

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan yaitu perolehan tau insan atas kolaborasi maupun penyatuan antara subjek yang memahami serta objek yang dipahami. Segala apa yang diketahui mengenai sesuatu objek tersendiri (Suriasumantri dalam Nurroh 2017). Berdasarkan Notoatmodjo dalam Yuliana (2017), pengetahuan ialah perolehan pengindraan insan, ataupun perolehan tahu individu terhadap objek lewat indera yang dipunyai (mata, hidung, telinga, serta lainnya). Sehingga pengetahuan ialah bermacam perihal yang didapatkan oleh individu lewat panca indera.

Sementara berdasarkan Daryanto dalam Yuliana (2017), pengetahuan individu pada objek memiliki keseriusan yang berbeda-beda, serta menyebutkan bahwasanya ada enam tingkat pengetahuan yakni:

1) Pengetahuan (*Knowledge*)

Tahu dimaknakan hanya selaku recall (ingatan). Individu didesak supaya menguasai fakta tanpa bisa memakainya.

2) Pemahaman (*comprehension*)

Menguasai suatu objek bukan hanya mengerti, tiada hanya bisa mengatakan, namun mesti bisa mendeskripsikan dengan benar mengenai objek yang dipahami.

3) Penerapan (*application*)

Aplikasi dimaknakan jikalau orang yang sudah mengetahui objek tersebut bisa memakai serta mengimplementasikan prinsip yang diketahui pada kondisi yang lain.

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis ialah kemahiran individu pada menguraikan serta memisahkan, selanjutnya mencari ikatan antara elemen-elemen yang ada pada suatu objek.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis yaitu kemahiran pada membuat perumusan baru dari perumusan yang sudah tersedia. Sintesis mengindikasikan suatu kemahiran individu pada meringkas ataupun meletakkan pada suatu ikatan yang rasional dari elemen-elemen wawasan yang dipunyai.

6) Penilaian (*evaluation*)

Yakni kemahiran individu pada melaksanakan pengukuran pada suatu objek tertentu dilandaskan pada

suatu karakteristik ataupun norma-norma yang berlaku di masyarakat.

b. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Berdasarkan Fitriani dalam Yuliana (2017), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan ialah:

1) Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi mekanisme pada belajar, makin tinggi edukasi individu, maka makin gampang individu tersebut memahami informasi. Kenaikkan pengetahuan tiada mutlak didapatkan di pendidikan formal, namun bisa didapatkan juga dari pendidikan non formal. Pengetahuan individu pada suatu objek memuat dua aspek yakni aspek positif serta aspek negatif. Kedua aspek tersebut menetapkan perilaku individu terhadap objek tertentu. Makin banyak aspek positif dari objek yang dipahami bakal mengembangkan perilaku positif pada objek tersebut. pendidikan tinggi individu diperoleh informasi baik dari individu lainnya ataupun media massa. Makin banyak informasi yang masuk, makin banyak juga ilmu yang diperoleh mengenai kesehatan.

2) Media Massa/sumber informasi

Informasi yang didapatkan baik dari pendidikan formal ataupun nonformal bisa membagikan wawasan jangka

pendek (*immediate impact*), maka menciptakan transformasi serta penambahan wawasan. Perkembangan teknologi menyiapkan berbagai media massa yang bisa mempengaruhi wawasan warga mengenai informasi baru. Prasarana komunikasi semacam televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan, serta sebagainya yang memiliki pengaruh besar terhadap penyusunan penilaian serta kepercayaan orang.

3) Sosial budaya serta Ekonomi

Prevelensi serta budaya yang dilaksanakan individu tanpa melewati penalaran apakah yang dilaksanakan baik ataupun tidak. Status ekonomi individu juga bakal menetapkan ketersediaan prasarana yang dibutuhkan bagi aktifitas tersendiri, sehingga status sosial ekonomi bakal mempengaruhi ilmu individu.

4) Lingkungan

Lingkungan ialah segala sesuatu yang terdapat di sekeliling individu baik lingkungan fisik, biologis, ataupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap mekanisme masuknya ilmu ke dalam insan yang ada pada lingkungan tersebut. Perihal tersebut berlangsung sebab

terdapatnya interaksi timbal balik yang bakal direspon selaku pengetahuan.

5) Pengalaman

Pengetahuan bisa didapatkan dari pengalaman pribadi maupun pengalaman individu lainnya. Pengalaman termasuk suatu cara pada mendapatkan aktualitas suatu ilmu.

6) Usia

Umur mempengaruhi daya tangkap serta pola pikir individu. Bertambahnya usia bakal makin berkembang pola pikir serta daya tangkap individu sehingga ilmu yang didapatkan bakal makin banyak.

2. Rokok

a. Pengertian

Berlandaskan PP No. 109 tahun 2012 mengenai Pengamanan Bahan yang memuat Zat Adiktif seperti produk tembakau bagi kesehatan, rokok ialah salah satu produk tembakau yang dimaksudkan untuk dibakar serta dihisap ataupun dihirup asapnya, termasuk rokok kretek, rokok putih, cerutu ataupun wujud lainnya yang dihasilkan dari tanaman *nocotiana tabacum*, *nicotianarustica*, serta *spesies* lainnya ataupun sintesisnya yang asapnya memuat nikotindan tar dengan ataupun tanpa material tambahan.

Rokok merupakan salah satu pemicu utama individu mengalami gangguan kesehatan. Gangguan kesehatan yang disebabkan akibat merokok bermacam-macam, mulai dari yang ringan berupa batuk sampai berat seperti jantung, stroke, bahkan dapat berujung pada kematian (Whinanda, 2015 dalam Rahmah, Huriati & Arbianingsih, 2018).

Merokok bisa merugikan kesehatan seseorang ataupun orang-orang yang berada disekitarnya. Pengaruh dari material kimia yang termuat pada rokok semacam nikotin, karbon monoksida (CO), serta tar bisa mempercepat kerja susunan saraf simpatis yang mengakibatkan *hormone adrenalin* merangsang kenaikan pada detak jantung serta tekanan darah (Tirtosastro & Murdiyati, 2017).

Sikap merokok dewasa ini seolah jadi tradisi. Perihal tersebut ditambah dengan maraknya iklan rokok yang menyerupai perokok dengan keperkasaan, kebugaran, serta kegagahan. Bagi laki-laki, makin muda umur merokok, semakin berkembang rasa bangga yang besar. Serta parahnya, bagi kalangan perempuan merokok termasuk bagian dari *life style modern*.

b. Tipe Perokok

Perokok adalah seseorang yang menghisap asap rokok. Menurut Aula (2010 dalam Sodik, 2018), Perokok dapat dibedakan jadi dua, yakni perokok aktif serta perokok pasif.

1) Perokok aktif (*active smoker*)

Perokok aktif merupakan individu yang benar-benar memiliki kebiasaan merokok. Merokok telah jadi bagian dari hidupnya, sehingga seseorang yang merokok jikalau sehari saja tiada merokok rasanya tidak mengenakan. Seseorang dalam kondisi tersebut bakal melaksanakan apapun untuk memperoleh rokok serta kemudian merokok.

2) Perokok pasif (*passive smoker*)

Perokok pasif merupakan individu yang dalam kesehariannya tiada mempunyai prevalensi merokok. Perokok pasif terpaksa mesti menghirup asap rokok individu lain yang bertetapatan berada disekelilingnya. Walaupun perokok pasif tiada merokok, namun perokok pasif mempunyai risiko penyakit yang sama halnya dengan perokok aktif sebab perokok pasif juga menghirup kadar karsinogen (zat yang menimbulkan kanker ada di asap rokok) dan 4.000 partikel lainnya yang berada di asap rokok.

Menurut Sitepoe (dalam Sodik, 2018), selain perokok aktif serta pasif, terdapat lima tipe perokok antara lain :

- 1) Tiada merokok, yakni seseorang yang tiada pernah merokok sepanjang hidupnya.
- 2) Perokok ringan, yakni seseorang yang merokok berselang-seling.

- 3) Perokok sedang, yakni seseorang yang merokok dalam kuantum kecil tiap hari.
- 4) Perokok berat, yakni seseorang yang merokok lebih dari satu bungkus tiap harinya.
- 5) Berhenti merokok, yakni seseorang yang pada awalnya merokok, kemudian berhenti serta tiada pernah merokok lagi.

c. Kandungan pada Rokok

Rokok termasuk produk yang mempunyai ribuan bahan kimia pada kandungannya. Satu batang rokok mempunyai 4000 kadar bahan kimia. Secara umum kandungan yang ada pada rokok bisa diklasifikasikan jadi dua yakni komponen gas sebesar 92% serta komponen padat ataupun partikel sebesar 8%. Sejumlah material kimia yang termuat pada rokok serta bisa membagikan efek yang menghambat kesehatan misalnya nikotin, tar, gas karbon monoksida (CO), pembersih rantai, methanol serta bermacam logam berat lainnya. Oleh sebab tersebut, individu bakal terhambat kesehatannya jikalau merokok secara berkelanjutan. Perihal tersebut dikarenakan oleh nikotin yang disesap. Zat-zat yang berbahaya yang termuat pada rokok diantaranya:

1) Nikotin

Nikotin termasuk material kimia bersifat adiktif serta bisa menyebabkan ketergantungan. Nikotin bisa menstimulus susunan syaraf pusat. Mean kadar nikotin pada rokok sebanyak 8,4 mg

bahkan terdapat pula sampai 100-200 mg. Dosis pertama nikotin membagikan perasaan segar ataupun gelisah sementara dosis berikutnya membagikan perasaan rileks serta tenang. Sejak rokok disesap, nikotin hanya perlu waktu 8 hingga 10 detik untuk hingga otak. Nikotin mempengaruhi rangkaian saraf pusat dengan mengubah kadar neurotransmitter serta bahan kimiawi yang mengelola kelakuan, belajar serta keahlian konsentrasi. Nikotin termasuk racun serta jikalau dipakai pada dosis besar bisa mematikan sebab dampak paralis yang diakibatkan pada otot pernapasan. Nikotin menaikkan denyut jantung serta mengakibatkan vaokonstriksi pembuluh darah sehingga menghambat sirkulasi darah (Dariyo, 2007).

2) Tar

Tar ialah campuran polonulin hidrokarbaon aromatika yang bersifat karsinogenik serta zat yang berwarna hitam pekat serta sangat lengket. Sehipunan larutan yang para perokok umumnya terhimpun di paru-paru. Tar jugalah yang merusak gigi serta jari-jari perokok. Warnanya hitam pekat serta sangat lengket, menyamai aspal. Tar sangat berkontribusi pada merusakkan paru-paru perokok. Tar yang dikeluarkan dari asap rokok bakal terhimpun serta melekat pada jalan nafas, tenggorokan serta permukaan alveoli paru-paru. Endapan tar bakal menghambat kerja paru-paru

sehingga terjadilah flek ataupun noda pada paru-paru yang akhirnya bisa mengakibatkan kanker paru-paru.

3) Amonia

Amonia ialah gas tiada berwarna yang terbagi atas nitrogen serta hydrogen. Zat tersebut termasuk salah satu material pembuat cairan pembersih toilet. Amonia berbau tajam serta sangat merangsang, sebab kerasnya racun yang terdapat pada amoniak sehingga jikalau masuk ke dalam peredaran darah bakal menyebabkan individu pingsan ataupun koma.

4) Karbon Monoksida (CO)

Karbon Monoksida (CO) ialah semacam gas yang tiada mempunyai bau, gampang diserap ke dalam jaringan pembuluh darah yang mengakibatkan ketergantungan secara fisiologis. Kisaran 3-5 persen asap rokok terdiri dari gas tersebut. Karbon monoksida bisa mengganggu fungsi darah pada badan. Gas CO jikalau masuk ke dalam paru-paru serta aliran darah bakal bereaksi dengan hemoglobin darah. Hemoglobin yang semestinya mengikat oksigen untuk prosedur pembakaran di badan, tetapi sebab terdapatnya CO, sehingga oksigen tiada terikat maka badan bakal kekurangan oksigen. kandungan CO yang tinggi mengakibatkan penyakit sesak napas, pingsan serta kematian.

5) Hidrogen Sianida (HCN)

Hidrogen sianida ialah semacam gas tiada berwarna, tiada

berbau serta tiada mempunyai rasa. Zat tersebut termasuk zat paling ringan serta gampang terbakar. Jikalau masuk ke dalam badan, HCN bakal melukai pembuluh pernafasan. Pada negara maju, zat tersebut sering dipakai pada menghukum mati dengan menyuntikkannya ke dalam badan.

6) Hidrogen Sulfida

Hidrogen sulfide yaitu semacam gas berbahaya yang gampang terbakar dengan bau keras. Zat tersebut bisa mengganggu oksidasi enzim.

7) Methanol

Cairan ringan yang gampang menguap, bisa mengakibatkan kebutaan serta kematian. Methanol sering dihubungkan selaku pemicu kanker pada manusia.

8) Pryridine

Pyridine yakni cairan tiada berwarna serta berbau menyengat. Cairan tersebut berguna untuk mengubah alcohol selaku senyawa serta pembunuh hama.

9) Kadmium

Salah satu senyawa berbahaya yang dipakai untuk membuat baterai ialah kadmium. Partikel khas yang menembus paru-paru (jaringan alveoli) berdiameter 0,1 m serta pada jumlah kecil berdiameter 2 μm . Di dalam badan, kadmium terutama terkait dengan metalotinein, protein yang mengikat logam dengan berat

molekul rendah. Zat tersebut bisa membinasakan jaringan badan terkhusus hati serta ginjal.

10) Formaldehida

Formaldehida ialah semacam gas tiada berona dengan bau tajam. Gas tersebut termasuk selaku material pengawet serta pembasmi hama. Gas tersebut sangat berbahaya pada seluruh organisme hidup. Bahaya yang disebabkan formaldehida ialah iritasi muosa mata, hidung, tenggorokan, asma serta kanker tenggorokan.

11) Fenol

Fenol ialah kombinasi dari Kristal yang dikeluarkan dari distilasi sejumlah zat organik semacam kay serta arang, dan didapatkan dari tar arang. Zat tersebut berbisa serta membahayakan sebab fenol terikat ke protein serta menghambat aktifitas enzim.

d. Proses Menjadi Perokok

Berdasarkan Levethal & Clearly dalam Manafe, Lerrick & Effendy (2019), menyebutkan bahwasanya ada 4 tahapan pada perilaku merokok yakni:

1) Tahap Preparatory

Pada tahap ini individu belum mencoba rokok. Seseorang memperoleh ilustrasi menyenangkan tentang merokok. Pada tahapan persiapan (*Preparatory stage*) ini mengikutsertakan pemahaman mengenai apa yang berkaitan dengan merokok serta

fungsi merokok. Remaja yang merokok beranggapan bahwasanya diri mereka selaku insan yang bebas, desakkan kawan, kenaikan performa serta prestasi kegelisahan mempunyai rentang yang berbeda pada tahapan persiapan.

2) Tahap Intiation

Pada tahapan ini individu sudah mulai mencoba untuk merokok untuk pertamakalinya. Pada tahap ini juga termasuk tahapan yang kritis bagi individu pada mengarah tahap *becoming a smoker*. Tahapan ini dikatakan juga selaku tahapan perintisan merokok yakni tahap apakah individu bakal melanjutkan untuk merokok atau tiada melanjutkan merokok. Respon fisiologis pada tiap individu yang mempengaruhinya supaya meneruskan ataupun stop merokok berbeda. Jikalau merokok dilanjutkan maka bakal timbul pertumbuhan toleransi serta penyesuaian merokok. Keyakinan pada remaja bahwasanya merokok termasuk perihai yang berbahaya bagi individu lainnya serta insan yang lebih tua serta bukan bagi diri mereka mungkin muncul dari pengalaman adaptasi (penyesuaian)

3) Tahap Becoming a Smoker

Tahap jadi perokok berat pada tiap insan berbeda. Banyak observasi yang telah menunjukkan bahwasanya secara tipikal individu yang jadi perokok regular menghabiskan waktu selama 2 tahun (yang terus menerus) dihitung mulai dari waktu pertama kali

merokok ataupun hanya sesekali mencoba rokok: ini termasuk tahapan *becoming a smoker*.

4) Tahap Maintenance of Smoking

Pada tahapan ini, merokok telah jadi salah satu bagian dari cara pengatur diri (*self-regulating*) individu pada bermacam kondisi serta peluang. Merokok dilaksanakan untuk mendapatkan efek fisiologis yang meyenangkan.

e. Penyakit Akibat Rokok

Bermacam observasi dari belahan dunia sudah memperlihatkan bahwasanya rokok mempunyai efek negatif bagi kesehatan insan. Bahaya rokok tiada hanya berefek pada individu yang merokok (prokok aktif) namun juga bagi orang lain yang tiada merokok (prokok pasif).

1) Penyakit Kardiovaskuler

Penyakit kardiovaskuler meliputi penyakit hipertensi, stroke, dan jantung koroner. Mengonsumsi rokok dalam waktu jangka lama akan berisiko terjangkit penyakit kardiovaskuler. Zat atau senyawa yang terkandung dalam rokok akan mengakibatkan penyumbatan pembuluh darah, detak jantung semakin meningkat dan sesak napas pada paru-paru.

2) Penyakit Paru-paru

Paru-paru ialah organ tubuh paling pertama yang akan rusak karena asap rokok (Kemenkes, 2015:02). Saluran pernapasan memiliki lendir untuk melindungi kelembapan serta menyaring

kotoran yang masuk ketika bernapas. Zat atau senyawa yang terdapat di rokok bisa menstimulus sel-sel membran menghasilkan lendir dalam jumlah yang banyak, sehingga membuat lapisan tebal mengelilingi paru-paru. Semakin banyaknya asap rokok yang dihirup fungsi paru akan mengalami penyumbatan dan penurunan. Selain itu, zat adiktif pada rokok bisa menghancurkan jaringan paru membuat pembuluh darah makin menyempit serta ruang oksigen juga menyempit.

3) Penyakit Lambung

Bahaya merokok tidak hanya dirasakan pada saluran pernapasan saja namun dapat terjadi pada saluran pencernaan. Kandungan nikotin pada rokok dapat mengendurkan cara kerja otot polos dalam tubuh. Terdapat otot Spinchter Esofagus yang memisahkan antara lambung dan kerongkongan yang termasuk ke dalam otot polos. Otot tersebut bekerja untuk mengelola jalannya makanan ke lambung serta mencegah asam masuk ke kerongkongan. Namun, nikotin membuat otot Spinchter jadi rileks sehingga asam lambung berisiko naik ke kerongkongan. Jikalau hal tersebut dibiarkan terus menerus bakal jadi penyakit yang lebih kronis berupa tukak lambung (Kemenkes, 2015:02).

4) Impotensi

Efek bahaya rokok juga dapat terjadi pada saluran reproduksi yaitu Impotensi. Penyebab terjadinya impotensi adalah terdapat zat

kimia yang bersifat beracun dan dapat mengurangi produksi sperma pada pria. Kandungan nikotin akan beredar di dalam darah dan dibawa kesemua badan termasuk organ reproduksi. Lalu, zat tersebut bakal menghambat prosedur spermatogenesis sehingga kualitas sperma jadi buruk. Menurut Taher (dalam Trisanti, 2016:332) selain merusak kualitas sperma, rokok bisa jadi aspek risiko hambatan fungsi seksual terutama gangguan fungsi seksual semacam gangguan disfungsi ereksi (DE). Kisaran, seperlima dari pengundap DE dipicu oleh prevelensi merokok.

5) Gangguan Kehamilan

Wanita yang merokok pada saat hamil mempunyai risiko melahirkan bayi dengan berat badan rendah (BBLR), keguguran, dan bayi dapat meninggal ketika melahirkan. Asap rokok memuat zat kimia yang berbahaya bagi perkembangan janin. Zat yang masuk kedalam tubuh bakal mengalir di dalam darah serta sampai ke janin. Zat nikotin bekerja melakukan penyempitan pembuluh darah serta menyumbat aliran oksigen di semua pembuluh darah hingga tali pusar. Gas karbon monoksida (CO) dapat mengganggu penyebaran gas oksigen di pembuluh darah, sehingga pasokan oksigen akan berkurang dan jumlah gas karbon monoksida berlebih (Setiyani, 2015:01). Hal tersebut, akan menghambat pertumbuhan janin, mulai dari kerusakan pada salah satu organ tubuh dan kegagalan janin atau kematian.

3. Mahasiswa

a. Pengertian

Mahasiswa ialah suatu golongan pada masyarakat yang mendapatkan kedudukannya sebab hubungan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa juga termasuk calon intelegensi ataupun cendekiawan muda pada golongan warga yang kadangkala persyaratannya dengan bermacam sebutan. Berdasarkan pandangan tersebut bisa disintesakan bahwasanya mahasiswa ialah status yang diemban oleh individu sebab ikatannya dengan perguruan tinggi yang diimpikan jadi calon-calon intelengensi.

Mahasiswa yang berumur antara 18-21 tahun masih termasuk remaja. Teori Erikson menyebutkan bahwasanya masa remaja ialah fase di mana individu sedang menelusuri jati diri. Perilaku sebagian remaja Indonesia sudah berangkapan bahwasanya merokok ialah suatu kepentingan yang tiada dapat diabaikan, kepentingan untuk "Gaul", kepentingan bersantai ataupun bermacam argumen lain yang membuat merokok termasuk hal biasa. Lebih parahnya orang-orang yang merokok mayoritas ialah orang dengan perekonomiannya menengah kebawah, pemuda tanpa berpenghasilan yang stabil, bahkan kalangan beredukasi tinggi semacam mahasiswa.

Pengetahuan ialah landasan utama perilaku individu spesifiknya pada melaksanakan kelakuan yang berkaitan dengan

kesehatan. Ilmu mempunyai kontribusi yang besar pada mempengaruhi sikap merokok khususnya pada remaja. Wawasan mengenai merokok termasuk sejauh mana individu bisa memahami serta mengerti mengenai merokok. Wawasan yang baik mengenai merokok terhadap kesehatan bakal berbeda kelakuan merokoknya daripada mereka yang berwawasan kurang (Notoatmodjo, 2010).

Golongan mahasiswa dimana semestinya mereka telah memiliki ilmu akademik yang tinggi serta lebih mengerti apa makna kesehatan serta memahami tentang bahaya merokok dan selaku generasi muda yang termasuk penerus bangsa semestinya lebih melindungi lingkungan sekeliling, tetapi pada realitanya masih banyak dijumpai pelajar yang mengkonsumsi rokok. Kadar rokok membuat individu sukar untuk stop merokok sebab terdapatnya faktor adiktif pada nikotin serta faktor psikis dimana seorang perokok bakal kehilangan aktifitas tertentu jikalau stop merokok. Selain faktor adiktif pada rokok, prevalensi merokok digolongan pelajar disebabkan oleh keadaan lingkungan mereka yang kebanyakan ialah perokok. Berhenti merokok termasuk transformasi sikap yang sukar dijalankan.

b. Tahap Perkembangan Remaja

Berdasarkan Soetjiningsih (2016), dilandasi pada kematangan psikososial serta seksual pada tumbuh kembangnya mengarah kedewasaan, tiap remaja bakal melewati tahap berikut:

1) Masa remaja dini/awal (*early adolescent*) 11-13 tahun.

Masa remaja dini/awal dikatakan juga dengan fase pra-pubertas ini termasuk fase transisi dari masa anak-anak ke masa pubertas. Seorang anak, pada masa ini sudah tumbuh ataupun puber (jadi besar) serta mempunyai kemauan untuk bersikap semacam orang dewasa, kematangan seksualpun telah terjadi, sejalan dengan perkembangan fungsi psikisnya.

2) Masa remaja menengah (*middle adolescent*) 14-16 tahun.

Masa ini disebut juga masa pubertas termasuk fase dimana pertumbuhan psikososial lebih menonjol. Seorang anak tiada lagi peka tetapi juga telah mulai aktif pada melaksanakan kegiatan pada rangka menelusuri jati diri dan panduan hidupnya. Mereka mulai idealis serta mulai memikirkan masa depan.

3) Masa remaja tingkat lanjut/akhir (*late adolescent*) 17-21 tahun.

Anak ataupun remaja pada fase remaja tingkat akhir mulai konsisten daripada sebelumnya. Mereka mulai mengenali dirinya, mulai berfikir secara visioner, mulai membuat rancangan kehidupannya, dan mulai memikirkan ataupun menetapkan jalan hidup yang bakal mereka jalani.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Berhenti Merokok

a. Faktor Pengetahuan

Pengetahuan ialah faktor utama yang bisa mempengaruhi kelakuan kesehatan individu, sehingga makin baik derajat pengetahuan individu maka makin baik pula sikap Kesehatan. Pengetahuan umumnya merujuk pada sesuatu yang diketahui menurut rangsangan yang dikasih, dengan terdapatnya rangsangan maka individu bakal mengetahui ataupun mempunyai pengetahuan. Ilmu termasuk perolehan dari tahu, serta ini belangsung sesudah individu melaksanakan pengindraan pada suatu objek terbatas (Hidayat, 2009). wawasan pelajar mengenai bahaya merokok biasanya dipengaruhi akibat faktor intelegensi serta pengalaman. Pengetahuan yang dipengaruhi Intelegensia ialah wawasan intelektual dimana individu bisa berlaku dengan akurat, cepat, serta gampang pada mengambil putusan. Individu yang memiliki intelektual yang rendah bakal berlaku lambat pada pengambilan keputusan.

Pengalaman dari diri sendiri ataupun orang lain yang meninggalkan kesan paling dalam bakal meningkatkan wawasan individu. Berdasarkan Small serta Hunter (2014) pengetahuan mengenai merokok ialah informasi yang dipunyai oleh individu berkenaan dengan bahaya yang dikarekan pada mengkonsumsi rokok. Menurut sejumlah pemikiran tersebut bisa disintesaikan

bahwasanya pengetahuan mengenai merokok ialah pemahaman individu akan bahaya-bahaya ataupun risiko yang mengakibatkan penyakit serta hambatan kesehatan mengisap serta menghirup rokok. Hasil observasi relevan dengan observasi Egbe., et.al (2016) yang menyebutkan bahwasanya lebih dari separuh peserta survei (56.1%, n= 305) mempunyai taraf pengetahuan yang tinggi mengenai dampak kesehatan negatif dari rokok.

b. Faktor Lingkungan

Berdasarkan Departemen Kesehatan Dalam Gizi serta Promosi Masyarakat, Indonesia mengatakan negara mempunyai taraf konsumsi rokok serta produksi rokok yang tinggi. Keberagaman benda serta harga rokok di Indonesia sudah mengakibatkan Indonesia jadi salah satu produsen sekaligus konsumen rokok terbesar di dunia. Hal tersebut dibuktikan berdasarkan *Global Adults Tobacco Survey (GATS)* tahun 2011, Indonesia mempunyai total perokok aktif terbanyak dengan kebiasaan 67% pria serta 2,7% perempuan (Depkes, RI, 2012).

Lingkungan sosial ialah salah satu faktor pengukuh pada menunjang kelakuan merokok. Lingkungan sosial yang mungkin sangat berpengaruh pada kelakuan merokok ialah orang tua serta kawan sepermainan. Pemuda dengan orang tua perokok condong bakal jadi perokok aktif di usia remajanya, perihal tersebut dikarenakan dua perihal: pertama, sebab anak tersebut. Kedua,

sebab anak telah terbiasa dengan asap rokok dirumah, dengan kata lain mereka sudah jadi perokok pasif waktu kecil serta sesudah remaja lebih gampang jadi perokok aktif (Nasution, 2007). Nashori serta Indirawati (2007), mengemukakan bahwasanya factor-faktor yang mempengaruhi kelakuan merokok remaja ialah faktor kepribadian, orang tua, lingkungan, serta iklan. Faktor terbesar dari prevelensi merokok ialah faktor sosial ataupun faktor lingkungan.

c. Motivasi

Berdasarkan Samsudin (2010: 281) menyebutkan bahwasanya motivasi ialah prosedur mempengaruhi ataupun mensupport dari luar terhadap individu ataupun kelompok kerja supaya mereka mau melakukan sesuatu yang sudah ditentukan. Sementara berdasarkan Liang Gie dalam Samsudin mengemukakan bahwasanya motivasi ialah pekerjaan yang dilaksanakan oleh manajer pada membagikan inspirasi, semangat serta support pada orang lain, pada perihal tersebut pegawainya, untuk mengambil tindakan-tindakan tertentu.

Siagian (2009: 102), menyebutkan bahwasanya motivasi ialah daya dorong bagi individu pada membagikan peranan yang sebesar mungkin untuk kesuksesan organisasi menggapai maksudnya.

Menurut penjelasan pemikiran dari para ahli tersebut, bisa disintesaikan bahwasanya motivasi ialah dorongan ataupun stimulus

yang membuat individu menjalankan tugas yang diharapkannya dengan rela tanpa terpaksa sehingga pekerjaan yang dilaksanakan bisa terlaksanakan dengan baik ataupun menciptakan sesuatu yang memuaskan.

Berhenti merokok dipengaruhi oleh niat serta motivasi. Motivasi ialah mekanisme psikis yang mengilustrasikan interaksi antara kelakuan, keperluan, pemahaman serta putusan yang terjadi pada diri individu. Faktor- faktor yang mempengaruhi berhenti merokok ataupun menginspirasi untuk stop merokok diantaranya: pendidikan tinggi tentang rokok, kesadaran tentang kerugian merokok, mensupport ketetapan bebas asap rokok di dalam rumah, nasihat ataupun anjuran dari dokter ataupun petugas kesehatan, peringatan tentang bahaya merokok, tingginya harga rokok serta emosi negatif yang terdapat pada individu (Dhumal dkk., 2014).

5. Cara dan Langkah Berhenti Merokok

Terdapat empat cara dan langkah berhenti merokok berdasarkan Germas Kemenkes (2017:19) yaitu :

a. Berhenti Seketika

Berhenti merokok dengan langkah ini adalah paling umum dilakukan. Langkah tersebut merupakan langkah paling sederhana karena individu hanya butuh berhenti merokok serta berkomitmen pada diri sendiri untuk mematuminya. Orang yang berhenti merokok

seketika lebih berhasil daripada individu yang berhenti merokok secara bertahap (Kemenkes, 2017:19).

b. Penundaan

Proses penundaan dalam cara berhenti merokok yaitu menunda ketika menghisap rokok tiap hari secara bertahap. Penundaan dilakukan dengan menunda dua jam tiap hari dari hari sebelumnya. Namun, total rokok yang disesap tiada dihitung (Kemenkes, 2017:20). Salah satu contoh, apabila prevalensi menghisap rokok pertama rata-rata jam 07.00 pagi, maka untuk hari pertama mulai merokok jam 09.00 pagi. Kemudian hari kedua, mulai jam 11.00 pagi, lalu hari ketiga mulai jam 13.00 siang. Langkah tersebut dilakukan seterusnya selama satu minggu berturut-turut.

c. Pengurangan

Cara pengurangan dalam berhenti merokok yaitu mengurangi total rokok yang dihisap tiap hari dan dikurangi bertahap dengan jumlah yang sama hingga 0 batang pada hari yang ditentukan (Kemenkes, 2017:21). Salah satu contoh, pada hari pertama individu mengonsumsi 10 batang rokok, lalu selang 1 ataupun 2 hari turun menjadi 8 batang rokok serta berikutnya dilakukan secara berangsur-angsur. Langkah tersebut ketika akan dilakukan individu harus menentukan pola penurunan konsumsi rokok dan tanggal berhenti merokok sampai 0.

d. Pengetahuan

Tingginya jenjang pendidikan individu memungkinkan nya untuk memperoleh pengetahuan ataupun wawasan yang lebih luas. Pengetahuan yang luas tersebut membantu seseorang lebih mampu sikap asertif, pemicu utama kematian yang berkaitan dengan rokok ialah kanker, penyakit kardiovaskuler serta penyakit paru semacam bronkitis,empisema/PPOK serta pneumonia. Tetapi anehnya, prevelensi yang tiada baik ini sering dilaksanakan oleh masyarakat kita, yaitu kebiasaan menghisap rokok.

Kompleksnya persoalan rokok di dunia termasuk di Indonesia, karena rendahnya wawasan serta kesadaran pada zat-zat yang termuat dalam rokok. Wawasan yang kurang baik bakal condong membuat individu berperilaku merokok maupun sebaliknya zat yang termuat pada rokok dan efek dari bahaya merokok. Jikalau individu memiliki wawasan yang tinggi maka bakal berdampak terhadap mutu hidupnya ada pula faktor yang mempengaruhi pengetahuan yakni, umur, pendidikan, pekerjaan.

B. Penelitian Terkait

1. Observasi yang dilaksanakan Rina Puspita Sari, Sulaeman, Fitri Angraini pada tahun 2019 tentang Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Perokok Aktif Tentang Bahaya Rokok Dengan Motivasi Berhenti Merokok Pada Siswa SMA Muhammadiyah Cipondoh. Jadi hasil kesimpulan dari jurnal ini ialah perolehan

analisis data tentang hubungan taraf pengetahuan perokok aktif mengenai bahaya merokok dengan motivasi berhenti merokok pada pelajar SMA Muhammadiyah Cipondoh, nilai P value yang diperoleh yaitu 0,283. Perihal tersebut menjelaskan bahwasanya nilai P value $> 0,05$, sehingga disintesaikan bahwasanya tiada hubungan berarti antara taraf pengetahuan perokok aktif mengenai bahaya merokok dengan motivasi berhenti merokok pada siswa SMA Muhammadiyah Cipondoh. Selain tersebut nilai R Square 0,04 (4%) yang mengindikasikan besarnya pengaruh variable pengetahuan terhadap motivasi ialah 0,04 (4%) sehingga 0,96 (96%) motivasi dipengaruhi oleh faktor lainnya.

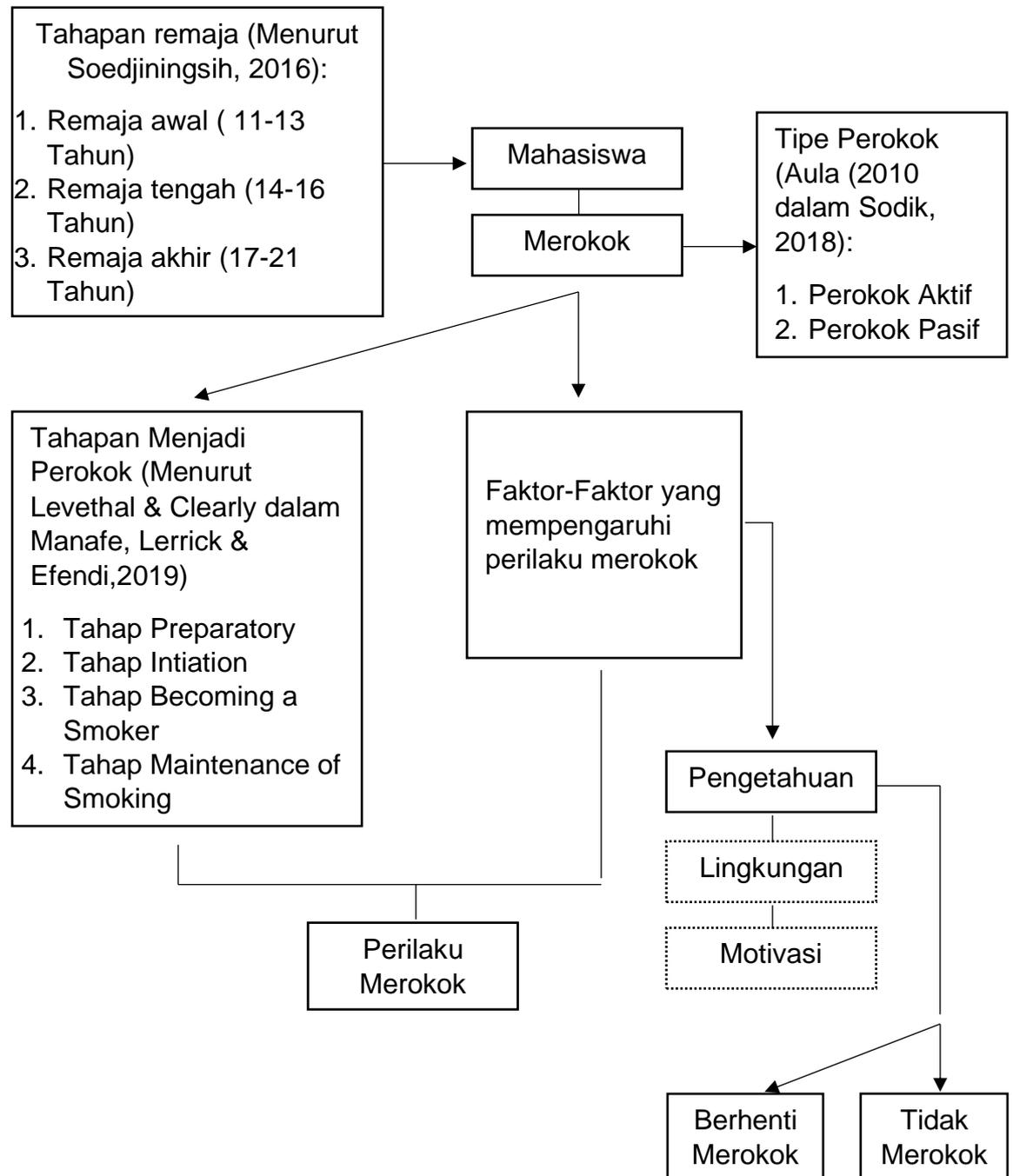
2. Observasi yang dilaksanakan Jimmy Junior Lempoy, Sulaemana Engkeng, Nancy S.H. Malonda pada tahun 2021 tentang Tingkat Pengetahuan serta Sikap mengenai Prilaku Merokok pada Mahasiswa di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas SAM Ratulangi. Perolehan observasi dari yang dikaji menjelaskan bahwasanya sikap mahasiswa kategori baik sejumlah 34 ataupun kisaran 73,9%, kurang baik sejumlah 12 mahasiswa ataupun kisaran 26,1%, serta pengetahuan mahasiswa kategori baik sebesar 41 dengan persentase 89,1%, kurang baik sejumlah 5 dengan persentase 10,9%. Sintesa pada observasi ini yakni perilaku serta wawasan kelakuan merokok berada pada kategori baik. Saran pada observasi ialah melindungi pola hidup sehat terlebih menjauhi sikap

merokok serta bahaya merokok supaya jadi contoh yang baik bagi warga serta bagi generasi muda yang bakal datang serta mensupport aktifitas tentang wawasan serta kelakuan terhadap perilaku merokok.

3. Berdasarkan observasi yang dilaksanakan Hetti Rusmini pada tahun 2020 berjudul Hubungan Antara Pengetahuan Bahaya Merokok dengan Keinginan Berhenti Merokok pada Siswa SMP di Kota Bandar Lampung. Perolehan observasi mengungkapkan bahwasanya 287 murid (58,5%) murid SMP di Kota Bandar Lampung termasuk perokok. Dimana sejumlah 252 pelajar perokok (87,8%) memahami bahaya merokok. Serta sejumlah 273 murid perokok (95,1%) mempunyai kemauan supaya stop merokok. Sintesa dari observasi ini ialah Data observasi mengindikasikan bahwasanya ada 273 dari 287 murid perokok (95,1%) mempunyai kemauan supaya stop merokok sesudah memahami bahaya merokok. Analisa pengujian chi-square menjelaskan adanya ikatan berarti ($p=0,000$) antara wawasan bahaya merokok dengan kemauan supaya stop merokok. Perihal tersebut bermakna pendistribusian informasi bahaya merokok membagikan efek positif terhadap kemauan supaya berhenti merokok. Sehingga program penyaluran informasi bahaya rokok bisa dinaikkan serta menyentuh seluruh kalangan serta umur.

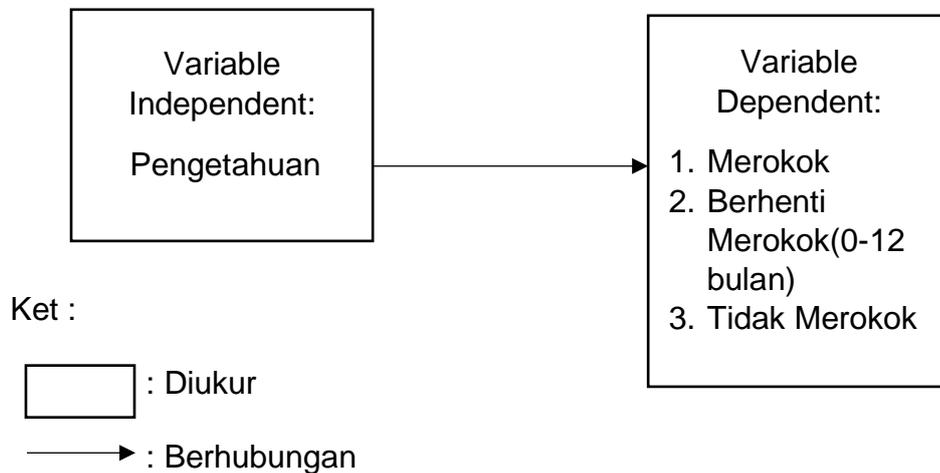
C. Kerangka Teori Penelitian

Gambar 2.1 : Kerangka Teori Penelitian



D. Kerangka Konsep Penelitian

Gambar 2.2: Kerangka Konsep Penelitian



E. Pertanyaan Penelitian/ Hipotesis

Hipotesis ialah tanggapan sementara terhadap rumusan permasalahan observasi, di mana rumusan permasalahan observasi sudah dikatakan pada wujud pertanyaan (Sugiono 2018:63). Hipotesis pada observasi ini ialah :

1. Hipotesa alternative (Ha) :
 - a. Ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian merokok pada mahasiwa fakultas ilmu keperawatan di univeritas muhammadiyah kalimantan timur.
 - b. Ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian berhenti merokok pada mahasiwa fakultas ilmu keperawatan di univeritas muhammadiyah kalimantan timur.

- c. Ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian tidak merokok pada mahasiswa fakultas ilmu keperawatan di universitas muhammadiyah kalimantan timur.