

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PERILAKU
MEROKOK PADA LAKI-LAKI USIA PRODUKTIF
DI NOTOYUDAN RW 25 PRINGGOKUSUMAN
GEDONGTENGEN YOGYAKARTA**

Sucika Setiawati, Shanti Wardaningsih

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh:

**SUCIKA SETIAWATI
070201102**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2011**

The Correlation between Stress Level and Smoking Behaviour Among Males of Productive Age at Notoyudan, Pringgokusuman Sub District Number 25, Gedongtengen District, Yogyakarta¹

Sucika Setiawati², Shanti Wardaningsih³

ABSTRACT

Background: Smoking behaviour among males of productive age appears to increase along with their developmental stages. This is marked by the increase of smoking frequency and intensity, and it often causes nicotine addict. Beside of its detrimental effect to the smokers' health, smoking habit also gives similar effect to the economic and psychological aspect.

Research Objective: the aim of this research are to finding the relation between stress level and smoking behaviour among males of productive age at Notoyudan, Pringgokusuman Sub District Number 25, Gedongtengen District, Yogyakarta in 2011.

Research Period: This research was conducted in March – July 2011.

Research Method: This was a non-experimental research that employed correlational-descriptive method with cross-sectional time approach. The respondents of this research comprised of 35 students whose data on level stress and smoking behaviour were collected at the same time. Data collection was carried out through questionnaires distribution. The validity and reliability of variables in the questionnaires on the relation between stress level and the smoking behavior among males of productive age was examined with Kendall's Tau.

Result: Data analysis with SPSS method showed that P values was 0.033; this meant that there was a significant, positive correlation between the two variables. It could be concluded that there was a correlation between stress level and smoking behaviour among males at productive age.

Recommendation: the Smokers who live in Notoyudan sub district were suggested to ban smoking so that the detrimental effect of smoking to the health could be minimized.

Keywords: stress level, smoking behaviour among males of productive age

Reference: 20 books (2000-2010), 2 journal, 2 thesis, 1 website

¹ Title of Thesis

² Student of School of Nursing 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta

³ Lecturer of School of Nursing Muhammadiyah University of Yogyakarta

PENDAHULUAN

Perilaku merokok disebut sebagai suatu kebiasaan atau ketagihan, tetapi dewasa ini merokok disebut sebagai *tobacco dependency* atau ketergantungan tembakau. Perilaku merokok muncul karena adanya faktor internal (faktor biologis dan faktor psikologis, seperti perilaku merokok dilakukan untuk mengurangi stres) dan faktor eksternal (faktor lingkungan sosial, seperti terpengaruh oleh teman sebaya).

Selain karena krisis psikososial dan kepuasan psikologis, perilaku merokok pada usia produktif juga dapat timbul karena pengaruh emosi yang menyebabkan seorang individu mencari relaksasi. Merokok dianggap dapat memudahkan berkonsentrasi, memperoleh pengalaman yang menyenangkan, relaksasi, dan mengurangi ketegangan atau stres (Aritonang, 2000 dalam Komalasari & Helmi, 2002).

Pada mulanya perilaku mereka terjadi saat individu berusia remaja, dan kebiasaan merokok ini akan terus berlanjut sampai remaja tersebut memasuki masa dewasa. Biasanya seseorang yang merokok

untuk mengatasi masalah emosional yang sedang dihadapinya. Bila ada satu orang yang merokok didalam suatu kelompok anak muda yang tidak merokok, anak-anak yang lain cenderung untuk ikut merokok karena terdorong oleh rasa ingin tahu dan setia kawan (*Indonesian Forum of Parliamentarians on Population and Development*, 2008, Pengendalian Tembakau di Indonesia ¶ 3, www.ifppd.org diakses tanggal 30 Desember 2008).

Jumlah perokok di Indonesia ternyata masih cukup tinggi. Survei Sosial Ekonomi Nasional 2004 (Depkes, 2006) menunjukkan bahwa penduduk usia 15 tahun ke atas yang merokok tercatat sebanyak 34,44%, terdiri dari merokok setiap hari 28,35% dan kadang-kadang 6,09%. Riset Kesehatan Dasar (2007) menunjukkan bahwa penduduk usia lebih dari 10 tahun yang merokok setiap hari sudah mencapai 23,7%. Secara nasional prosentase yang merokok tiap hari tampak tinggi pada kelompok umur produktif 25-64 tahun dengan rentang rerata 29% sampai 32%. Hasil penelitian terhadap sektor

informal (Bambang Setiaji, 2006) menunjukkan bahwa 85% tukang ojek dan pekerja ekonomi rendah mempunyai kebiasaan merokok. Rata-rata jumlah rokok yang dihisap adalah 11 batang rokok perhari, dengan rata-rata pengeluaran untuk rokok perhari mencapai Rp 7.500,-. Sebagian besar mereka (85%) pernah mengalami kesulitan uang untuk berobat. Mereka mencari uang untuk berobat dengan cara meminjam (39%), meminta bantuan saudaranya (37%), menjual barang/harta (17%), dan minta kartu SKTM (7%). Hampir semua yaitu 97% merasa khawatir bila suatu saat mereka sakit. Menurut sebagian besar mereka (73%) kekhawatiran yang timbul adalah tidak punya uang dan hilangnya kesempatan mencari nafkah. Sebagian besar (86%) mengatakan bila sakit akan mengganggu pekerjaan sehari-harinya, kurang lebih selama 4 hari. Perkiraan rata-rata kehilangan pendapatan selama sakit kurang lebih Rp 83.000,- .

Berbagai hasil penelitian baik dalam maupun luar negeri menunjukkan bahwa perilaku merokok terbukti dapat berdampak buruk terhadap kesehatan dan ekonomi

keluarga. Badan kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) memperkirakan jumlah kematian di dunia akibat konsumsi rokok pada tahun 2030 akan mencapai 10 juta orang setiap tahunnya, dan sekitar 70% diantaranya terjadi di negara berkembang termasuk Indonesia. Diperkirakan rakyat Indonesia pada tahun 2007 membakar uang untuk merokok senilai lebih dari Rp 120 triliun (Thabrany, 2008).

Telah banyak artikel dalam media cetak dan pertemuan ilmiah, ceramah, wawancara baik di radio maupun televisi serta penyuluhan mengenai bahaya merokok dan kerugian yang di timbulkan rokok. Berbagai kebijakan dan aturan yang memuat sanksi bagi para perokok dipublikasikan secara terus menerus, bahkan setiap tanggal 31 Mei, Badan Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO) menetapkan sebagai hari tanpa tembakau sedunia (*World No Tobacco Day*). Melalui peringatan hari tanpa rokok sedunia ini, diharapkan menjadi kesempatan bagi kita untuk berfikir kembali dan menyadari akan bahaya dan dampak

rokok baik perokok itu sendiri maupun lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada tanggal 27 Oktober 2010 di daerah Notoyudan RT 92 RW 25 Pringgokusuman Gedongtengen Yogyakarta, di dapatkan data dari ketua RT jumlah kk di RT 92 adalah sebanyak 60 kk . dari hasil wawancara terdapat 35 laki-laki usia produktif yang mempunyai perilaku merokok karena ekonomi, pekerjaan dan menghilangkan kejenuhan.

Dari hasil wawancara dengan beberapa responden 10 dari 35 laki-laki usia produktif mengatakan dengan sehari dapat menghabiskan 2 bungkus rokok bahkan lebih, dan jika ditanya kenapa merokok mereka beralasan karena faktor stres, mereka beranggapan dengan merokok semua masalah dapat di atasi mereka merasa rileks dan dapat melakukan aktivitasnya dengan baik. jika tidak merokok sehari saja mereka mengatakan kepala pusing, mulut terasa pahit dan yang lebih parah mereka mengatakan lebih baik tidak makan daripada tidak merokok.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan perilaku merokok laki-laki usia produktif di Notoyudan RT 92 RW 25 Pringgokusuman Gedongtengen Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah deskriptif korelasi yaitu mendiskripsikan, memberi gambaran obyek yang diteliti melalui data sampel atau populasi yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh dua variabel pada situasi atau kelompok objek. Rancangan penelitian menggunakan non eksperimen dengan metode *cross sectional* dimana data tentang tingkat stres dan perilaku merokok dikumpulkan dalam satu waktu bersamaan (Notoatmodjo, 2002).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua laki-laki usia produktif di wilayah Notoyudan RT 92 RW 25 Pringgokusuman GedongTengen Yogyakarta yang merokok. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah

populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian berikut ini:

Kriteria inklusi:

- a) Laki-laki usia produktif yang berusia 20 – 60 th
- b) Berprilaku merokok
- c) Bersedia menjadi responden

Kriteria eksklusi:

- a) Tidak mengidap penyakit kronis
- b) Tidak mengalami gangguan mental
- c) Tidak sedang berada di rumah sakit
- d) Bisa membaca dan menulis

Sampel dalam penelitian ini sebanyak 35 laki-laki usia produktif. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu penentuan sampel pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2008).

Alat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi : daftar pertanyaan tentang identitas subyek penelitian, kuesioner skala Holmes dan Rahe untuk mengukur tingkat stres, untuk mengukur perilaku merokok menggunakan kuesioner yang

sebelumnya telah digunakan oleh *Santi Novitasari* dan sudah di uji validitas secara baku.

Analisis data yaitu mengkorelasikan data dari variabel bebas dan variabel terikat yang terbentuk skala data ordinal dengan ordinal dengan menggunakan uji statistik korelasi yaitu uji statistik *kendal tau* (Sugiyono 2005).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran umum tempat penelitian

Wilayah Notoyudan merupakan tempat yang terletak di kecamatan Gedongtengen yang memiliki tiga RT dan satu RW yaitu RT 90, RT 91, RT 92 dan yang diteliti oleh peneliti adalah RT 92. Terdapat 60 orang laki-laki usia produktif, 35 diantaranya yang mempunyai perilaku merokok.

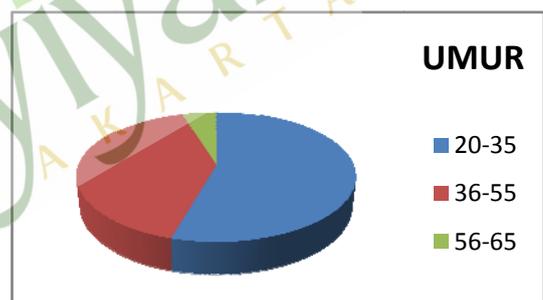
Wilayah ini termasuk terpencil karena tempatnya dibawah jalan raya yang sulit diketahui, kondisi lingkungan didaerah tersebut kurang memadai karena rumah-rumah yang dihuni penduduk setempat berdempet-dempetan ukuran rumah rata-rata 3x4 m², namun sudah terdapat masjid yang aktif digunakan untuk beribadah, air minum yang bersih, untuk laki-laki usia produktif yang merokok sangat tinggi diwilayah tersebut.

Menurut ketua RT diwilayah tersebut tidak pernah dilakukan penelitian tentang kesehatan terutama tentang perilaku merokok dan juga belum pernah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang dampak dari perilaku merokok, sehingga banyak warga khususnya pada laki-laki usia produktif belum mengetahui dampak-dampak dari

perilaku merokok itu sendiri. Laki-laki usia produktif yang berada diwilayah tersebut mayoritas memiliki perilaku merokok yang dalam sehari dapat menghabiskan dua sampai empat bungkus rokok.

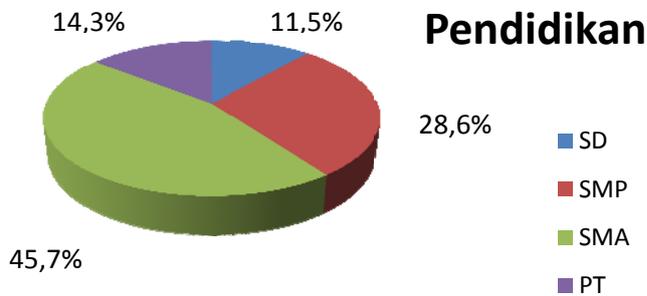
2. Karakteristik responden

a. Karakteristik responden berdasarkan umur



Gambar 4. Distribusi Frekuensi Menurut Umur

Berdasarkan gambar 4.1 dapat dilihat umur yang paling banyak adalah 20 – 35 sebanyak 16 responden (45,71%), dan umur yang paling sedikit adalah 56- 65 sebanyak 7 responden (20%).

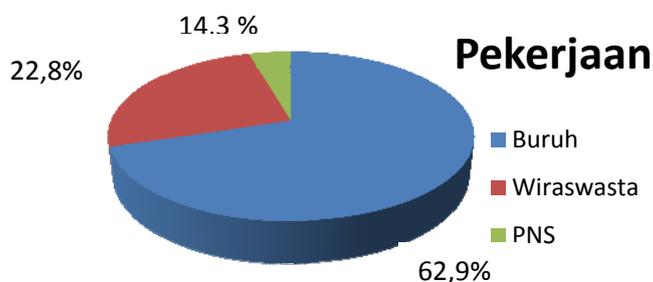


Gambar 4.2 Distribusi Frekuensi Menurut Pendidikan

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat pendidikan yang paling banyak adalah SMA sebanyak 16 responden (45,7%), dan yang paling sedikit adalah SD sebanyak 4 responden (11,5%).



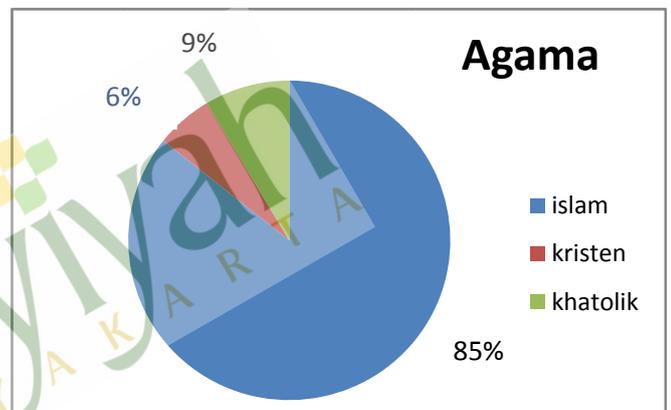
c. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan



Gambar 4.3 Distribusi Frekuensi Menurut Pekerjaan

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat pekerjaan yang paling banyak adalah buruh yaitu sebanyak 22 responden (62,9%), dan yang paling sedikit adalah PNS sebanyak 5 responden (14,3%).

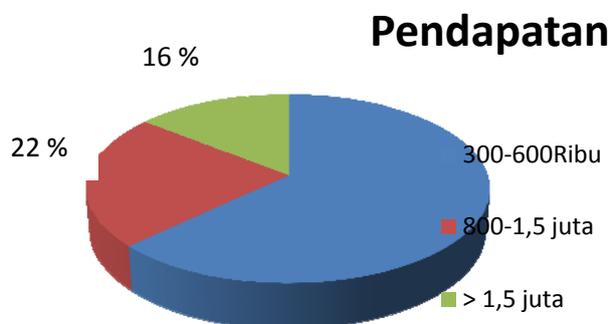
d. Karakteristik responden berdasarkan agama



Gambar 4.4 Distribusi Frekuensi Menurut Agama

Berdasarkan gambar 4.4 dapat dilihat agama yang paling banyak adalah islam sebanyak 30 responden (85%) dan yang paling sedikit adalah kristen yaitu sebanyak 2 responden (6%).

e. Karakteristik responden berdasarkan pendapatan



Gambar 4.5 Distribusi Frekuensi Menurut Pendapatan

Berdasarkan gambar 4.5 dapat dilihat pendapatan yang paling banyak adalah 300-600 ribu sebanyak 22 responden (62%) dan yang paling sedikit adalah > 1,5 juta yaitu sebanyak 5 responden (16%), menurut UMR daerah istimewa Yogyakarta adalah 800,000.

3. Distribusi berdasarkan perilaku merokok

Perilaku Merokok	Frekuensi	Persentase
Berat	16	45,71%
Sedang	13	37,14%
Ringan	6	17,14%
Jumlah	35	100%

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi perilaku merokok

Data primer 2011

Berdasarkan data pada tabel 4.1 diatas, dapat diketahui bahwa dari 35 responden yang diteliti ternyata sebagian besar untuk perilaku merokok berada pada katagori berat sebanyak 16 responden (45,57%), sedangkan paling sedikit berada pada kategori ringan sebanyak 6 responden (17,14%).

4. Distribusi berdasarkan tingkat stress

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi tingkat stress

Tingkat stress	Frekuensi	Persentase
Berat	21	60%
Sedang	10	28,57%
Ringan	4	11,42%
Jumlah	35	100%

Data primer 2011

Berdasarkan data pada tabel 4.2 diatas dapat diketahui bahwa dari 35 responden yang diteliti ternyata sebagian besar untuk tingkat stress berada pada katagori berat sebanyak 21

responden (60 %), sedangkan paling sedikit berada pada katagori ringan sebanyak 4 responden (11,42%).

5. Tabel silang antara Tingkat Stres dengan Prilaku Merokok di Notoyudan RT 92 RW 25 Pringgokusuman Gedongtengen Yogyakarta 2011.

Tingkat stres	Ringan		Sedang		Berat		Jumlah		P	R
	F	%	F	%	F	%	F	%		
Perilaku merokok										
Ringan	2	5,71	0	0	2	5,71	4	11,42		
Sedang	0	0	10	28,57	0	0	10	28,57	0	0
Berat	4	11,42	3	8,57	14	40	21	60	0	3
Jumlah	6	17,14	13	37,14	16	45,71	35	100		

Berdasarkan tabel 4.3 dari 35 responden yang tingkat stresnya berat dan perilakunya berat sebanyak 21 responden (60%), tingkat stresnya sedang perilakunya rendah sebanyak 13 responden (47,14), dan tingkat stresnya rendah perilaku merokok rendah sebanyak 6 responden (17,14%).

B. Pembahasan

Pada tabel 4.3 di dapatkan data 21 responden yang berada pada kategori berat karena tingkat stres tinggi dengan perilaku merokok yang berat. Hal ini berarti dengan adanya hubungan tingkat stres yang tinggi terhadap 35 responden maka perilaku merokoknya termasuk dalam kategori yang berat. Sedangkan yang berada pada kategori tingkat stres tinggi dengan perilaku merokok ringan di dapatkan data 2 responden.

Dari tabel 4.3 dapat diketahui bahwa tingkat stres yang tinggi dapat mempengaruhi perilaku merokok ini karena faktor ekonomi, lingkungan, individu.hal ini dilakukan untuk menghilangkan kejenuhan, ketegangan, dan sebagai relaksasi sebagai pengalihan rasa stres itu sendiri.

Menurut Fink (2007) keterhubungan stres dengan perilaku merokok secara klinis dan teoritis

memang terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku merokok, stres, dan coping. Individu dengan masalah seperti masalah ekonomi, lingkungan dan individu dengan trait kepribadian tertentu yang menyebabkan mereka lebih sering mengalami distress pribadi lebih mungkin untuk merokok. Contoh dari hal tersebut adalah tekrait kepribadian *neuroticism* (kecenderungan umum untuk mengalami perasaan negatif dan stres) ternyata berhubungan dengan tingginya prevalensi perilaku merokok. Beberapa hasil penelitian terhadap keluarga, saudara kembar, dan molekul genetik memperlihatkan bahwa faktor genetik memainkan peran penting dalam perilaku merokok dan respon terhadap stres.

Lebih lanjut dapat dijelaskan bahwa terdapat banyak gen yang berperan ganda, mempengaruhi seorang individu untuk merokok dan

membuat seorang individu cenderung mengembangkan trait kepribadian yang berhubungan dengan stres.

Menurut Parrot (2004), mengenai hubungan antara stres dan merokok pada laki-laki dewasa menyatakan adanya perubahan emosi selama merokok. Merokok dapat membuat orang yang stres menjadi tidak stres lagi. Perasaan ini tidak akan lama, begitu selesai merokok mereka akan merokok lagi untuk mencegah agar stres tidak terjadi. Keinginan untuk merokok embali timbul karena ada hubungan antara perasaan negatif dengan rokok, yang berarti bahwa para perokok merokok kembali agar menjaga mereka untuk tidak stres.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa dan pembahasan terhadap penelitian yang

dilakukan, maka dapat diambil

beberapa kesimpulan sebagai berikut

:

1. Sebagian besar tingkat stres pada laki-laki usia produktif di Notoyudan Yogyakarta berada pada katagori berat
2. Sebagian perilaku merokok laki-laki usia produktif di Notoyudan Yogyakarta termasuk dalam katagori berat.
3. Berdasarkan analisis data menggunakan rumus *kendal tau* terdapat hubungan tingkat stres dengan perilaku merokok laki-laki usia produktif dimana nilai $p > 0,05$. Semakin tinggi tingkat stres maka perilaku merokok juga akan semakin tinggi. Demikian pula sebaliknya semakin rendah tingkat stres maka kemungkinan seseorang tersebut untuk merokok akan semakin rendah.

B. Saran

1. Bagi responden

Informasi mengenai perilaku merokok sebaiknya diberikan sejak awal, agar masyarakat mengetahui dampak dari perilaku merokok dan tidak mudah terpengaruh untuk merokok

2. Bagi petugas kesehatan diwilayah kota Yogyakarta

Perlunya promosi kesehatan yang lebih optimal dan lebih mengena kepada masyarakat. Dengan demikian diharapkan masyarakat bisa memiliki perilaku yang positif terhadap merokok, sehingga perilaku merokok di masyarakat dapat dikendalikan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti-peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian

sejenis dengan variabel yang lebih variasi.

KEPUSTAKAAN

Arikunto, S., 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan* Ed. revisi. Rineka Cipta, Jakarta.

Komasari & Helmi. 2002. *Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja*. Universitas Gajah Mada Yogyakarta.

Notoatmodjo, S., 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineke Cipta, Jakarta.

Parrot, A., 2004. *Does Cigarette Smoking Cause Stres*. Journal of Clinican.

Sugiyono, (2007). *Statistika Untuk Penelitian*, Alfabeta; Bandung.

