

SURVEI PERILAKU MEROKOK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI NERS UNIVERSITAS CITRA BANGSA KUPANG

Olivia Dawi Ngana¹, Sebastianus Kurniadi Tahu², Maryati Barimbing³

^{1,2,3}Program Studi Ners Tahap Akademik Universitas Citra Bangsa

Email : Oliviadawingana@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku merokok sangat merugikan baik untuk diri sendiri maupun lingkungan sekitar termasuk bagi mahasiswa. Perilaku merokok mahasiswa dapat disebabkan pengaruh teman sebaya atau lingkungan sosial. Perilaku merokok ini dapat mengakibatkan penurunan motivasi, kemampuan konsentrasi dan daya ingat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui persentase perilaku merokok pada mahasiswa program studi Ners Universitas Citra Bangsa. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi Ners angkatan X, XI, dan XII yang aktif perkuliahan berjumlah 59 orang pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden merokok (66,1%) dan jumlah rokok yang dihabiskan dalam sehari adalah 1-5 batang. Dalam 1 batang rokok yang dihisapkan dapat dikeluarkan sekitar 4000 bahan kimia berbahaya diantaranya yang paling berbahaya adalah nikotin, Tar, dan karbon monoksida (CO). Setiap kali merokok baik disengaja maupun tidak, berarti juga menghisap lebih dari 4000 macam racun. Bahaya merokok bagi kesehatan dapat berupa gangguan Kardiovaskuler, pernapasan, keganasan mental dan gangguan lainnya. Semakin mudah usia seseorang mulai konsumsi rokok maka semakin panjang durasi merokoknya dan makin besar beban merokok untuk berkembang menjadi penyakit.

Kata Kunci: Perilaku merokok, Mahasiswa.

ABSTRACT

Smoking behavior is very detrimental to both yourself and the surrounding environment including for students. Students' smoking behavior can be due to peer influence or social environment. This smoking behavior can result in decreased motivation, concentration ability and memory. The purpose of this study is to determine the percentage of smoking behavior in students of Ners Universitas Citra Bangsa study program. This research is quantitative research with descriptive research design. The samples in this study were students of study program Ners angkatan X, XI, and XII who actively lectured 59 people collecting data using questionnaires. The results showed the majority of respondents smoked (66.1%) and the amount of cigarettes spent in a day is 1-5 sticks. In 1 cigarette that is smoked can be released about 4000 harmful chemicals of which the most dangerous are nicotine, tar, and carbon monoxide (CO). Every time you smoke, intentionally or not, you also inhale more than 4000 kinds of poison. The dangers of smoking for health can be in the form of cardiovascular, respiratory, mental malignancies and other disorders. The easier it is for a person to start smoking cigarettes, the longer the duration of smoking and the greater the burden of smoking to develop into a disease.

Keywords : Smoking behavior, Students.

PENDAHULUAN

Salah satu kebiasaan masyarakat saat ini yang dapat ditemui hampir di setiap kalangan masyarakat adalah perilaku merokok. Beberapa perilaku terhadap merokok dapat beresiko pada anak usia remaja yang merupakan generasi muda (1). Perilaku merokok merupakan salah satu yang fenomenal, meskipun sudah diketahui dampak negatif yang disebabkan oleh rokok, tetapi jumlahnya perokok bukannya menurun malah semakin bertambah. Secara umum alasan untuk anak mulai merokok adalah faktor lingkungan, pengaruh keluarga, pengaruh teman (2).

Dalam satu batang rokok yang dihisapkan dapat dikeluarkan sekitar 4000 bahan kimia berbahaya diantaranya yang paling berbahaya adalah nikotin, dan karbon monoksida (CO). Setiap kali merokok baik disengaja maupun tidak, berarti juga menghisap lebih dari 4000 macam racun. Bahaya merokok bagi kesehatan dapat berupa gangguan kardiovaskuler, pernapasan, keganasan mental dan gangguan lainnya. Semakin muda usia seseorang memulai konsumsi rokok maka semakin panjang durasi merokoknya dan makin besar beban merokok untuk berkembang menjadi penyakit. Pada remaja situasi sulit sering dialami terutama ketika menghadapi berbagai persoalan baik di kampus, rumah ataupun lingkungan sekitarnya. (3). dan makin besar beban merokok untuk berkembang menjadi penyakit. Pada remaja situasi sulit sering dialami terutama ketika menghadapi berbagai persoalan baik di kampus, rumah ataupun lingkungan sekitarnya (3)

Perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang sangat merugikan, baik untuk diri sendiri maupun orang di sekitarnya. Pada waktu merokok, seseorang menghisap kurang lebih 4000 bahan kimia yang berbahaya. Bahan berbahaya tersebut adalah nikotin, tar, karbon monoksida, serta bahan kimia beracun lainnya. Nikotin menyebabkan ketergantungan/adiksi, Tar (benzopiren, piren) bersifat karsinogenik, Karbon monoksida mempunyai afinitas yang sangat kuat terhadap hemoglobin sehingga kadar oksigen dalam darah menjadi berkurang sehingga dapat menimbulkan dampak pada mahasiswa seperti dapat mempengaruhi syaraf dan peredaran darah dan dapat memicu kanker paru-paru yang mematikan serta membuat darah tidak mampu

mengikat oksigen ke dalam tubuh. Faktor yang menyebabkan remaja merokok adalah banyaknya permasalahan yang di hadapinya sehingga remaja menjadi stress. Stress adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari. Penyebab stress yang di alami remaja itu dapat berasal dari situasi atau peristiwa yang terjadi pada remaja (4).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) 30% jumlah perokok di dunia adalah kaum remaja (5). Berdasarkan data Survei Indikator Kesehatan Nasional (SIRKESNAS) tahun 2016, prevalensi merokok secara nasional adalah 28,5%. Prevalensi merokok menurut jenis kelamin adalah 59% laki-laki dan 1,6% perempuan. Menurut tempat tinggal, prevalensi merokok di pedesaan dan perkotaan tidak terlalu jauh berbeda namun demikian di pedesaan sedikit lebih tinggi (29,1%) dibandingkan dengan perkotaan (27,9%). Menurut kelompok umur, prevalensi tertinggi pada usia 40-49 tahun sebesar 39,5%, sedangkan pada usia muda (<20 tahun) sebesar 11,1% (6). perilaku merokok Data riskesdas di NTT 2018 menunjukan bahwa perilaku merokok >10 tahun sebanyak 28,8% (7). Menurut data yang didapat di kampus Universitas Citra Bangsa pada tahun 2020 jumlah mahasiswa program studi Ners berjumlah 59 orang angkatan X, XI, XII.

Dampak merokok tidak hanya pada kesehatan fisik tetapi juga terhadap perkembangan individu. Merokok dapat meningkatkan kecenderungan untuk mencoba zat adiktif lain dan narkoba. Sebab konsumsi rokok berkorelasi dengan konsumsi morfin, kokain, dan alcohol. Perilaku merokok merupakan perilaku yang merugikan, tidak hanya bagi individu yang merokok tetapi juga bagi orang-orang disekitar perokok yang ikut terhirup asap rokok dan kerugian yang ditimbulkan bisa dari sisi kesehatan juga ekonomi. Dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, karbon monoksida, dan tar akan memacu kerja dari susunan sistem saraf pusat dan susunan saraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat (5).

Dalam jangka panjang, nikotin akan menekan kemampuan otak untuk mengalami

kenikmatan, sehingga perokok akan selalu membutuhkan kadar nikotin yang selalu tinggi untuk mencapai kepuasan dan ketagihannya. Jika remaja terus menerus menghisap rokok, maka akan terjadi penumpukan nikotin di otak. Penumpukan nikotin tersebut dapat mengakibatkan penurunan motivasi, penurunan kemampuan konsentrasi dan daya ingat. Kebiasaan merokok bertahun-tahun berpengaruh pula terhadap kesehatan fungsi otak dan psikis. Salah satu kandungan rokok yaitu nikotin, memiliki efek pada otak antara lain menyebabkan ketergantungan dan toksisitas pada fungsi kognitif yang memunculkan gejala kesulitan konsentrasi (8).

Zat racun yang terkandung dalam rokok dapat merusak memori, menurunkan kemampuan belajar dan melemahkan daya nalar. selain mempengaruhi aspek fisiologis individu, perilaku merokok juga memiliki kecenderungan mempengaruhi individu dari sisi psikologis. Perilaku merokok yang dilakukan individu sangat erat hubungannya dengan pengaruh teman sebaya atau lingkungan sosial. Perilaku merokok individu sering diasosiasikan dengan kedewasaan, menarik lawan jenis, kemampuan bersosialisasi, dan aktualisasi diri.

Dari data diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Survey perilaku merokok pada mahasiswa program studi Ners Universitas Citra Bangsa Kupang”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang bersifat deskriptif untuk mengetahui persentase perilaku merokok pada mahasiswa program studi Ners Universitas Citra Bangsa Kupang. Populasi dan Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki proram studi Ners angkatan X, XI, dan XII yang aktif perkuliahan berjumlah 59 orang. Pengambilan sampel menggunakan total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner. Penelitian dilakukan pada bulan November 2020.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur pada Mahasiswa Universitas Citra Bangsa Kupang

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
20 Tahun	17	28,8
21 Tahun	20	33,9
22 Tahun	19	32,2
23 Tahun	3	5,1
Total	59	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa paling banyak responden 33,9% (20 orang) yang berusia 21 tahun dan paling sedikit responden 5,1% (3) orang yang berusia 23 tahun.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan Angkatan pada Mahasiswa Universitas Citra Bangsa Kupang

Angkatan	Frekuensi	Presentase (%)
10	23	39
11	19	32,2
12	17	28,8
Total	59	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa paling banyak responden 39% (23) orang yang Angkatan 10 dan paling sedikit responden 28,8% (17) orang Angkatan 12.

Tabel 3. Survei Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Program Studi Ners Universitas Citra Bangsa Kupang

Perilaku Merokok Pada Mahasiswa	Frekuensi	Presentase (%)
Angkatan X, X1 dan X11 Merokok	39	66,1
Tidak Merokok	20	33,9
Total	59	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa paling banyak responden 66,1% (39 orang) yang merokok dan paling sedikit responden 33,9% (20 orang) yang tidak merokok.

Tabel 4. karakteristik responden berdasarkan jumlah batang rokok yang dihabiskan dalam sehari pada mahasiswa program studi Ners Universitas Citra Bangsa Kupang

Jumlah Batang Rokok Yang di Habiskan/hari	Frekuensi	Presentase (%)
1-5 batang/hari	39	100
6-10 batang/hari	0	0
>10 batang/hari	0	0
Total	39	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa paling banyak responden 66,1% (39 orang) yang merokok dan banyaknya jumlah rokok yang dikonsumsi perhari adalah 1-5 batang rokok.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian perilaku merokok pada mahasiswa program studi Ners di Universitas Citra Bangsa Kupang didapatkan paling banyak responden yang merokok dan banyaknya jumlah rokok yang dikonsumsi perhari adalah 1-5 batang rokok.

Perilaku merokok merupakan perilaku yang merugikan, tidak hanya bagi individu yang merokok tetapi juga bagi orang-orang disekitar perokok yang ikut terhirup asap rokok dan kerugian yang ditimbulkan bisa dari sisi kesehatan juga ekonomi. Dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, karbon monoksida, dan tar akan memacu kerja dari susunan sistem saraf pusat dan susunan saraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat.

faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok adalah tekanan teman sebaya, berteman dengan perokok usia muda, mempunyai orang tua yang merokok, saudara kandung, lingkungan sekolah. Awal mula responden merokok adalah karena faktor coba-coba dan ajakan teman dengan tujuan menghilangkan stres dan rasa bosan dan merasa lebih jantan dari yang tidak merokok tetapi lama kelamaan merokok menjadi suatu kebiasaan sehingga menjadi aktivitas yang selalu dilakukan. Hal ini menunjukkan bahwa responden merupakan kelompok yang sangat

berisiko terhadap dampak yang ditimbulkan akibat rokok. Dampak negatif dari merokok yaitu: Dapat mempengaruhi syaraf dan peredaran darah dan dapat memicu kanker paru-paru yang mematikan serta membuat darah tidak mampu mengikat oksigen dan pada ibu hamil dapat menyebabkan kelahiran premature (9).

Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian, seperti penelitian yang dilakukan oleh Irianty, dkk (2019) dengan Judul Gambaran Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat (FKM) Di Kampus XXX, menunjukkan hasil bahwa dari 54 responden, yang menghisap rokok 1-10 batang per hari ada 19 responden, 4 batang per hari sebanyak 1 responden, 1-7 batang tidak menjawab pertanyaan, hal ini dipengaruhi oleh orang tua, keluarga merupakan lingkungan yang paling dekat, pengaruh untuk seseorang merokok apabila dalam sebuah keluarga ada perokok aktif baik ayah atau paman (9). Teman sebaya memberikan pengaruh untuk terus merokok. Hal ini terjadi karena berkumpul dengan teman sebaya sudah menjadi kebiasaan dan telah menjadi gaya hidup bagi remaja ingin ikut merasakan rokok atau hanya karena merasa tidak enak karena semua temannya merokok (10). Hasil penelitian juga menunjukkan hasil bahwa dari 35 responden yang merokok sebagian besar berusia 19 tahun dan 20 tahun sebesar 34,3% dan 57,1% (11).

Berdasarkan hasil penelitian perilaku merokok pada mahasiswa program studi Ners di Universitas Citra Bangsa Kupang didapatkan paling banyak responden yang merokok. dan banyaknya jumlah rokok yang dikonsumsi perhari adalah 1-5 batang rokok. Hal ini karena merokok sudah menjadi kebiasaan mereka bahkan sebelum mereka menjadi mahasiswa. Ada juga yang menyatakan bahwa mereka merokok karena ajakan teman, dan ada yang merokok untuk mengalihkan stres dari tugas-tugas kuliah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian diketahui bahwa Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Program Studi Ners Universitas Citra Bangsa banyak yang Merokok. Sebagian besar menyatakan bahwa jumlah rokok yang dihabiskan dalam sehari rata-rata 1-5 batang rokok. Diharapkan kepada mahasiswa

untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang bahaya merokok, sehingga dapat mengubah perilaku kearah lebih positif, Yaitu tidak merokok. Peneliti berharap agar penelitian ini dapat dikembangkan lebih baik kedepannya dan memperdalam semua faktor yang berhubungan dengan pengaruh perilaku merokok pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kusmawardani. (2015). Psikologi Remaja. Jakarta : PT Bumi Aksara
2. Nainggolan. (2015). *anda mau berhenti merokok?*. Bandung : Indonesia Publishing House [http://lib.respositori.usu.ac.com. publicatio](http://lib.respositori.usu.ac.com/publicatio). Diakses pada tanggal 15 April 2020 pada pukul 15.55 WITA
3. Komalasari, & Helmy. (2015). Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja.<http://diakses> tanggal 13 maret 2020 jam 23.51 WITA
4. Hidayat, a. (2014). *Pengantar kebutuhan dasar manusia: aplikasi konsep dan proses keperawatan*. Jakarta: salemba medika
5. World Health Organization.(2014). Global Youth Tobacco Survey (GYTS) Indonesia report 2014. Who-Searo. New Delhi.
6. SIRKESNAS (2016). *Laporan Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas)*. Jakarta : Kementerian Kesehatan
7. Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
8. Prasadja, A. (2006). *Kesehatan tidur dan Kebiasaan Merokok*. Jakarta: Sleep Disorder Clinic.
9. Irianty, H & Hayati. (2019). Gambaran Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat (FKM) Di Kampus XXX. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*, 2(2) : 306-321
10. Cahyo, K; Wigati,P.A; Shaluhiyah, Z. (2012). Rokok, Pola Pemasaran dan Perilaku Merokok Siswa SMA/Sederajat di Kota Semarang. *Jurnal media kesehatan masyarakat Indonesia*, 11(1) : 75-84
11. Syarfa. (2015). *Gambaran tingkat pengetahuan, perilaku merokok dan nikotin dependen mahasiswa Jakarta. Fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan, jakarta.(SKRIPSI)*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta