakinan individu terhadap kontrol yang dimiliki untuk memunculkan perilaku (*perceived behavioral control*). Oleh karena itu, dilakukan penelitian terkait intensi sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioral control* terhadap intensi berhenti merokok mahasiswa UPN Veteran Jakarta.

## **I.2. Rumusan Masalah**

Perilaku merokok pada populasi berusia 15 tahun keatas masih tinggi. Perilaku merokok sudah menjadi sesuatu yang adiktif, sekarang pengkonsumsinya tidak lagi hanya orang-orang tidak berpendidikan bahkan di universitas orang yang konsumsi rokok adalah mahasiswa yang merupakan cerminan dari orang yang berpengetahuan dan terpelajar meskipun sudah ada peraturan terkait larangan merokok di setiap perguruan tinggi. Pimpinan Universitas telah mengambil langkah pengendalian dan pencegahan konsumsi rokok dengan dibentuknya Peraturan Rektor No. 11 Tahun 2019.yang merupakan cara efisien untuk mengurangi konsumsi rokok dengan membatasi perilaku merokok di lingkungan UPN Veteran Jakarta. Namun, upaya lain yang tak kalah penting adalah bagaimana menumbuhkan kesadaran agar mahasiswa yang merokok berhenti merokok yang diawali oleh niat atau kehendak mahasiswa dalam memutuskan apakah perilaku tersebut akan diwujudkan atau tidak. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui bagaimana sikap, norma subjektif dan *perceived behavioral control* terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

## **I.3. Tujuan Penelitian**

### **I.3.1. Tujuan Umum**

Tujuan dilaksanakanya penelitian untuk mengetahui hubungan sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioural control* terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa di UPN Veteran Jakarta Tahun 2022.

### **I.3.2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran intensi berhenti merokok pada mahasiswa di UPN Veteran Jakarta tahun 2022.
- b. Mengetahui gambaran sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioral control* pada mahasiswa di UPN Veteran Jakarta tahun 2022.
- c. Mengetahui hubungan sikap terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa di UPN Veteran Jakarta tahun 2022.
- d. Mengetahui hubungan norma subjektif dengan intensi berhenti merokok pada mahasiswa di UPN Veteran Jakarta tahun 2022.
- e. Mengetahui hubungan *perceived behavioral control* terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa di UPN Veteran Jakarta tahun 2022.
- f. Mengetahui faktor yang memiliki pengaruh paling besar dengan intensi berhenti merokok pada mahasiswa di UPN Veteran Jakarta tahun 2022.

## **I.4. Manfaat Penelitian**

### **I.4.1. Manfaat Teoretis**

Penelitian ini dapat dijadikan referensi oleh peneliti selanjutnya serta memberikan kontribusi dalam pengembangan bidang penelitian psikologi sosial, epidemiologi sosial serta disiplin ilmu lainnya dan diharapkan dapat memperluas wawasan mengenai intensi berhenti merokok

### **I.4.2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Sasaran Penelitian (Responden)

Hasil penelitian diharapkan memberikan informasi kepada mahasiswa baik yang merokok, riwayat merokok maupun yang tidak merokok mengenai aspek-aspek yang berkaitan dengan intensi merokok, diharapkan bisa meningkatkan kesadaran mahasiswa yang merokok untuk berhenti merokok

- b. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi terkait faktor yang mempengaruhi intensi berhenti merokok yang bisa dijadikan pertimbangan masyarakat yang masih aktif merokok dalam memutuskan berhenti merokok.

c. Bagi Peneliti

Dapat mengimplementasikan ilmu perkuliahan pada saat proses penelitian, meningkatkan pengalaman, membuka wawasan baru dan keahlian peneliti dalam kaitannya dengan intensi berhenti merokok.

d. Bagi UPN Veteran Jakarta

Mendapatkan informasi dan data mengenai intensi berhenti merokok pada mahasiswa di lingkungan UPN Veteran Jakarta. Sehingga dapat dilakukan upaya-upaya yang dapat mengurangi prevalensi merokok di lingkungan kampus.

## **I.5. Ruang Lingkup Penelitian**

Penggunaan tembakau dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan yang serius. Berhenti merokok dapat menjadi upaya untuk mengurangi risiko mengembangkan penyakit yang berhubungan dengan merokok. Meskipun sudah ada peraturan terkait larangan merokok di lingkungan perguruan tinggi, hal tersebut belum cukup untuk memberikan dorongan mahasiswa untuk berhenti merokok. Salah satu sebab yang membuat berhenti merokok begitu sulit adalah karena nikotin dalam tembakau bersifat adiktif. Sehingga untuk berhenti merokok yang terpenting adalah harus diawali oleh niat atau kehendak mahasiswa sendiri dalam memutuskan apakah akan berhenti merokok atau tidak. Desain penelitian yang digunakan adalah analitik observasional, kuantitatif melalui pendekatan *cross-sectional*. Maka, penelitian yang dilaksanakan pada bulan April – Juni 2022 ini bertujuan untuk menganalisis dan mengetahui hubungan sikap, norma subjektif, dan *perceived behavioral control* terhadap niat berhenti merokok Mahasiswa UPN Veteran Jakarta. Populasi penelitian ialah semua mahasiswa aktif di UPN Veteran Jakarta dengan jumlah sampel sebanyak 156 mahasiswa perokok yang diambil menggunakan *purposive sampling*. Data yang digunakan ialah data primer yaitu dengan cara membagikan kuesioner elektronik melalui *google form* yang diisi langsung oleh responden. Data yang diperoleh lalu dianalisis menggunakan *software* IBM SPSS versi 25 dengan cara analisis univariat (statistik deskriptif), bivariat (Uji *Chi-Square*) dan multivariat (regresi logistik berganda).