

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perilaku merokok terjadi secara luas dan biasa ditemukan di tempat-tempat umum yang dilakukan oleh orang tua, guru pendidik dan murid pelajar. Perilaku merokok bukanlah hal baru yang terjadi pada kalangan anak remaja pada usia sekolah, dapat kita jumpai saat pulang sekolah.

Meskipun pemerintah sudah mengatur perilaku merokok melalui UU kesehatan No 36 tahun 2009 pasal 113 tentang bahan adiktif dan produksi peredaran rokok yang memenuhi peraturan standar, namun dalam prakteknya kerap dilanggar karena tidak adanya sanksi yang jelas dalam aturan tersebut. Data Komisi Nasional (Komnas) Perlindungan Anak menunjukkan selama tahun 2008 sampai 2012 jumlah perokok anak umur 10 tahun di Indonesia mencapai 239.000 orang dan jumlah perokok anak usia antara 10 sampai 14 tahun mencapai 1.2 juta orang dari data riset kesehatan dasar (Surabayapost, 2012) jumlah perokok anak meningkat dari 71.126 di tahun 1995 menjadi 426.214 di tahun 2007 atau naik sekitar 6 kali selama 12 tahun. Hal ini yang seperti dikatakan oleh Budi Rahadju, Kepala Dinas Kesehatan Pemprov Jawa Timur, menyatakan bahwa banyaknya iklan rokok yang beredar di masyarakat menjadi pemicu tingginya jumlah perokok anak-anak dan remaja karena dalam iklan tersebut juga di sponsori oleh perusahaan rokok ternama. Data Dinas Kesehatan Jawa timur dikemukakan bahwa jumlah perokok meningkat dari 38 persen perokok setiap tahunnya. Dan tahun 2011, 91,7 persen diantaranya berusia 13-15 tahun. (Surabayapost, 2012)

Efek dari merokok hanya meredakan kecemasan selama efek dari nikotin masih ada, dan ketergantungan dari nikotin jika sudah hilang akan membuat perokok menjadi stress Parrot (2004). Sebaliknya penelitian yang dilakukan Parrot (2004) mengenai hubungan antara stres dengan merokok yang dilakukan oleh orang dewasa dan pada remaja menyatakan bahwa ada perubahan emosi selama merokok. Merokok dapat membuat orang yang stres menjadi tidak stres lagi, perasaan ini tidak akan lama setelah rokok itu habis dihisap dan keinginan akan kembali timbul karena ada hubungan negatif dengan rokok, yang berarti bahwa para perokok merokok kembali agar menjaga mereka tidak stres lagi (dalam Hasnida dan Kemala, 2005).

Sebagian remaja memahami akibat-akibat yang berbahaya dari asap rokok tetapi remaja tidak mencoba untuk menghindar atau berhenti merokok. Berdasarkan mayoritas anak remaja merokok adalah sebagai pelarian dari berbagai masalah atau sebagai pengurang depresi yang dihadapinya seperti tugas sekolah, masalah dengan teman bermain, atau bisa juga masalah dengan hubungan percintaan dengan lawan jenisnya, sehingga remaja lebih cenderung untuk merokok dari pada memecahkan masalahnya. Menurut Kurt Lewin (dalam Komasari & Helmi, 2000) perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan individu artinya perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dalam diri juga disebabkan faktor lingkungan.

Observasi awal dari peneliti bulan Januari dengan menyebar angket kepada sejumlah pihak meliputi siswa SMP (Sekolah Menengah Pertama), siswa SMA (Sekolah Menengah Akhir) dan masyarakat umum yang terdiri dari

mahasiswa, guru dan swasta. Ada empat puluh (40) angket yang disebarkan pada anak SMP, empat puluh (40) angket anak SMA dan dua puluh (20) angket pada masyarakat umum. Hasilnya menunjukkan bahwa menurut remaja SMP menyatakan 77,5% menyatakan bahwa merokok dikalangan anak SMP dan SMA tidak wajar, 20% menganggap anak SMP tidak wajar, sedangkan wajar bagi anak SMA, dan 2,5% anak SMP dan anak SMA dianggap wajar merokok. Hasil pada anak SMA, 72,5 % menganggap merokok tidak wajar bagi anak SMP maupun anak SMA. 25% menganggap anak SMP belum wajar merokok dan anak SMA menganggap sudah wajar merokok, dan 2,5% anak SMP dan SMA menganggap sudah wajar. Hasil dari angket pada masyarakat umum menunjukkan bahwa 25% menganggap perilaku merokok anak SMP dan SMA tidak wajar, dan 25% menyatakan bahwa perilaku merokok tidak wajar untuk anak SMP sedangkan untuk SMA dianggap wajar.

Remaja merokok dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain jenis kelamin, umur dan lingkungan. Faktor lingkungan bagi remaja diantaranya karena pengaruh teman karena apabila tidak merokok dikatakan tidak gaul dan banci, pengaruh dari perilaku modelling orangtua kepada anak dan pengaruh guru disekolah.

Lingkungan keluarga, pergaulan dan pendidikan serta pengetahuan mempengaruhi perilaku merokok pada remaja, baik itu perceraian maupun keluarga yang tidak harmonis, karena baik buruknya keadaan keluarga mempengaruhi perkembangan kepribadian remaja. Sedangkan pengaruh lingkungan dalam hal ini lingkungan pergaulan dan sekolah ikut memberikan

andil bagi perkembangan kepribadian remaja. Keadaan tersebut diperburuk dengan kurangnya kontrol masyarakat, sebagai akibat dari perkembangan masyarakat yang modern dan kehidupan kota yang heterogen, sehingga mendorong remaja untuk mudah terbawa arus dari dampak kehidupan modern tersebut dan mendorong terjadinya perilaku menyimpang di sekolah. Ada beberapa ahli berpendapat bahwa perilaku merokok pada remaja termasuk kenakalan remaja. Kenakalan remaja diawali dengan akibat pengaruh merokok di lingkungan luar sekolah timbul karena beberapa faktor yang mempengaruhinya, ada dua faktor yang mempengaruhi yaitu internal dan eksternal. Faktor eksternal yakni berasal dari lingkungan tempat berinteraksi individu seperti lingkungan pergaulan dengan teman sebayanya, sekolah maupun lingkungan keluarga. Sedangkan faktor internal yakni berasal dari rasa ingin tahu, ingin coba-coba, dan pengaruh iklan yang menarik perhatian.(Wordpress, 2009)

Brigham. 1991 (dalam Sa'diah, 2007). menyatakan bahwa perilaku merokok yang dilakukan para remaja merupakan simbol dari kematangan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap lawan jenis. Merokok merupakan salah satu masalah yang sulit dipecahkan. Hal ini menjadi sulit, karena berkaitan dengan beberapa faktor yang saling memicu, diantaranya dari segi kesehatan, merokok harus dihentikan karena menyebabkan kanker dan penyumbatan pembuluh darah yang mengakibatkan kematian, oleh karena itu merokok harus dihentikan sebagai usaha pencegahan sedini mungkin. Terlebih diketahui bahwa sebagian besar perokok adalah remaja sehingga perlu adanya pencegahan dini yang dimulai dari pihak sekolah.

Ada sekelompok perokok mengakui saat merokok merasa nikmat. Sedangkan kelompok lain, khususnya remaja pria, mereka menganggap bahwa merokok adalah merupakan ciri kejantanan yang membanggakan, sehingga mereka yang tidak merokok malah justru diejek. Padahal para perokok sadar bahwa merokok dapat membahayakan kesehatan bahkan menimbulkan penyakit serius (Nurhidayat, 2012).

Dalam penelitian ini yang ingin dikaji lebih dalam adalah remaja yang tidak merokok karena orang tidak pernah berlama-lama berada dalam keadaan tertekan, baik tekanan yang muncul dari dalam maupun dari luar diri. Pada proses *Appraisal* (penilaian), ketika diri dihadapkan pada *stressor*, maka sistem kognitif diri segera bereaksi terhadap *stressor* tersebut dengan memunculkan perilaku yang akan membantunya mengatasi atau mengurangi ketegangannya. Strategi *coping* merupakan cara seseorang untuk mengatasi stres. Orang akan menyusun rencana untuk memecahkan masalah, menghadapi masalah yang dihadapinya sampai masalah tersebut terselesaikan. Sedangkan ada yang berpura-pura baik-baik saja dan bersikap seolah tidak ada masalah, dan berharap masalah tersebut selesai dengan sendirinya.

Menurut Lazarus dan Folkman (Zalfa, 2009) ada dua strategi *coping stres*, yaitu *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan *coping* berfokus pada emosi (*emotion focused coping*). Perbedaan strategi ini adalah mengelompokkan perilaku-perilaku orang dalam mengatasi stress. Pada *problem focused coping*, orang tidak lari dari masalah dan menghadapi masalah tersebut, sedangkan orang yang menghindar dan mengingkari permasalahan yang sedang

dihadapinya termasuk orang yang menggunakan *coping* yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*). Sebuah penelitian oleh Dubow dan Tisak (Zalfa, 2009) mengungkapkan bahwa anak-anak yang telah mengalami sejumlah peristiwa penting kehidupan dengan pengembangan *problem solving* yang tinggi memiliki lebih sedikit masalah perilaku dari pada anak lain yang kurang memiliki pengembangan *problem solving*.

Konflik dalam remaja dapat menimbulkan situasi yang menekan bagi remaja, yang akibatnya menimbulkan stress. Perilaku bermasalah pada remaja sering kali timbul karena bentuk perilaku yang tidak sesuai dalam mengatasi stres. Solomon (Widodo, 2007) mengungkapkan bahwa *coping* merupakan hal yang penting untuk dibicarakan dalam masalah stress, konsep *coping* digunakan untuk menjelaskan hubungan antara stres dengan perilaku individu dalam menghadapi stress.

Smet (1994) mengatakan bahwa tidak ada strategi *coping* yang paling berhasil untuk mengatasi semua masalah. Baik *problem focused coping*(PFC) atau *emotion focused coping* (EFC) digunakan untuk menghadapi situasi yang mengandung tekanan atau ancaman. Individu mempunyai sifat relatif dalam menentukan *coping* yang mana sesuai dengan dirinya berdasarkan pertimbangan tertentu.

Dari paparan tentang fenomena dan kasus yang terjadi pada remaja, maka peneliti tertarik untuk mengkaji tentang pengaruh tidak merokok terhadap kemampuan *problem focused coping* pada remaja.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh perilaku tidak merokok terhadap kemampuan *problem focused coping* pada remaja?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian bertujuan untuk mengetahui perilaku tidak merokok berpengaruh terhadap kemampuan *Problem focused coping* pada remaja.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat untuk :

1. Secara teori hasil penelitian ini diharapkan untuk memberi sumbangan ilmiah untuk ilmu psikologi kesehatan.
2. Secara praktis hasil penelitian ini untuk dapat menjadikan sumber informasi bagi kalangan yang membaca, orang-orang disekitar kita, dan juga dapat digunakan untuk pertimbangan penelitian selanjutnya.