

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Motivasi

a. Pengertian

Motivasi yang kuat dari perokok untuk berhenti ialah salah satu faktor yang bisa membujuk seseorang untuk berhenti merokok. Kesan risiko yang terkait dengan merokok bisa menyebabkan keinginan seseorang untuk berhenti merokok, bersama dengan keinginan serta dorongan yang kuat untuk melakukannya (Putri & Kamarina, 2021). Motivasi seseorang ialah prosedur psikologis yang menampilkan bagaimana sikap, keinginan, persepsi, serta keputusan mereka berinteraksi satu sama lain (Nugroho & Fitriani, 2020).

Berdasarkan pendapat Siagian (2012) didalam Yugistiyowati & Rahmawati (2018) menyatakan bahwa Setiap orang, bahkan mereka yang berada dalam situasi yang sama, mempunyai motif yang bervariasi tergantung pada kebutuhan atau keinginan yang mereka punyai untuk situasi tertentu yang mereka hadapi. Dengan demikian seseorang harus mempunyai motivasi yang kuat didalam diri mereka agar mau berhenti merokok untuk mengurangi dampak negatif dari rokok.

b. Faktor-Faktor Motivasi

Ada beberapa variabel yang bisa mempengaruhi motivasi seseorang untuk berhenti merokok, ialah (Putri, 2021):

- 1) Faktor internal yaitu meliputi usia, nilai-nilai, self-efficacy, tujuan pribadi, gejala yang dirasakan, faktor kesehatan, penerimaan diri, pemahaman mengenai bahaya merokok, dan keinginan untuk memberi contoh.
- 2) Faktor eksternal yaitu elemen seperti pengaruh sosial, akses ke sistem pemberian perawatan kesehatan, agama, serta faktor biaya yang berada di luar individu.

c. Jenis-Jenis Motivasi Berhenti Merokok

Curry, Wagner, dan Grothaus (2000) mengategorikan insentif untuk berhenti merokok menjadi dua kategori, ialah:

- 1) Pengendalian diri serta kepedulian terhadap kesehatan (masalah kesehatan) ialah contoh motivasi intrinsik (pengendalian diri). Dampak negatif rokok bagi kesehatan memang mengkhawatirkan. Pengendalian diri (*self-control*) secara eksplisit mengacu pada upaya untuk mengendalikan perilaku seseorang, terutama didalam melawan dorongan atau impuls serta menolak gangguan ataupun godaan yang muncul.
- 2) Tekanan sosial serta penguatan cepat (penguatan langsung) membentuk motivasi ekstrinsik (tekanan sosial).

Respons terhadap perilaku yang dikenal sebagai penguatan segera mungkin membuat perilaku tersebut lebih mungkin terulang. Psikologi mengatakan bahwa setiap orang ingin diakui atas usahanya. Penghargaan yang diterima seseorang akan segera dirasakan jika hasil usahanya dihargai, dan sebagai hasilnya, penghargaan tersebut akan menjadi salah satu katalis baginya untuk berusaha meningkatkan kinerja ataupun menjalani hidupnya secara maksimal. Seseorang ataupun sekelompok individu mungkin mengalami tekanan sosial dalam upaya untuk mempengaruhi perilaku mereka untuk mencapai tujuan tertentu. Opini publik, peraturan, serta etika publik ialah contoh dari tekanan masyarakat.

d. Motivasi Menghisap Rokok

Menurut Satiti (2009) dalam Dewi Rosaria Amalia (2014), ada beberapa motivasi yang melatarbelakangi seseorang untuk menghisap rokok yaitu:

- 1) Rokok adalah simbol kenikmatan
- 2) Rokok ialah lambang kejantanan
- 3) Rokok ialah lambang kebebasan
- 4) Rokok ialah lambang *glamor*
- 5) Rokok ialah lambang *feminisme*
- 6) Rokok ialah lambang kecantikan (langsung)

- 7) Menghisap rokok ialah lambang pergaulan
- 8) Menghisap rokok ialah toleransi
- 9) Menghisap rokok ialah lambang persahabatan
- 10) Menghisap rokok ialah lambang solidaritas
- 11) Menghisap rokok kelihatan keren
- 12) Menghisap rokok kelihatan atraktif

2. Rokok

a. Pengertian

Rokok ialah produk sampingan dari pembuatan tembakau kemasan, yang meliputi cerutu dan produk tembakau lainnya yang terbuat dari *Nicotiana tobacum*, *Nicotiana rustica*, dan spesies lainnya, serta produk tembakau sintetis dengan tambahan ataupun tanpa tambahan nikotin, tar, dan senyawa adiktif (Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta, 2009 dalam Khairani, dkk, 2019).

Orang yang memiliki kecenderungan untuk merokok menganggap merokok sebagai kebiasaan yang mereka lakukan setiap hari dan kebutuhan yang tidak dapat mereka tinggalkan. Meskipun merokok dianggap memberikan kesenangan bagi perokok, rokok juga bisa memberikan efek negatif pada perokok dan orang-orang di sekitarnya. Masyarakat umum menyadari bahwa merokok dapat berdampak negatif bagi kesehatan. Isu merokok telah hampir

menyebarkan ke seluruh negeri (Setiyono, 2013 dalam Khairani, dkk, 2019). Baik perokok aktif ataupun pasif mungkin memiliki efek negatif dari merokok pada kesehatan, keuangan, kehidupan sosial, serta lingkungan mereka. Beban penyakit serta kematian akibat rokok dipengaruhi oleh meningkatnya jumlah perokok (Kusumaningrum, dkk, 2018 dalam Putri & Kamariana, 2021). Ada sekitar 25 penyakit berbeda yang mempengaruhi berbagai bagian tubuh manusia, termasuk mulut, tenggorokan, laring, kerongkongan, paru-paru, pankreas, serta kandung kemih. Salah satu penyakit tersebut disebabkan oleh kebiasaan merokok (Nururrahmah, 2014 dalam Putri & Kamariana, 2021).

b. Perilaku Merokok

Menurut Levethal & Clearly dalam Manafe, Lerrick & Effendy (2019), berpendapat bahwa ada 4 tahapan didalam perilaku merokok ialah:

1) Tahap *Preparatory*

Pada tahap ini seseorang belum pernah mencicipi rokok. Seseorang memiliki persepsi positif tentang merokok. Pandangan mengenai apa yang berkaitan dengan merokok dan cara kerja merokok adalah bagian dari tahap persiapan ini. Remaja yang merokok percaya bahwa mereka mandiri, dan tingkat kecemasan pencapaian,

kecemasan kinerja, serta dorongan teman sebaya mereka bervariasi pada tahap perencanaan.

2) Tahap *Intiation social pressure*

Pada tahap ini seseorang telah mulai mencicipi rokok untuk pertamakalinya. Tahap ini sangat penting untuk dilalui seseorang untuk mulai merokok. Tahap ini, kadang-kadang dikenal sebagai tahap perintis merokok, adalah saat seseorang memutuskan untuk tetap merokok atau tidak. Respon fisiologis setiap orang yang menentukan apakah mereka melanjutkan ataupun berhenti merokok adalah unik. Jika merokok dipertahankan, toleransi serta adaptasi terhadap merokok akan berkembang. Persepsi anak-anak bahwa merokok berbahaya bagi orang lain dan orang tua tetapi tidak untuk diri mereka sendiri bisa dihasilkan dari pengalaman adaptasi (penyesuaian diri).

3) Tahap *Becoming a Smoker*

Setiap orang melalui proses yang berbeda untuk menjadi perokok berat. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa jangka waktu dari pertama kali seseorang merokok atau hanya sesekali mencoba rokok dan menjadi perokok biasanya ialah 2 tahun (dihitung terus menerus).

4) Tahap *Maintenance of Smoking*

Pada tahapan ini, Merokok telah berkembang menjadi alat

bagi orang untuk mengatur diri sendiri dalam berbagai keadaan serta peristiwa. Merokok dilakukan untuk mendapatkan dampak fisiologis yang menyenangkan.

c. Kriteria Perokok

Menurut Sitepoe (2000) dalam Nurul Istifaizah (2017), membagi orang yang merokok menjadi 2 jenis sesuai dengan asap yang dihirup, ialah:

1) Perokok Aktif

Perokok aktif adalah mereka yang membakar rokoknya sendiri serta menghisapnya langsung melalui mulutnya (asap mainstream).

2) Perokok Pasif

Orang yang berada di dekat perokok aktif yang menghisap rokok yang dihasilkan pada akhir pembakaran rokok serta asap rokok yang dihembuskan perokok aktif ke udara agar orang lain bisa menghirupnya dianggap perokok pasif (sidestream smoke).

Sesuai dengan jumlah rokok yang mereka hisap setiap hari, perokok dibagi menjadi tiga kategori, (Sitepoe, 2000 dalam Solehah & Mulyana, 2018):

- 1) Perokok ringan, perokok yang hanya mengisap satu hingga sepuluh batang rokok sehari.

- 2) Perokok sedang, perokok yang hanya mengisap 11 hingga 20 batang rokok sehari.
- 3) Perokok berat, perokok yang hanya mengisap lebih dari 20 batang rokok sehari.

d. Bahan Kimia Dalam Rokok

Dalam Nazriati, dkk (2020) menjelaskan bahwa efek yang ditimbulkan rokok pada kesehatan telah didokumentasikan sejak tahun 1964. Susunan kimia rokok cukup rumit. Ada dua fase racun yang ditemukan dalam rokok: fase gas serta fase partikel. Sebagian besar komponen dalam asap rokok (85%) berasal dari bagian gas, selebihnya sebagai partikel (15 persen). Rokok mengandung > dari 4.000 jenis bahan kimia yang berbeda, 60 di antaranya menyebabkan kanker serta 200 tidak sehat. Senyawa dalam rokok menghadirkan sejumlah risiko, termasuk: (Umar, 2005 dalam Putri, 2021):

1) Tar

Tar merupakan hidrokarbon aromatik polinuklear yang menyebabkan kanker. Tar meningkatkan jumlah lendir yang diproduksi di paru-paru, yang bisa menyebabkan kanker paru-paru, dan juga dapat menyebabkan sel-sel darah mati.

2) Nikotin

Nikotin dapat menyebabkan sistem saraf simpatik tidak berfungsi. Nikotin termasuk bahan kimia adiktif yang dapat menyebabkan kecanduan dan membuat berhenti merokok menjadi tantangan bagi sebagian orang. Nikotin dalam rokok berpotensi mempersempit arteri. Ini akan mengurangi jumlah darah yang mengalir melalui tubuh. Salah satu penyebab utama peningkatan risiko perokok terhadap serangan jantung ialah nikotin. Hal tersebut dikarenakan penyempitan arteri koroner, yang memberi makan darah ke jantung. Selain itu, nikotin menjadi salah satu penyebab seseorang menjadi kecanduan pada rokok.

3) Karbon Monoksida

Gas beracun yang dikeluarkan oleh knalpot kendaraan adalah karbon monoksida. Karbon monoksida ini menempel pada hemoglobin darah serta mengkonsumsi oksigen. Hal tersebut merupakan penyebab saat melakukan pekerjaan berat, seseorang akan mengalami sesak napas atau terengah-engah, memaksa jantung bekerja lebih keras atau memompa darah lebih cepat ke seluruh tubuh. Selain itu, ini menempatkan seseorang pada risiko tekanan darah yang berlebihan.

4) Benzopyrene

Benzopyrene merupakan salah satu unsur dari tar yang ada didalam tembakau. Benzopyrene terjadi pada saat rokok yang terbakar.

5) Amonia

Salah satu senyawa yang dimanfaatkan dalam bahan peledak serta bubuk pembersih rumah tangga ialah amonia. Amonia, yang terdiri dari nitrogen dan hidrogen dan tidak berwarna, dapat dengan mudah masuk ke sel-sel tubuh.

6) Arsenikum

Arsenikum adalah unsur kimia yang sering dimanfaatkan dalam membunuh serangga.

e. Bahaya Rokok

Menurut Proverati dan Rahmawati (2012) menunjukkan bahwa merokok bisa sangat berbahaya bagi tubuh baik perokok aktif ataupun pasif, termasuk:

- 1) Mengakibatkan rontoknya rambut
- 2) Gangguan terhadap mata
- 3) Hilangnya pendengaran lebih awal dibandingkan yang tidak merokok
- 4) Mengakibatkan paru-paru kronis
- 5) Kerusakan gigi serta bau mulut

- 6) Menyebabkan serangan jantung dan stroke
- 7) Tulang lebih mudah patah
- 8) Apakah pemicu kanker kulit
- 9) Mengakibatkan impotensi serta infertilitas
- 10) Mengakibatkan keguguran serta kanker rahim.

3. Mahasiswa

a. Pengertian

Mahasiswa merupakan bagian dari remaja akhir. Generasi muda yang akan mengambil alih sebagai pemimpin negara harus lebih peduli dengan lingkungan, dan siswa harus sudah memiliki pemahaman akademis yang tinggi untuk lebih memahami apa implikasi kesehatan dan konsekuensi dari merokok, tetapi pada kenyataannya, banyak siswa masih merokok (Aziizah, dkk, 2018).

Mahasiswa termasuk kedalam katagori umur terbanyak merokok ialah umur 15-25 tahun. Periode ini terjadi antara masa remaja akhir dan masa dewasa awal. Kebiasaan merokok siswa laki-laki di tempat umum tanpa disadari bisa mengganggu orang-orang di sekitar mereka sebab mereka percaya itu akan membantu mereka merasa lebih baik saat menunggu profesor datang (Intan S, dkk, 2020). Pemerintah dan perguruan tinggi sudah melakukan sejumlah upaya untuk

meminimalkan jumlah perokok, termasuk melalui Kawasan Tanpa Rokok (KTR) (Kemenkes RI, 2013).

b. Tahap-Tahap Remaja

Masa remaja, menurut Tarwoko dkk (2012), meliputi:

1) Remaja awal (10-14 Tahun)

Masa remaja awal dikenali dengan berbagai pertumbuhan yang cepat, yang seringkali menyebabkan beberapa kesulitan dalam penyesuaian diri. Pada masa ini juga remaja memulai mencari jati dirinya.

2) Remaja menengah (14-17 Tahun)

Masa remaja tengah, perubahan bentuk tubuh yang sebanding dengan perubahan orang dewasa mulai terlihat. Remaja sering diharapkan untuk berperilaku seperti orang dewasa sementara tidak secara psikologis siap untuk itu.

3) Remaja akhir (17-19 Tahun)

Pada masa remaja akhir pertumbuhan biologis yang lamban secara keseluruhan tapi terus berlanjut di tempat lain. Pada masa remaja akhir, perhatian, perasaan, minat, serta cara berpikir sudah mulai stabil.

4. Cara dan Langkah Berhenti Merokok

Terdapat empat cara dan langkah untuk berhenti merokok berdasarkan Gernas Kemenkes (2017:19) dalam Puspitasari (2020), yaitu :

a. Berhenti Seketika

Berhenti merokok dengan langkah ini adalah hal yang paling umum dilakukan. Langkah tersebut merupakan langkah paling sederhana karena individu hanya perlu berhenti merokok dan berkomitmen pada diri sendiri untuk menaatinya. Orang yang beristirahat merokok seketika lebih berhasil dari pada individu yang berhenti merokok secara bertahap (Kemenkes, 2017:19).

b. Penundaan

Proses penundaan dalam cara berhenti merokok yaitu menunda untuk menghisap rokok setiap hari secara bertahap. Penundaan dilakukan dengan menunda 2 jam tiap hari dari hari sebelumnya. Namun, jumlah rokok yang dihisap tidak dihitung (Kemenkes, 2017:20). Salah satu contoh dari proses penundaan, apabila kebiasaan menghisap rokok pertama rata-rata pukul 07.00 pagi, sehingga untuk hari pertama mulai merokok pada pukul 09.00 pagi. Kemudian hari ke-2, mulai pukul 11.00 pagi, lalu hari ke-3 mulai pukul 13.00 siang. Langkah tersebut dilakukan seterusnya selama satu minggu berturut-turut.

c. Pengurangan

Cara pengurangan dalam berhenti merokok yaitu dengan meminimalisir jumlah rokok yang dihisap tiap hari dan dibatasi secara perlahan 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, jangka waktu 1 ataupun 2 hari turun menjadi 8 batang rokok dan seterusnya dilakukan secara berangsur-angsur. Langkah tersebut ketika akan dilakukan individu harus menentukan pola penurunan konsumsi rokok dan tanggal berhenti merokok sampai 0.

d. Pengetahuan

Seseorang dengan tingkat pendidikan yang tinggi dapat mengembangkan wawasan ataupun pengetahuan yang lebih luas. Pengetahuan yang luas ini membantu seseorang lebih mampu sikap asertif. Kanker, penyakit kardiovaskular, serta kondisi paru-paru termasuk bronkitis, emfisema/PPOK, dan pneumonia ialah penyakit utama yang terkait dengan merokok yang menyebabkan kematian. Akan tetapi anehnya, budaya kita melakukan kebiasaan negatif ini yakni kebiasaan merokok cukup sering.

Rumitnya masalah rokok di seluruh dunia, khususnya di Indonesia, ialah akibat dari ketidaktahuan serta kurangnya

kesadaran masyarakat akan bahan kimia yang terdapat dalam rokok. Ketika seseorang kurang memahami tentang konsekuensi merokok atau kandungan dalam rokok, mereka lebih cenderung untuk merokok. Ada unsur-unsur lain yang mempengaruhi pengetahuan, seperti usia, pendidikan, serta pekerjaan, yang juga akan berdampak pada tingkat pengetahuan dan kualitas hidup seseorang.

B. Penelitian Terkait

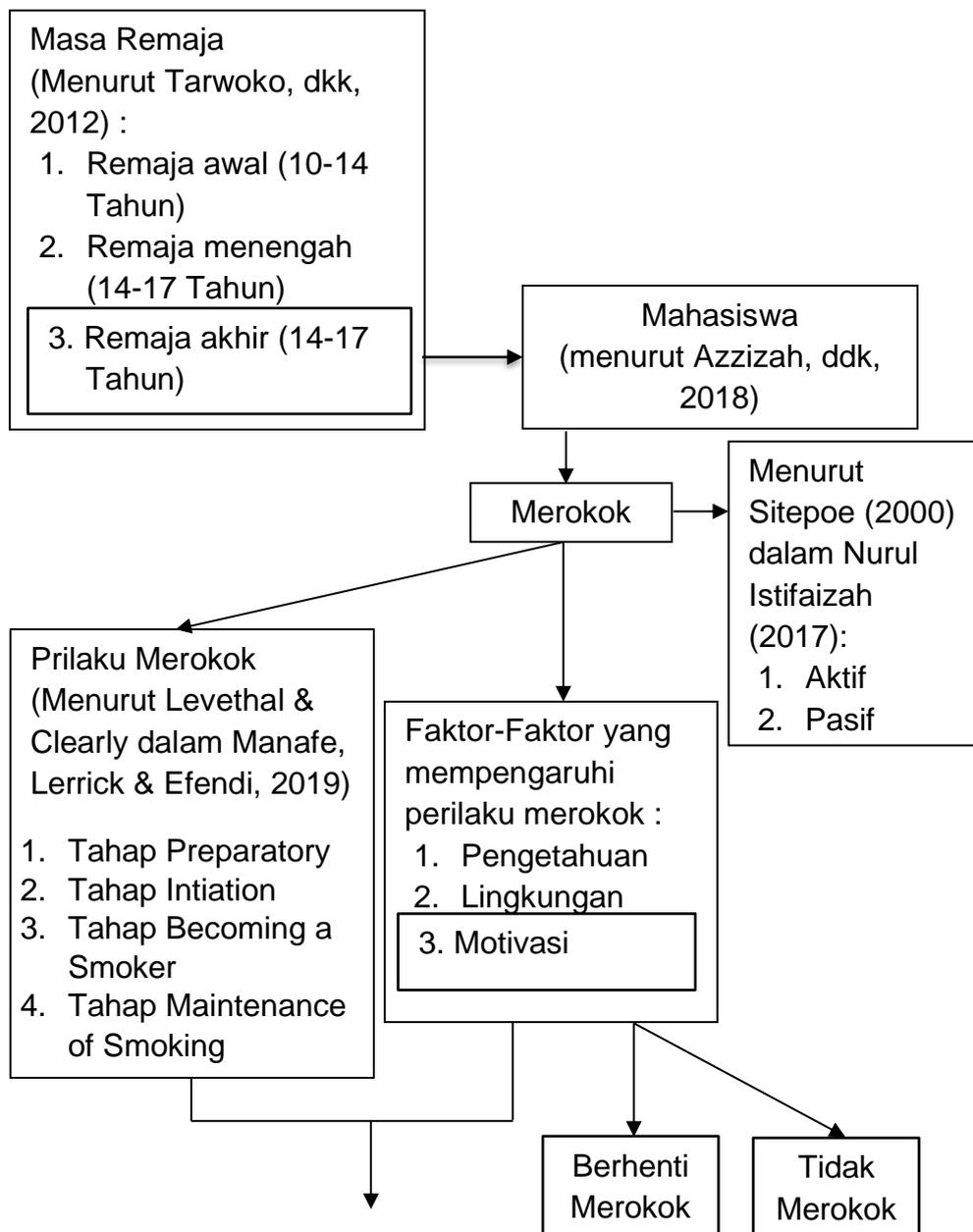
1. Sesuai dengan riset yang dilaksanakan oleh Andi Erika Putri, Kamarina pada tahun 2021 dengan judul "Hubungan Pengetahuan Tentang PHW pada Kemasan Rokok dengan Motivasi Berhenti Merokok Siswa SMK Wahyu 2 Makassar". Hasil uji statistik dengan menggunakan uji Chi- Square didapatkan nilai $P=0,60$. Hasil dari riset membuktikan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan mengenai Pictorial Health Warning pada kemasan rokok dengan motivasi berhenti merokok pada siswa.
2. Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Azzizah KN, Setiawan I, Lelyana S pada tahun 2018 dengan judul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dampak Rokok Terhadap Kesehatan Rongga Mulut Dengan Tingkat Motivasi Berhenti Merokok pada Mahasiswa Universitas Kristen Maranatha". Hasil uji statistik pada riset ini membuktikan bahwa p-value (0,000) kurang dari 0,05, berarti ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan motivasi

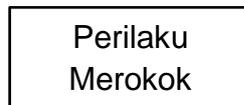
berhenti merokok. Hal ini menunjukkan bahwa dorongan untuk berhenti merokok meningkat dengan tingkat informasi. Berdasarkan hasil penelitian dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara motivasi mahasiswa Universitas Kristen Maranatha untuk berhenti merokok dengan tingkat pemahaman mereka mengenai pengaruh rokok terhadap rongga mulut.

3. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nur Melizza, Anggraini Dwi Kurnia, Nur Lailatul Masruroh, Indrasari Dwi Yulianti pada tahun 2020 dengan judulnya "Smoking Behavior, Social Support, and Cessation Motivation in Smoking Among Health Sciences Students". Hasil riset ini membuktikan bahwa mayoritas responden yang terlibat terbukti mempunyai kecenderungan merokok sedang (65%). Di sisi lain, sebagian besar responden telah mendapatkan dukungan melalui beberapa jenis dukungan sosial dengan presentase yang relatif tinggi ,yaitu dukungan penilaian (71%), dukungan nyata (87%), dukungan harga diri (97%), dan dukungan kepemikiran (92%). Selain itu, sebagian besar responden dilengkapi dengan tingkat motivasi untuk berhenti merokok yang tinggi, yaitu (71%). Sesuai dengan hasil yang didapatkan dari riset ini membuktikan bahwa tingkat kebiasaan merokok yang dirasakan responden tergolong rendah. Sedangkan, dukungan penilaian tergolong tinggi, dukungan nyata

rendah, dukungan harga diri tinggi, dan dukungan kepemimpinan tinggi. Selain itu, beberapa responden telah menunjukkan tingkat motivasi berhenti merokok yang tinggi. rendah, dukungan harga diri tinggi, dan dukungan kepemimpinan tinggi. Selain itu, beberapa responden telah menunjukkan tingkat motivasi berhenti merokok yang tinggi.

C. Kerangka Teori Penelitian

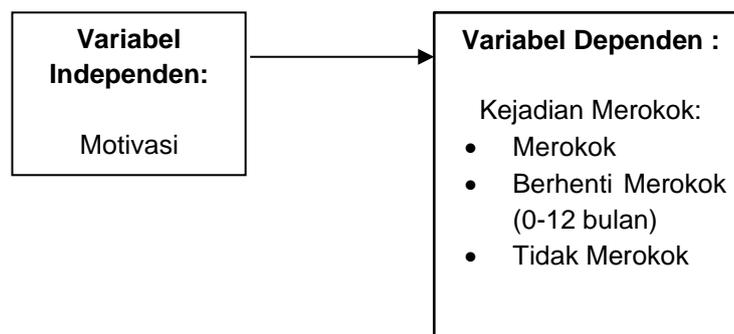




Gambar 2.1 Kerangka Teori

D. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep adalah uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan konsep satu dengan konsep yang lainnya, atau variabel satu dengan variabel yang lain dari masalah yang akan diteliti (Notoatmodjo, 2018).



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

Ket :



: Diukur



: Berhubungan

E. Pertanyaan Penelitian/Hipotesis

Hipotesis ialah tanggapan jangka pendek terhadap masalah ataupun pertanyaan penelitian seperti yang sudah dirumuskan (Nursalam, 2013). Pada riset ini, hipotesisnya ialah:

Ha : Ada hubungan antara motivasi dengan kejadian merokok pada mahasiswa fakultas ilmu keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Ha : Ada hubungan antara motivasi dengan kejadian berhenti merokok pada mahasiswa fakultas ilmu keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Ha : Ada hubungan antara motivasi dengan kejadian tidak merokok pada mahasiswa fakultas ilmu keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.