

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Rokok merupakan salah satu masalah kesehatan yang perlu ditangani dengan serius, karena merupakan salah satu faktor resiko dari berbagai macam penyakit, seperti penyakit saraf dan kardiovaskular. Menurut survey *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2011, Indonesia merupakan negara dengan prevalensi merokok sebesar 36,1% yang berarti mencakup sekitar sepertiga populasi, dengan rincian 67,4% (57,6 juta) populasi laki-laki, dan 2,7% (2,3 juta) populasi perempuan.¹ Aktivitas merokok seringkali dilakukan oleh para perokok aktif untuk melepaskan stres psikologis yang dialami, akan tetapi efek yang ditimbulkan oleh rokok dalam mengurangi stres hanya bersifat sementara. Sebaliknya efek *withdrawal* yang ditimbulkan oleh nikotin dapat menimbulkan stres pada perokok.²

Nikotin dalam tubuh akan menimbulkan efek pelepasan dopamin pada area mesolimbik di otak yang dapat menyebabkan penurunan tingkat stres. Akan tetapi saat efek tersebut hilang, maka sensitivitas reseptor dopamin akan menurun, sehingga dibutuhkan lebih banyak stimulasi untuk menimbulkan efek yang sama dalam penurunan stres, hal tersebut akan memicu perokok untuk mengalami stres yang lebih berat dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki kebiasaan merokok.³

Menurut Lazarus & Folkman (1986), stres adalah keadaan internal yang dapat diakibatkan oleh tuntutan fisik dari tubuh atau kondisi lingkungan dan sosial yang dinilai memiliki potensi berbahaya, tidak terkendali atau melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya. Faktor-faktor penyebab stres disebut sebagai stresor yang dapat berbentuk fisik seperti bising, polusi udara, temperatur, intensitas cahaya dalam lingkungan, kelembapan ruangan, dan lainnya. Selain itu stresor dapat pula berkaitan dengan lingkungan sosial di dalam ruang lingkup keluarga, lingkungan kerja, dan lingkungan sosial lainnya. Pikiran dan perasaan individu sendiri yang dianggap sebagai suatu ancaman baik yang nyata maupun imajinasi dapat juga menjadi stresor.⁴

Stres dapat menurunkan kinerja dan produktivitas individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan dapat menimbulkan berbagai macam masalah kesehatan yang serius apabila tidak segera ditanggulangi. Gangguan kesehatan yang disebabkan oleh stres disebabkan adanya pelepasan berbagai macam hormon dan *neurotransmitter* stres yang keluar, seperti kortisol dan senyawa katekolamin. Kortisol sebagai hormon yang dikeluarkan saat mengalami stres mempunyai efek lipogenesis, glikolisis, proteolisis, dan efek metabolik lainnya, selain itu kortisol dapat pula menghambat enzim fosfolipase A2 yang berefek kepada penurunan sistem kekebalan tubuh, hal tersebut dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan seperti penyakit kardiovaskuler, stroke, asma, obesitas, gangguan kecemasan, depresi, dan gangguan saluran pencernaan. Stres dapat juga memperparah penyakit diabetes melitus, mempercepat penuaan, memperlambat proses pemulihan, dan memicu sakit kepala dan migrain.⁵

Menurut survei *Australian Psychological Society* (APS) pada tahun 2014, kelompok usia yang memiliki prevalensi stres tertinggi adalah kelompok usia 18 – 25 tahun, disusul pada kelompok usia 26 – 35 tahun.⁶ Peningkatan prevalensi stres pada kelompok usia dewasa muda disebabkan oleh berbagai macam faktor perkembangan psikologi pada kelompok usia tersebut, juga dengan bertambahnya tanggung jawab pekerjaan, berubahnya jam tidur, berkurangnya waktu liburan, dan bertambahnya tanggung jawab akademik pada mahasiswa. Stres pada mahasiswa yang merupakan populasi terbesar pada rentang usia 18 – 25 tahun, antara lain berupa stres intrapersonal dengan prevalensi 38%, stres yang disebabkan oleh lingkungan (*environmental stress*) dengan prevalensi 28%, stres akibat hubungan interpersonal sekitar 19%, dan stres akademik dengan prevalensi 15%.⁷ Stres akademik diartikan sebagai suatu keadaan individu mengalami tekanan dari lingkungan perkuliahan dan penilaian tentang stresor akademik yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi.⁸

Mahasiswa Program Pendidikan Sarjana Kedokteran merupakan salah satu populasi yang rentan terhadap stres. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 100 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara semester ganjil tahun akademik 2012-2013 pada bulan Oktober 2012, didapatkan bahwa sebanyak 35 orang (35%) mengalami stres tingkat rendah, 61 orang (61%) mengalami stres tingkat sederhana dan 4 orang (4%) mengalami stres tingkat tinggi.⁹ Penelitian Abdulghani pada tahun 2008 di Arab Saudi mengenai prevalensi stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran didapatkan bahwa 21.5% mengalami stres ringan, 15.8% mengalami stres sederhana dan 19.6% mengalami stres berat. Penelitian yang

sama dilakukan oleh Marjani di Iran pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dan hasil yang diperoleh adalah 26.22% diantaranya mengalami stres ringan, 20.5% mengalami stres sederhana dan 14.75% stres berat.⁹ Perbedaan berbagai hasil penelitian tersebut dapat disebabkan oleh keragaman lingkungan sosial, kurikulum pendidikan, fasilitas, kondisi geografis, dan faktor lainnya. Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan, maka penulis tertarik untuk meneliti hubungan intensitas merokok dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung.

1.2. Rumusan Masalah

- 1) Bagaimana gambaran intensitas merokok pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba?
- 2) Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung?
- 3) Bagaimana hubungan antara intensitas merokok dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba?

1.3. Tujuan penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh intensitas merokok dengan tingkat stres.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui gambaran intensitas merokok pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun ajaran 2015-2016.
- 2) Mengetahui gambaran tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung tahun ajaran 2015-2016
- 3) Menganalisis hubungan intensitas merokok dengan tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai gambaran intensitas merokok pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung, dan memberikan sumbangsih ilmu pengetahuan berupa informasi mengenai efek merokok terhadap kejadian stres, selain itu dapat pula dijadikan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dan pertimbangan, bagi beberapa pihak yang terlibat dalam mewujudkan masyarakat yang sehat, diantaranya

- 1) Bagi masyarakat dapat menjadi referensi untuk menghindari dan menghadapi stres dengan mengenali tanda-tanda dan gejala stres yang

sering dialami oleh seluruh lapisan masyarakat, juga dapat menjadi bahan pembelajaran tentang bahaya merokok

- 2) Bagi pemerintah dan pemegang kebijakan pendidikan dapat melakukan kajian tentang manajemen stres pada mahasiswa dan pelajar yang termasuk kedalam kelompok usia dengan prevalensi stres tertinggi.
- 3) Bagi pihak pimpinan universitas dan mahasiswa dapat menyelenggarakan kampanye kampus bebas rokok dan edukasi tentang bahaya merokok kepada mahasiswa lewat berbagai media cetak maupun elektronik

