

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Ketergantungan tembakau merupakan masalah kesehatan masyarakat utama yang mengakibatkan morbiditas, mortalitas, dan biaya perawatan kesehatan yang signifikan baik bagi perokok maupun masyarakat (Manoranjan S. D'Souza, MD & Athina Markou, n.d.). Merokok merupakan kebiasaan buruk yang menjadi masalah di seluruh dunia baik negara maju maupun negara berkembang. Diperkirakan 2,5 juta orang meninggal tiap tahunnya akibat penyakit yang disebabkan oleh rokok. Rokok memiliki sekitar 4000 zat beracun yang dapat mempengaruhi kesehatan manusia. Berdasarkan penelitian Diana dan Tanto Hariyanto menunjukkan adanya sebagian responden mengalami perokok berat karena menghisap rokok lebih dari 20 batang perhari (Diana & , Tanto Hariyanto, 2016).

Di Kota Samarinda persentase penduduk usia > 15 tahun yang merokok sebesar 25,37%, dengan rata-rata batang rokok yang dihisap per-minggu berjumlah 91,48 batang. Pada kategori pendidikan SMA keatas presentase penduduk usia > 15 tahun keatas yang merokok sebesar 23,97%, dengan rata-rata batang rokok yang dihisap per-minggu berjumlah 90,24% (Dety Supenty Burhan, 2019).

Perilaku merokok saat ini merupakan kebiasaan yang sangat wajar dipandang oleh masyarakat Indonesia. Perilaku merokok tidak pernah surut dan tampaknya merupakan perilaku yang masih dapat ditolerir oleh masyarakat. Hal ini dapat dirasakan dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan rumah, kantor, angkutan umum maupun di jalan-jalan. Hampir setiap saat dapat disaksikan dan dijumpai orang yang sedang merokok, bahkan di lingkungan pendidikan, khususnya kampus/sekolah yang seharusnya bebas dari asap rokok. Para perokok terlihat sepertinya tidak peduli bahwa menghisap rokok merupakan suatu kebiasaan yang sangat merugikan kesehatan baik bagi perokok maupun orang yang ada disekelilingnya, kebiasaan merokok sangat sulit dihentikan karena adanya efek ketergantungan yang ditimbulkan oleh nikotin, selain itu akibat yang ditimbulkan berupa penyakit akibat rokok terjadi dalam jangka waktu yang cukup lama, sehingga sering menyebabkan kegagalan dalam upaya mencegah untuk tidak merokok (Rochayati & Hidayat, 2015).

Bahaya rokok bagi kesehatan dapat berupa gangguan kardiovaskular, 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 umumnya perilaku merokok pada remaja semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi

dan intensitas merokok, serta sering mengakibatkan mereka mengalami ketergantungan nikotin (Muhammad Annahri Mushoffa, Achyar Nawi Husein, 2013). Banyak sekali kandungan kimia yang terkandung dalam sebatang rokok, tetapi yang sering kita dengar hanyalah nikotin dan TAR. Contohnya saja nikotin, dimana penggunaannya dapat merangsang system saraf ketika terjadi pelepasan neurotransmitter (yaitu dopamine, serotonin, norepinefrin,asetilkolin) yang berkontribusi dalam pengaturan siklus tidur dan bangun, artinya dengan merokok saja akan mempengaruhi aktivitas pola tidur dan bangun(Muhammad Annahri Mushoffa, Achyar Nawi Husein, 2013).

Penelitian membuktikan bahwa terdapat peningkatan risiko terjadinya insomnia pada mahasiswa perokok. Penelitian yang pernah dilakukan (Cohrs, 2010) juga menemukan bahwa bahwa 17% perokok dilaporkan hanya tidur kurang dari enam jam setiap malam dan sekitar 28% perokok mengalami buruknya kualitas tidur. Dan menurut penelitian mengenai risiko terjadinya insomnia akibat merokok yang pernah dilakukan oleh Annahri (Muhammad Annahri Mushoffa, Achyar Nawi Husein, 2013) mengenai risiko terjadinya insomnia akibat merokok menyebutkan bahwa mahasiswa perokok yang mengalami insomnia sebanyak 5 orang (15,15%), mahasiswa perokok tanpa insomnia 28 orang (84,85%), mahasiswa nonperokok dengan insomnia 2 orang (2,67%), dan mahasiswa nonperokok tanpa insomnia 73 orang

(97,33%). Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan risiko terjadinya insomnia pada mahasiswa perokok (Muthia Vaora, Febriana Sabrian, 2014).

Terkait dengan perilaku merokok yang menyebabkan gangguan tidur (insomnia), khususnya bagi remaja. Sebuah studi hasil penelitian Gauchard et al (2006) dimana hasil penelitiannya dimuat di Oxford Journal membuktikan 1.305 sampel yang diambil, 27% remaja yang merokok mengalami gangguan tidur. Selain itu penelitian lain melaporkan beberapa remaja yang merokok melaporkan kesulitan tidur di malam hari (E. R. P. Putra, 2014).

Salah satu kelompok yang berisiko tinggi melakukan aktivitas merokok adalah remaja laki-laki. Perkembangan remaja yang ditandai rasa ingin tahu yang tinggi tidak selamanya berakibat baik bagi diri sang remaja. Ada diantaranya rasa ingin tahu remaja yang terlalu besar dapat menimbulkan mereka meniru perilaku seperti orang dewasa. Hal yang sering menjadi permasalahan bagi remaja salah satunya adalah masalah yang terkait dengan merokok. Merokok dilihat dari berbagai sudut pandang manapun sangat merugikan, baik untuk diri sendiri maupun orang lain yang berada di sekelilingnya. Remaja beranggapan bahwa dengan merokok akan dapat memperlihatkan kedewasaan seseorang, namun selain kedewasaan ada hal lain yang tidak kalah penting dibandingkan kedewasaan yaitu solidaritas kelompok dan melakukan apa yang dilakukan oleh kelompok (Meilinda, 2013).

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur adalah salah satu diantara banyak instansi pendidikan dengan peserta didik adalah mahasiswa dengan usia remaja dimulai dari umur 18 tahun. Salah satu diantaranya adalah Prodi S1 Teknik Informatika yang termasuk 3 besar jumlah mahasiswa terbanyak. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Bagian Administrasi Akademik UMKT, didapatkan bahwa dari sebanyak 438 mahasiswa Teknik Informatika total pada Semester Genap Tahun Akademik 2021/2022. Studi terdahulu menjelaskan bahwa perokok aktif tertinggi adalah remaja laki-laki pada usia 18-22 tahun.

Dari kasus diatas peneliti memilih Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT) khususnya Mahasiswa Program Studi S1 Teknik Informatika untuk dijadikan subjek dalam penelitian karena Mahasiswa di Progam Studi S1 Teknik Informatika Fakultas Sains Dan Teknologi mempelajari mata kuliah yang dimana rata-rata berfokus pada pengembangan sistem berbasis komputer, pemrograman, kecerdasan buatan dan jaringan komputer yang mengharuskan mereka untuk berpikir keras hal ini lah yang membuat mereka sangat rentan sekali mengalami stress sehingga untuk mengurangi rasa stress tersebut rata-rata mahasiwa memilih untuk merokok.

Berdasarkan uraian diatas maka perlu dilakukan penelitian tentang “Hubungan Perilaku Merokok Dengan Pola Tidur Pada Remaja Putra Teknik Informatika Fakultas Sains dan Teknologi UMKT”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada Hubungan perilaku merokok dengan pola tidur pada remaja putra di Prodi S1 Teknik Informatika Fakultas Sains dan Teknologi UMKT? “

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui” Hubungan perilaku merokok dengan pola tidur pada remaja putra di Prodi S1 Teknik Informatika Fakultas Sains dan Teknologi UMKT”.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Perilaku Merokok Pada Remaja Putra Di Prodi S1 Teknik Informatika Fakultas Sains Dan Teknologi UMKT.
- b. Mengidentifikasi Pola Tidur Remaja Putra Di Prodi S1 Teknik Informatika Fakultas Sains Dan Teknologi UMKT.
- c. Menganalisis Hubungan Perilaku Merokok Dengan Pola Tidur Remaja Putra Di Prodi S1 Teknik Informatika Fakultas Sains Dan Teknologi UMKT.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Praktis

#### a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasiswa terhadap pengaruh perubahan perilaku merokok dengan gangguan pola tidur.

#### b. Bagi institusi

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan data bagi lembaga pendidikan mengenai prevalensi hubungan perilaku merokok terhadap gangguan pola tidur terhadap mahasiswa.

#### c. Bagi peneliti

Memberikan hasil pengetahuan dan memberikan pengalaman dalam melaksanakan penelitian khususnya pengetahuan hubungan perilaku merokok terhadap kejadian perubahan pola tidur pada mahasiswa.

#### d. Teoritis

Sebagai bahan masukan sumber dan data dalam penelitian yang terkait hubungan dan perilaku merokok terhadap kejadian perubahan pola tidur pada mahasiswa serta dapat meningkatkan ilmu dibidang kesehatan khususnya Kesehatan Masyarakat.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Judul Penelitian	Nama Peneliti	Rancangan Penelitian	Variabel Penelitian	Populasi Dan Sampel	Hasil Penelitian
1.	Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Angkatan 2013 Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember	Rhosintan, Asmuji, SKM. & Ns. Cahya Tribagus Hidayat, S.Kep., n.d.	Cross Sectional	Variabel Independen (Hubungan Kebiasaan Merokok)  Variabel Dependen (Kualitas Tidur)	Populasi : Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember  Sampel : 25 Mahasiswa	Hasil menunjukkan adanya keterkaitan antara perilaku merokok dengan pola tidur Mahasiswa S1 Keperawatan angkatan 2013 Universitas Muhammadiyah Jember
2.	Hubungan Perilaku Dan Insomnia Mahasiswa UNLAM	Antara Merokok Dan Kejadian Pada FK	Cross Sectional	Variabel Independen (Hubungan Perilaku Merokok)  Variabel Dependen (Kejadian)	Populasi : Mahasiswa Laki-Laki Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat	Populasi : Mahasiswa Laki-Laki Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat

				Insomnia)	Sampel: 108 Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat	Sampel: 108 Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat
3.	Hubungan Antara Perilaku Merokok Dengan Derajat Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang	Aldi Nur Fahmi Awaludin	Cross Sectional	Variabel Independen (Hubungan Perilaku Merokok)  Variabel Dependen (Derajat Insomnia)	Populasi : Mahasiswa Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang  Sampel: 40 Mahasiswa Laki-Laki Universitas	Dari hasil penelitian diperoleh 48 sampel yang memenuhi kriteria, yaitu 22 perokok ringan, dan 26 perokok sedang sampai berat. Berdasarkan hasil uji statistik Kolmogorov Smirnov bahwa terdapat perbedaan bermakna derajat insomnia berdasarkan perilaku
4.	Pengaruh Merokok Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa	Wildan Ahcmad Alfurqon	Cross Sectional	Variabel Independen (Pengaruh Merokok)	Populasi : Mahasiswa Teknik Industry Universitas	Hasil analisis diketahui bahwa karakteristik

				Variabel Dependen (Kualitas Tidur)	Muhammadiyah Surakarta  Sampel: 78 Mahasiswa Teknik Industry Universitas Muhammadiyah Surakarta	responden berdasarkan skor Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) untuk kualitas tidur 1 mahasiswa sangat baik dengan persentase 1%, 58 mahasiswa cukup baik dengan persentase 74%, cukup buruk sebanyak 17 mahasiswa dengan persentase 22%, dan Sangat buruk sebanyak 1 mahasiswa dengan persentase 1%.
5.	Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Angkatan 2013	Rhosintan, Asmuji, SKM., M.Kep Ns. Cahya Tribagus Hidayat, S.Kep., M.Ke	Cross Sectional	Variabel Independen (Hubungan Kebiasaan Merokok)  Variabel	Populasi : Mahasiswa Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember	Berdasarkan hasil analisis didapatkan data responden yang memiliki kebiasaan merokok ringan

	Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember			Dependen (Kualitas Tidur)	Sampel : 25 Mahasiswa Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember	yang mengalami insomnia sebanyak (70,6%), responden yang memiliki kebiasaan merokok sedang-berat yang mengalami insomnia sebanyak orang (95,7%). Pengaruh kemaknaan dalam penelitian ini didapatkan nilai p
6.	The Impact of Obstructive Sleep Apnea and Tobacco Smoking on Endothelial Function	Macy Sze, Judith Wo, Agnes Kwan, Christopher Kim Hui, Chung Lam, Chi Mei, Lui, Choi, Mak, Yuen Lai, Ming Jamie Mei, David Leung	Cross Sectional	Variabel Independen (Obstructive Sleep Apnea)  Variabel Dependen (Tobacco Smoking)	Populasi: Mahasiswa Laki-Laki Universitas Hong Kong Sampel : 114 Mahasiswa	Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di dapat nilai p-value sebesar 1,000 yang berarti nilai ini lebih besar dari taraf signifikan yaitu nilai alpha 0.05. Artinya

		Lam, Mary Sau Man Ip				tidak terdapat hubungan yang bermakna antara variabel independent dengan dependent
7.	Effect of smoking habits on sleep	S.G. Conway, S.S. Roizenblatt, L. Palombini, L.S. Castro, L.R.A. Bittencourt, R.S. Silva, and S. Tufik	Cross Sectional	Variabel Independen (Effect of smoking) Variabel Dependen (Habits on sleep)	Populasi: Mahasiswa Laki-Laki University Sao Paulo Brazil Sampel :25 Mahasiswa Laki-Laki University Sao Paulo Brazil	Berdasarkan hasil pengumpulan data dilakukan melalui pengumpulan data sekunder dan data primer. Prosedur pengolahan data yang dilakukan melalui tahap editing, coding, data entry, dan cleaning serta prosedur analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji crosssectional pada tingkat kemaknaan

						95%.
8.	Impact of lockdown on smoking and sleeping in the early COVID-19 presence: Datasets of Greek Adults sample	Dimitrios. I Bourdas, mmanouil, Zacharakis, Antonios, Travlos, Athanasios Souglis, Triantafyllia I. Georgali, Dimitrios C. Gofas, Ioannis E. Ktistakis, Anna Deltsidou	Cross Sectional	Variabel Independ-en (Impact of lockdown on smoking) Variabel Dependen (Sleeping in the early COVID-19)	Populasi: Mahasiswa Laki-Laki University of Athens Sampel : 30 Mahasiswa Laki-Laki University of Athens	Berdasarkan hasil analisis regresi ganda, hipotesis yang diajukan tidak dapat diterima. Namun demikian, sikap permisif orang tua terhadap perilaku merokok remaja dan lingkungan teman sebaya merupakan prediktor yang cukup baik terhadap perilaku merokok remaja yaitu sebesar 38,4%.
9.	impact of smoking on the severity of obstructive sleep apnea Hypopnea syndrome	Jihen Ben Amar, Amani Ben Mansour, Haifa Zaibi, Boutheina Ben Safta, Besma Dhahri,	Cross Sectional	Variabel Independ-en (Impact of smoking) Variabel Dependen (Sleep apnea)	Populasi: Mahasiswa Laki-Laki Universty Tunis Sampel: 104 Mahasiswa Laki-Laki Universty Tunis	Berdasarkan hasil menunjukkan jumlah responden lebih banyak dengan jumlah persentase 53,6% atau 104

		Hichem Aouina.			El Mana	orang dengan menggunakan uji crossectional
10.	Effect of Night Smoking, Sleep Disturbance, and Their CoOccurrence on Smoking Outcome	EricaN. Petersa, Lisa M. Fucitoa, Claire Novosadb, Benjamin A. Tolla,c, and Stephanie S. 'Malleya,c	Cross Sectional	Variabel Independ-en (Effect of Night Smoking) Variabel Dependen (Sleep Disturbance)	Populasi : Mahasiswa Laki-Laki Universty School of Medicine Sampel: 50 Mahasiswa Laki-Laki Universty School of Medicine	Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa remaja yang mempunyai kebiasaan merokok dengan kategori berat lebih banyak dijumpai pada kelompok remaja yang memiliki sikap kurang baik yaitu sebanyak 162 orang, jumlah ini lebih tinggi jika dibandingkan dengan perokok berat dari kelompok remaja yang memiliki sikap baik terhadap perilaku merokok