

PUBLICATION MANUSCRIPT

NASKAH PUBLIKASI

**THE CORRELATION STRESS ON ENHANCEMENT SMOKING BEHAVIOR
AMONG BACHELOR OF PUBLIC HEALTH STUDENTS AT STIKES
MUHAMMADIYAH SAMARINDA**

**HUBUNGAN STRES DENGAN PENINGKATAN PERILAKU MEROKOK
MAHASISWA S1 KESEHATAN MASYARAKAT STIKES
MUHAMMADIYAH SAMARINDA**

Muammar¹, Ainur Rachman², Sri Sunarti³



DI AJUKAN OLEH

MUAMMAR

10.113082.4.0059

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
SAMARINDA 2014**

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN STRES DENGAN PENINGKATAN PERILAKU MEROKOK
MAHASISWA S1 KESEHATAN MASYARAKAT STRES
MUHAMMADIYAH SAMARINDA**

NASKAH PUBLIKASI

DISUSUN OLEH :

MUAMMAR

Diseminarkan dan Diujikan

Pada tanggal, 21 Agustus 2015

Penguji I



Yannie Isworo, S.KM, M.KES
NIDN. 1122067902

Penguji II



Ainur Rachman, S.KM, M.KES
NIDN. 1123058301

Penguji III



Sri Sunarti, S. KM
NIDN. 1115037801

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat




Sri Sunarti, S. KM
NIDN. 1115037801

THE CORRELATION STRESS ON ENHANCEMENT SMOKING BEHAVIOR AMONG BACHELOR OF PUBLIC HEALTH STUDENTS AT STIKES MUHAMMADIYAH SAMARINDA

ABSTRACT

Muammar¹, Ainur Rachman², Sri Sunarti³

Background : Smoking is a very a detrimental negative behavior if we are not aware of the danger. The smoking behavior of a person is formed due to the intentions of the individual it self, then developed as influenced by costumes, social factors and conditions which facilitate. In many countries, the smoking behavior in teenagers has become a very serious issue and consumption of cigarettes among Indonesian society is quite high. The factors that most affect, among others is stres

Research Objectives : This research aims to find out the correlation stress on enhancement smoking behavior of students among bachelor Public Health degree at Stikes Muhammadiyah Samarinda.

Method : The design of this research was cross sectional with the total subject of 41 students of Stikes Muhammadiyah Samarinda. The variable under study covered stress using the services of psychologist and the data is processed using statistical test of spearman rank correlation.

Findings : The result of the correlation test using spearman rank showed that there was a significant correlation between stress and smoking behavior of students Public Health . The result of correlation analysis using spearman rank correlation test showed that the value of r was 0.677, indicating that the correlation was strong.

Conclusion : There was a significant correlation between stres on enhancement smoking behavior of students among bachelor Public Health at Stikes Muhammadiyah Samarinda.

Keywords : Stress, Enhancement Smoking Behavior

¹Undergraduate Student of Public Health. College of Health Sciences Muhammadiyah Samarinda

²Lecturer, College of Health Sciences Muhammadiyah Samarinda

³Lecturer, College of Health Sciences Muhammadiyah Samarinda

HUBUNGAN STRES DENGAN PENINGKATAN PERILAKU MEROKOK MAHASISWA S1 KESEHATAN MASYARAKAT STIKES MUHAMMADIYAH SAMARINDA

INTISARI

Muammar¹, Ainur Rachman², Sri Sunarti³

Latar Belakang : Merokok merupakan perilaku negatif yang sangat merugikan jika kita tidak menyadari akan bahayanya. Perilaku merokok seseorang terbentuk karena adanya niat dari individu itu sendiri, kemudian berkembang karena di pengaruhi oleh kebiasaan, faktor sosial dan kondisi yang memfasilitasi. Di banyak negara, perilaku merokok pada remaja telah menjadi persoalan yang sangat serius dan konsumsi rokok masyarakat Indonesia ternyata masih cukup tinggi. Faktor yang paling banyak mempengaruhi adalah stres.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres dengan perilaku merokok mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda.

Metode Penelitian : Desain penelitian *Cross Sectional* dengan jumlah responden 41 mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda. Variabel yang diteliti adalah stres dengan menggunakan jasa psikolog dan data ini diproses menggunakan uji statistik *Spearman Rank*.

Hasil Penelitian : Hasil analisis hubungan menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* dapat dikatakan ada hubungan yang signifikan antara stres dengan perilaku merokok mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda. Hasil analisis hubungan menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* diperoleh nilai r yaitu 0.684, sehingga dapat diartikan bahwa keeratan korelasi termasuk dalam kategori kuat.

Kesimpulan : Terdapat hubungan stres dengan perilaku merokok mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda.

Kata Kunci : Stres, Perilaku Merokok

¹Mahasiswa Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Samarinda

²Dosen, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Samarinda

³Dosen, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Samarinda

PENDAHULUAN

Perilaku merokok merupakan perilaku yang menyenangkan dan bergeser menjadi aktivitas yang bersifat obsesif. Hal ini disebabkan karena salah satu kandungan dari rokok yaitu nikotin bersifat adiktif, jika dihentikan secara tiba-tiba akan menyebabkan stres (Tandra, 2003). Efek merokok hanya meredakan kecemasan selama efek nikotin masih ada, namun ketergantungan nikotin dapat membuat seseorang menjadi tambah stres (Parrot, 2004). Pengaruh nikotin rokok dapat menyebabkan seseorang menjadi pecandu atau ketergantungan pada rokok. Remaja yang sudah kecanduan merokok pada umumnya tidak dapat menahan keinginan untuk tidak merokok, mereka cenderung sensitif terhadap efek dari nikotin (Kandel Timiatun, 2004).

Stres telah menjadi bagian yang tidak dapat dilepaskan dari kehidupan manusia. Stress bisa melanda siapa saja dan dimana saja. Tidak seorang pun dapat menghindari stres, baik itu bayi, kaum remaja, kaum muda, dan orang dewasa, bahkan lansia pun masih berkemungkinan mengalami stres (Yusuf, 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Parrot (2004) mengenai hubungan antara stres dengan merokok yang dilakukan pada orang dewasa dan pada remaja menyatakan bahwa ada perubahan emosi selama merokok. Merokok dapat membuat orang yang stres menjadi tidak stres lagi. Menurut Parrot (2004), perasaan ini tidak akan lama, begitu selesai merokok, mereka akan merokok lagi untuk mencegah agar stres tidak terjadi lagi. Keinginan untuk merokok kembali timbul karena ada hubungan antara perasaan negatif dengan rokok, yang berarti bahwa para perokok merokok kembali agar menjaga mereka untuk tidak menjadi stres. Perilaku merokok lebih tinggi ditemukan oleh orang yang mengalami stres dari pada tidak. Data yang dihasilkan menyatakan bahwa para perokok yang mengalami stres atau mengalami kejadian hidup yang tidak menyenangkan susah untuk berhenti merokok.

Merokok merupakan salah satu contoh dari strategi koping yang tidak efektif namun banyak disukai oleh para remaja. Meskipun mereka sudah mengetahui akibat negatif dari merokok, tetapi jumlah perokok semakin meningkat dan usia perokok semakin bertambah muda.

Konsumsi rokok di negara sedang berkembang meningkat rata-rata 2,7 pertahun, peningkatan jumlah perokok di negara berkembang ternyata melebihi angka pertambahan penduduk menurut Hudoyo (Timiatun, 2006). Survei dari *Global Youth Tobacco* (2006) menyatakan di Indonesia perokok yang mulai di usia 5-9 tahun melonjak dari 0,4% pada 2001 menjadi 1,8 % pada 2004.

Data WHO juga semakin mempertegas bahwa jumlah perokok yang ada di dunia sebanyak 30% adalah kaum remaja. Menurut data survei *Tobacco Free Center* (2010), menyebutkan bahwa jumlah perokok di Indonesia mencapai 57 juta orang. Sementara itu, dari data WHO jumlah perokok di dunia ada sebanyak 1,1 miliar orang, dan 4 juta orang di antaranya meninggal setiap tahun. Menurut Dinkes Jawa Tengah (2001), di Indonesia sendiri rokok meningkatkan resiko kematian penderita penyakit kronis menjadi 1,30-8,17 kali lebih besar.

Di program studi S1 kesehatan masyarakat terdapat sebanyak 71 jumlah mahasiswa laki laki sekitar 70% mengaku pernah mengkonsumsi rokok. Data ini diperoleh berdasarkan survey langsung kesetiap mahasiswa.

Penetapan kampus menjadi kawasan tanpa asap rokok menjadi salah satu cara mengurangi atau bahkan menghilangkan perilaku merokok di kawasan kampus. Akan tetapi, cara ini hanya berlaku di kampus saja, tidak berlaku jika berada diluar kampus. Artinya mahasiswa bisa saja mengkonsumsi rokok diluar kawasan kampus tanpa ada pengawasan, hingga akhirnya beresiko mengkonsumsi rokok.

Fenomena stres di kalangan pelajar universitas merupakan satu topik yang sering menjadi bahan kajian kebanyakan pengkaji. Terdapat banyak faktor yang boleh

menyebabkan seseorang pelajar mengalami stres seperti lingkungan, akademik, hubungan interpersonal dan cara pemikiran pelajar juga boleh menyumbang stres kepada pelajar. Justru, stres masih tidak boleh dipisahkan dengan kehidupan pelajar dalam kesibukan mereka menuntut ilmu dan memperoleh berbagai kemahiran di universitas. Perbedaan stres di kalangan pelajar juga adalah berbeda. Terdapat pelajar yang berupaya berhadapan dengan stres tanpa mengalami apa-apa kesan fizikal, mental atau emosi yang negatif serta boleh memotivasikan diri.

Stres yang melebihi pada tahap tertentu sekiranya tidak dikawal akan mewujudkan berbagai masalah kepada setiap individu. Kebiasaannya, stres akan dialami dalam berbagai keadaan seperti rasa kesunyian, kurang tidur, keresahan, kebimbangan yang tinggi serta simptom-simptom fisiologi yang ditunjukkan kesan daripada sesuatu peristiwa yang dialami (Wright, 1967).

Apabila stres dilihat dari aspek negatif atau tekanan yang terlalu tinggi, ia boleh mendatangkan kesan negatif terhadap kesehatan dan pencapaian akademik seseorang pelajar (Mastura, 2007). Ketika mahasiswa telah dilanda stress maka hal pertama yang akan dilakukan adalah mengurangi yaitu dengan cara coping, coping yang digunakan seperti rokok, alkohol serta hal-hal lain yang dapat meredakan kecemasannya. Rokok merupakan coping terbanyak selain terjangkau dapat ditemui dimana-mana, awalnya hanya mencoba sehingga akhirnya menjadi pecandu (perokok berat). Padahal dalam rokok begitu banyak bahan zat kimia yang sangat membahayakan kesehatan mahasiswa, dan kebanyakan dampaknya terlihat jangka panjang.

Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda yang telah memasuki semester 4 keatas sudah mulai berpotensi terkena stres, karena begitu banyak tugas yang harus diselesaikan seperti, PBL, magang, ujian, tugas akhir atau skripsi. Apabila mahasiswa tidak bisa mengimbangi stres tersebut, bisa

saja mahasiswa dapat melampiaskan stres ini ke hal-hal yang dapat mengurangi kecemasannya (Coping) bahkan dapat ke arah yang negatif seperti narkoba, rokok, miras dll.

Survey terdahulu yang dilakukan peneliti menemukan bahwa terdapat sekitar 50% mahasiswa laki laki S1 Kesehatan Masyarakat mengaku pernah mengkonsumsi rokok, hal ini merupakan hal yang tidak baik, karena kandungan dari rokok ini terdapat banyak bahan kimia dan racun, yang bisa menyebabkan penyakit maupun gangguan kesehatan jangka panjang.

Penelitian terdahulu memberikan saran agar berkembangnya penelitian perilaku merokok ini, berdasarkan penelitian Mudassir (2012) mengemukakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku merokok yakni, orang tua dan teman sebaya, saran dari Mudassir merekomendasikan agar meneliti faktor lain yang mempengaruhi perilaku merokok.

Berdasarkan dari latar belakang di atas maka dengan ini peneliti ingin mendalami mengapa mahasiswa masih sangat sering mengkonsumsi rokok serta menganalisa hubungan antara stres terhadap peningkatan perilaku merokok mahasiswa kesehatan masyarakat di Stikes Muhammadiyah Samarinda.

TUJUAN PENELITIAN

A. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan stres dengan peningkatan perilaku merokok mahasiswa kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda.

B. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa S1 kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda.
2. Untuk mengetahui peningkatan perilaku merokok mahasiswa S1 kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda.
3. Untuk mengetahui hubungan stres dengan peningkatan perilaku

merokok mahasiswa S1 kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian Kuantitatif, Penelitian kuantitatif adalah pendekatan penelitian yang banyak di tuntut menguakkan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran tentang data tersebut, serta penampilan hasilnya (Arikunto, 2010).

Desain dalam penelitian ini adalah *Cross Sectional* atau belah lintang yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan variabel dependen diukur dalam waktu yang bersamaan dan sesaat. (Nursalam, 2003).

Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan mahasiswa laki-laki prodi kesehatan masyarakat di Stikes Muhammadiyah Samarinda. Jumlah Total mahasiswa laki-laki prodi kesehatan masyarakat berjumlah dari tingkat 3-5 : 41 Orang.

Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yaitu *Total Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007). maka peneliti mengambil sampel responden berjumlah 41 orang mahasiswa laki-laki. Alasan mengambil total sampling karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Identitas Responden

1. Identitas responden berdasarkan Tingkatan Mahasiswa pada mahasiswa S1 kesehatan masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda frekuensi Tingkat dengan frekuensi terbesar

mahasiswa S1 kesehatan masyarakat adalah mahasiswa tingkat 4 dengan frekuensi 18 orang (43.9%)

2. Identitas berdasarkan tempat tinggal responden pada mahasiswa S1 kesehatan masyarakat STIKES Muhammadiyah Samarinda diperoleh data bahwa frekuensi berdasarkan tempat tinggal terbesar mahasiswa S1 kesehatan masyarakat adalah Kost dengan frekuensi sebesar 24 (58.5%).
3. Identitas berdasarkan stres responden pada mahasiswa S1 kesehatan masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda menemukan hasil bahwa yang termasuk dalam stres berjumlah 34 (82.9%).
4. Identitas berdasarkan perilaku merokok responden pada mahasiswa S1 kesehatan masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda yang mengkonsumsi rokok sebanyak 25 (61.0%) orang
5. Identitas berdasarkan umur mulai merokok Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda dengan frekuensi terbanyak adalah umur 17-25 adalah sebanyak 18 (43.9%) orang.
6. Identitas berdasarkan konsumsi rokok hari biasa Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda terbanyak adalah dalam kategori sedang (11-20) sebanyak 13 (31.5%) orang.
7. Identitas berdasarkan konsumsi rokok saat menjalani ujian diperoleh konsumsi rokok saat menjalani tugas mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda terbanyak adalah dalam kategori sedang (11-20) sebanyak 16 (39.0%) orang.

8. peningkatan Konsumsi rokok hari biasa dan konsumsi rokok menjalani tugas Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda Peningkatan terbesar ada pada tingkat 4 yakni mengalami 4 peningkatan saat menjalani tugas, hal ini di artikan bahwa ada peningkatan perilaku merokok mahasiswa saat menjalani tugas.

B. Analisis Univariate Dari Variabel Stres dan Peningkatan Perilaku Merokok

Analisa univariate dilakukan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel yang diteliti, dalam penelitian ini variabel independen yaitu Stres dan variabel dependen yaitu perilaku merokok mahasiswa.

1. Variabel Independen

Variabel independen pada penelitian ini adalah stres, stres merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi peningkatan perilaku merokok, ditemukan bahwa yang mengalami stres berat pada mahasiswa S1 Stikes Muhammadiyah Samarinda berjumlah 17 (41.5%).

2. Variabel Dependen

Variabel Dependen pada penelitian ini adalah tingkat perilaku merokok pada mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat atas ditemukan bahwa peningkatan perilaku merokok yang kategori tetap pada mahasiswa S1 Stikes Muhammadiyah Samarinda berjumlah 16 (39.0%).

C. Analisis Bivariat Hubungan Variabel Independen dan Variabel Dependen

Setelah dilakukan analisis univariat dari semua variabel, maka di analisis bivariat mencari hubungan antara kedua variabel independen dan variabel dependen. hasil analisis

hubungan menggunakan uji korelasi *spearman rank* karena kedua variabel tersebut bersifat ordinal dan telah diperoleh nilai r yaitu 0,677 adapun interpretasi koefesien korelasi sebagai berikut

1. 0,00 – 0,199 sangat lemah
2. 0,20 – 0,399 lemah
3. 0,40 – 0,599 sedang
4. 0,60 – 0,799 kuat
5. 0,80 – 1,000 sangat kuat

sehingga dapat diartikan bahwa keeratan korelasi termasuk kategori kuat dan antara dua variabel stres dengan Peningkatan perilaku merokok berjalan searah/positif karena jika tingkat stres Tinggi maka perilaku merokok pun meningkat.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Stres Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat

Menurut WHO (2003) dalam Sriati (2008) stres adalah reaksi atau respon tubuh terhadap stresor psikososial (tekanan mental atau beban kehidupan). Bagaimana respon tubuh seseorang mana kala yang bersangkutan mengalami beban pekerjaan yang berlebihan. Bila ia sanggup mengatasinya artinya tidak ada gangguan pada fungsi organ tubuh, maka dikatakan yang bersangkutan tidak mengalami stres. Tetapi sebaliknya bila ternyata ia mengalami gangguan pada satu/lebih organ tubuh, sehingga yang bersangkutan tidak lagi dapat menjalankan fungsi pekerjaannya dengan baik, maka ia disebut mengalami distress (Pusdikakes Depkes. RI dalam Sunaryo 2004).

Stres yang melebihi pada tahap tertentu sekiranya tidak dikawal akan mewujudkan berbagai masalah kepada setiap individu. Kebiasaannya, stres akan dialami dalam berbagai keadaan seperti rasa kesunyian, kurang tidur, keresahan, kebimbangan yang tinggi serta simptom-simptom fisiologi yang

ditunjukkan kesan daripada sesuatu peristiwa yang dialami (Wright, 1967).

Fenomena stres di kalangan pelajar universiti merupakan satu topik yang sering menjadi bahan kajian kebanyakan pengkaji. Terdapat banyak faktor yang boleh menyebabkan seseorang pelajar mengalami stres seperti lingkungan, akademik, hubungan interpersonal dan cara pemikiran pelajar juga boleh menyumbang stres kepada pelajar. Justru, stres masih tidak boleh dipisahkan dengan kehidupan pelajar dalam kesibukan mereka menuntut ilmu dan memperoleh berbagai kemahiran di universiti.

Hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda menunjukkan responden yang mengalami Stres sebanyak 34 orang (82.9%) dan yang tidak mengalami stres sebanyak 7 orang (17.1%).

Hampir keseluruhan mahasiswa S1 kesehatan Masyarakat yang diteliti mengalami stres, hal ini cukup membuktikan bahwa yang mengalami stres merupakan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menjalani proses penyelesaian tugas akhir (skripsi). Adapun juga untuk mahasiswa yang belum menyelesaikan tugas akhir tapi telah mengalami stres, hal ini disebabkan persiapan memasuki tugas magang.

Jika dikategorikan kedalam tingkat stres menunjukkan responden 17 orang (41.5%) mengalami stres kategori berat, kategori sedang 8 orang (19.5%), dan kategori ringan 9 orang (22.0%). Yang mengalami tingkat stress berat terdapat 17 orang mahasiswa tingkat akhir (semester 8 dan semester 10), hal ini disebabkan karena tugas skripsi ini harus atau wajib diselesaikan dalam kurun waktu yang ditentukan sehingga bersifat *deadline*.

Kebiasaannya, stres akan dialami dalam berbagai keadaan seperti

rasa kesunyian, kurang tidur, keresahan, kebimbangan yang tinggi serta simptom-simptom fisiologi yang ditunjukkan kesan daripada sesuatu peristiwa yang dialami (Wright, 1967). Selain skripsi hal yang menyebabkan mahasiswa ini mengalami tingkat stres berat yaitu, faktor ekonomi (kekurangan uang), dan insomnia (tidak bisa tidur).

2. Tingkat Perilaku Merokok Mahasiswa

Perilaku merokok adalah aktivitas seseorang yang merupakan respons orang tersebut terhadap rangsangan dari luar yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk merokok dan dapat diamati secara langsung. Sedangkan menurut Istiqomah merokok adalah membakar tembakau kemudian dihisap, baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa. Temperatur sebatang rokok yang tengah dibakar adalah 90 derajat Celcius untuk ujung rokok yang dibakar, dan 30 derajat Celcius untuk ujung rokok yang terselip di antara bibir perokok (Istiqomah, 2003).

Berdasarkan hasil yang di dapat untuk perilaku merokok menunjukkan responden yang mengkonsumsi rokok sebanyak 25 orang (61%) dan yang tidak mengkonsumsi rokok sebanyak 16 orang (31%) dari 41 mahasiswa yang diteliti. Hasil diatas menunjukkan bahwa tingginya angka perokok dikalangan mahasiswa kesehatan masyarakat, tingginya perilaku merokok tidak lepas dari faktor yang mempengaruhinya.

Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan. Mereka menggunakan rokok sama sekali bukan karena untuk mengendalikan perasaan mereka, tetapi karena benar-benar sudah kebiasaan rutin. Pada tipe orang seperti ini merokok merupakan suatu perilaku yang bersifat otomatis (Tomkins dalam Wismanto dan Sarwo, 2007). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengkonsumsi rokok sudah tergolong perokok aktif, karena

ini telah menjadi kebiasaan rutin dalam keseharian mereka.

Sedangkan untuk hasil tingkat perilaku merokok terbanyak adalah kategori sedang, yaitu perokok yang mengkonsumsi rokok sebanyak 10-20 batang dalam sehari sebanyak 18 orang (43.9%), kategori ringan sebanyak 5 orang (12.2%) dan kategori berat sebanyak 2 orang (4.9%), dari data yang tersebut menyatakan bahwa mahasiswa yang mengkonsumsi rokok terbanyak ada pada kategori sedang yaitu 11-20 batang per harinya, yang dimana kita bisa melihat jelas mahasiswa mengkonsumsi rokok itu merokok tergantung dengan berapa jumlah rokok yang ada dalam 1 bungkus rokok yang dikonsumsi.

Untuk kategori ringan yaitu 1-10 batang rokok perharinya terdapat 5 orang, jadi pada tipe perokok seperti ini hanya mengkonsumsi rokok ketika ingin mengkonsumsinya saja, dengan kata lain merokok bukan menjadi prioritas dalam dirinya. Dalam kategori berat ini terlihat bahwa konsumsi rokoknya 21-30 batang rokok perharinya, terdapat hanya 2 orang yang mengkonsumsi, ini bisa diartikan bahwa pada kategori berat merupakan kategori yang lumayan parah yang juga berarti rokok adalah prioritas dalam hidupnya. Mahasiswa yang mengkonsumsi rokok 21-30 tergantung dengan jumlah pada dalam 1 bungkusnya 30 batang (Rokok Kategori Berat).

3. Konsumsi Rokok di Hari Biasa dengan Konsumsi Rokok saat Menjalani Tugas

Dalam penelitian ini untuk konsumsi rokok yang menjadi prioritas penelitian yaitu mahasiswa yang telah terdata sebagai perokok aktif, karena untuk melihat berapa konsumsi rokok dihari biasa maupun saat menjalani tugas. Untuk melihat apa terjadi peningkatan atau tidak maka peneliti harus melihat konsumsi rokok harian

mahasiswa yang terdata sebagai perokok. Diperoleh konsumsi rokok hari biasa mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda terbanyak adalah dalam kategori sedang (11-20) sebanyak 13 (31.5%) orang atau mahasiswa yang menghabiskan rokok 11-20 batang rokok perharinya, menurut Muta'din (2002) bahwa perokok sedang adalah perokok yang mengkonsumsi rokok yaitu 11-20 batang per hari dengan selang waktu 31-60 menit mulai bangun tidur pagi hari Untuk kategori perokok sedang ini telah dibagi dari tiga tingkatan jenjang akademik yang dimana tingkat 3 terdapat 3 orang, tingkat 4 terdapat 7 orang, sedangkan tingkat 5 terdapat 3 orang. Sedangkan untuk konsumsi rokok pada saat menjalani tugas terdapat data terbesar yaitu kategori sedang sebanyak 16 (39.0%) orang. dibagi dari tiga tingkatan jenjang akademik yang dimana tingkat 3 terdapat 3 orang, tingkat 4 terdapat 10 orang, sedangkan tingkat 5 terdapat 3 orang. Untuk melihat perbandingan antara perilaku merokok hari biasa dengan hari saat menjalani ujian yaitu memiliki kategori terbesar yang sama yaitu bahwa mahasiswa akan tetap menghabiskan rokok dengan 10-20 batang rokok perhari walau saat hari biasanya atau sedang menjalani tugas.

Keseluruhan responden yang diteliti merupakan mahasiswa yang telah mengkonsumsi rokok sebelum masuk ke perguruan tinggi Stikes Muhammadiyah samarinda, dapat dilihat pada tabel umur mulai merokok, yaitu distribusi terbesar adalah umur mulai merokok antara 17-25 sebanyak 18 orang (43.9%), pada umur ini mahasiswa masih menduduki bangku SMA. Sebenarnya kerentanan mahasiswa merokok tergantung lingkungan sekolah pada waktu masih SMA. Faktor yang didapat peneliti yang melatar belakangi merokok mahasiswa adalah teman. Paradigma yang

berkembang pada remaja terdahulu menyebutkan bahwa jika tidak merokok, kurang laki. Hal ini menyatakan bahwa remaja tidak ingin terkucilkan karena dengan hal tersebut, dengan mengkonsusmsi rokok, maka posisinya dengan teman-temannya sama.

Faktor yang mempengaruhi merokok menurut Jumniarti yang dikutip Muta'din (2002) adalah psikologi, orang tua, teman, kepribadian serta iklan rokok. Walau masih dikategorikan sedang, tetapi dampak bahaya rokok sangatlah besar, bahwa perokok pasif saja yang masih menghirup rokok dari perokok aktif bisa sangat berbahaya, apalagi yang telah menjadi kebiasaan, dampak rokok bagi kesehatan menurut Tandra (2003) adalah antara lain; penyakit jantung, penyakit paru, kanker paru, diabetes, impotensi, gangguan saluran nafas dan banyak lagi.

4. Peningkatan perilaku merokok

Dalam melihat apakah ada peningkatan antara pada perilaku merokok mahasiswa, telah dilakukan analisis mendalam dari hasil data konsumsi rokok hari biasa dengan konsumsi rokok saat menjalani tugas mengemukakan bahwa tab terbesar yaitu kategori tetap terdapat tingkat 3 mengalami penetapan perilaku merokok sebesar 4 orang, tingkat 4 sebanyak 8 orang, tingkat 5 ada 4 orang.

Untuk tab meningkat hanya 4 orang dari tingkat 4 mengalami peningkatan perilaku merokok, a adalah dengan merokokdapat mengurangi kecemasan.

Berbeda dengan perilaku merokok yang menurun, hal ini disebabkan karena mahasiswa tersebut menganggap bahwa mengerjakan tugas akan mengurangi waktu mengkonsusmsi rokok.dangkan untuk tingkat 5 terdapat 3 orang yang mengalami peningkatan perilaku

merokok. Bisa diartikan bahwa dalam peningkatan merokok mahasiswa kesmas mengalami penetapan atau tidak berubah saat hari biasa dengan hari saat mengalami tugas.

Peningkatan perilaku merokok tergantung pada individual masing-masing, mahasiswa yang meningkat perilakunya disebabkan karena rasa cemas dengan tugas yang dibebani, dengan merokok, persepsi mereka adalah dengan merokokdapat mengurangi kecemasan.

Berbeda dengan perilaku merokok yang menurun, hal ini disebabkan karena mahasiswa tersebut menganggap bahwa mengerjakan tugas akan mengurangi waktu mengkonsusmsi rokok.

5. Hubungan Stres dengan Peningkatan Perilaku Merokok

Penelitian yang dilakukan oleh Parrot (2004) mengenai hubungan antara stres dengan merokok yang dilakukan pada orang dewasa dan pada remaja menyatakan bahwa ada perubahan emosi selama merokok, merokok dapat membuat orang yang stres menjadi tidak stres lagi. Menurut Parrot (2004), perasaan ini tidak akan lama, begitu selesai merokok, mereka akan merokok lagi untuk mencegah agar stres tidak terjadi lagi. Keinginan untuk merokok kembali timbul karena ada hubungan antara perasaan negatif dengan rokok, yang berarti bahwa para perokok merokok kembali agar menjaga mereka untuk tidak mejadi stres. Perilaku merokok lebih tinggi ditemukan oleh orang yang mengalami stres dari pada tidak. Data yang dihasilkan menyatakan bahwa para perokok yang mengalami stres atau mengalami kejadian hidup yang tidak menyenangkan susah untuk berhenti merokok.

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji korelasi "*Spearman*

Rank test” antara variabel stres dengan peningkatan perilaku merokok menemukan nilai r sebesar 0,677 (interpretasi koefisien korelasi : 0,60 – 0,799 = kuat) sehingga dapat diartikan bahwa keeratan korelasi termasuk kategori kuat dan antara dua variabel stres dengan peningkatan perilaku merokok berjalan searah/positif karena jika tingkat stres tinggi maka tingkat perilaku merokok pun meningkat. Hasnida dan Indri juga telah menemukan hal terkait mengenai stres dengan perilaku merokok, hasil yang diperoleh adalah apabila stres remaja tinggi maka semakin tinggi kecenderungan perilaku merokok pada remaja.

Hasil yang didapat mengemukakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres dengan perilaku merokok mahasiswa S1 kesehatan masyarakat stikes muhammadiyah samarinda, dilihat dari tingkat stres yang dialami mahasiswa ini masuk dalam kategori berat yang dimana mempengaruhi peningkatan perilaku merokok dengan kategori sedang.

Jadi sangat jelas bahwa mahasiswa kesehatan masyarakat mengkonsumsi rokok dengan alasan karena mengalami stres dengan tugas akhir perkuliahan, dengan merokok mahasiswa bisa meredakan kecemasannya (Coping) sebelum stres itu datang kembali mahasiswa akan mengkonsumsi rokok lagi. Hal ini akan selalu dialami setiap mahasiswa yang mengkonsumsi rokok dalam penyelesaian tugas akhir, semakin besar beban dialami seperti deadline waktu pengerjaan tugas yang mepet, sehingga harus diselesaikan hingga menyita waktu istirahat. Jika terus berlanjut maka akan menyebabkan insomnia yang dimana mahasiswa menjadi susah tidur, hingga akhirnya stress menjadi sangat berat.

Stres sangat berat yang dikawatirkan karena berdampak negatif ke mahasiswa itu sendiri, awalnya hanya mengkonsumsi rokok, dengan rokok tidak mampu meredakan stresnya maka akan beralih ke cara lain, misalnya narkoba, miras dan bahan kimia berbahaya lain, bahkan seks bebas.

Kebijakan yang ada di stikes hanya mencegah agar mahasiswa tidak merokok di lingkungan kampus, saat keluar dari sekolah tinggi, maka tidak ada kebijakan yang akan mencegah lagi perilaku merokok mahasiswa ini.

Oleh karena itu, sebagai pelaksana pendidikan kesehatan, sebaiknya diterapkan sistem pada setiap pembimbing akademik seharusnya lebih memperhatikan psikis bimbingannya, dengan melakukan program bimbingan konseling untuk para mahasiswa yang mengalami stres, minimal 1 kali dalam seminggu. Sehingga kejadian stres dan perilaku merokok dapat dikontrol di Stikes muhammadiyah samarinda.

Sering mengadakan edukasi mengenai bahaya dan dampak rokok pada mahasiswa semester awal sehingga meningkatkan pengetahuan terhadap bahaya stres dan rokok.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan Stres dengan peningkatan perilaku merokok mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah Samarinda diperoleh kesimpulan yaitu :

1. Ditemukan bahwa yang mengalami Tingkat stres berat pada mahasiswa S1 Stikes Muhammadiyah Samarinda berjumlah 17 (41.5%).
2. Ditemukan bahwa Tingkat perilaku merokok yang sedang pada mahasiswa S1 Stikes Muhammadiyah

- Samarinda berjumlah 16 (39.0%).
3. Terdapat Hubungan yang signifikan antara stres dengan peningkatan perilaku merokok mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Muhammadiyah samarinda. menggunakan uji korelasi *spearman rank* diperoleh nilai r yaitu 0,677 menyatakan bahwa interpretasi koefisien korelasi dari kedua variabel sangat kuat.

B. Saran

1. Bagi Prodi S1 Kesehatan Masyarakat

Sebagai masukan kepada pihak prodi agar diterapkan sistem pada setiap pembimbing akademik seharusnya lebih memperhatikan psikis bimbingannya, dengan melakukan program bimbingan konseling untuk para mahasiswa yang mengalami stres, minimal 1 kali dalam seminggu. Sehingga kejadian stres dan perilaku merokok dapat dikontrol di Stikes muhammadiyah samarinda

2. Bagi Stikes Muhammadiyah Samarinda

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk acuan dan pedoman dalam melakukan penelitian selanjutnya. Diharapkan agar pihak Stikes Muhammadiyah lebih memperhatikan perkembangan kebijakan KTR (Kawasan Tanpa Asap Rokok), melakukan evaluasi sejauh mana perkembangannya, karena kita tahu bahwa masih banyak mahasiswa yang masih aktif mengkonsumsi rokok.

3. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk acuan dan pedoman dalam melakukan penelitian selanjutnya, misalnya menambahkan variabel cara untuk mengurangi atau berhenti merokok.

Diharapkan agar peneliti selanjutnya bisa mengambil prodi lain sehingga meliputi seluruh mahasiswa Stikes Muhammadiyah Samarinda mengenai kasus rokok tersebut.

4. Bagi Mahasiswa Perokok

Sebagai bahan peningkatan pengetahuan mengenai bahaya perilaku merokok sehingga menjadi bahan pertimbangan agar bisa mengurangi perilaku merokok pada mahasiswa Stikes Muhammadiyah Samarinda.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, D.R. (2011). Hubungan Antara Iklan Rokok dengan Sikap & Perilaku Merokok Pada Remaja. Jurnal Kedokteran
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2007). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2013). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Budiman. (2013). *Penelitian Kesehatan*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Chodijah, S. (2012). Pengetahuan Tentang Rokok, Pusat Kendali Eksternal & Perilaku Merokok. Jurnal Makara, Sosial Humaniora, 16, (1), 49-56

- Gondodiputro, S. (2007) *Bahaya Tembakau dan Bentuk-Bentuk Sediaan Tembakau*. Bandung: Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran
- Hasan, Iqbal. (2006). *Analisis Data Penelitian dengan Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hastono, P. S. & Sabri, L. (2008). *Statistik Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers
- Indri, K. & Hasnida. (2005). Hubungan Antara Stress & Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-laki. *Jurnal Psikologia*, 1, (2)
- Kholid, A. (2012). *Promosi Kesehatan Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media & Aplikasinya*. Semarang: Rajawali Pers
- Koalisi Untuk Indonesia Sehat. Jakarta. <http://www.koalisi.org> (diperoleh 10 Juni 2014)
- Lizam, C.T. (2009). Meningkatkan Sikap Positif Terhadap Perilaku Tidak Merokok dan Kecenderungan Untuk Berhenti Merokok Melalui Pelatihan Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa SMA di Kabupaten Aceh Barat Daya-Nanggroe Aceh Darussalam. Tesis, tidak dipublikasikan, Yogyakarta, Universitas Gadjah Mada, Indonesia.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoadmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoadmodjo, S. (2005). *Promosi Kesehatan Teori Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Peraturan Pemerintahan Republik Indonesia Nomor 109 Tahun 2012 Tentang Pengamanan Bahan Yang Mengandung Zat Adiktif Berupa Produk Tembakau Bagi Kesehatan, <http://www.depkes.go.id> (diperoleh 12 Maret 2013)
- Sarwono, S. W. *Psikologi Remaja Edisi Revisi 8*. (2004). Jakarta: Raja Grafindo Pustaka
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Tandra, H. (2003). Merokok dan Kesehatan, Kompas. <http://www.domeclinic.com> (diperoleh 12 Maret 2013)
- World Health Organization, <http://www.who.int> (diperoleh 12 Maret 2013)

