

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Laporan WHO pada tahun 2008 menyebutkan bahwa hampir 2/3 perokok tinggal di 10 negara. Saat ini, Indonesia adalah negara terbesar ketiga penggunaan rokok setelah Cina dan India (Aula, 2010).

Di Indonesia prevalensi merokok penduduk usia 15 tahun keatas melonjak dari 27 % pada tahun 1995 menjadi 34,7% pada tahun 2010. Prevalensi perokok pria terus meningkat dari 53% pada tahun 1995 menjadi 66% pada tahun 2010 sementara itu prevalensi perokok wanita sebesar 1,7% pada tahun 1995 meningkat menjadi 4,2 % pada tahun 2010. Prevalensi jumlah penduduk yang merokok di Jawa tengah sebesar 30,7% pada tahun 2007 dan meningkat 32,6% pada 2010 (Lestari, 2013).

Berdasarkan hasil RISKEDAS 2013 proporsi merokok saat ini penduduk 10 tahun menurut karakteristik RIKESDAS usia 20 – 24 sebanyak 34,0%. Laki – laki 56,7% dan perempuan 1,9%. Rerata jumlah batang rokok yang dihisap perhari penduduk 10 tahun se-indonesia 12,3%. Usia 20 – 24 sebesar 11,5% dimana laki – laki 12,4% dan perempuan 8,2% di Provinsi Gorontalo 12,3%.

Pada umumnya perilaku merokok pada remaja semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok, serta sering mengakibatkan remaja mengalami ketergantungan nikotin. Pengaruh nikotin dalam rokok dapat membuat seseorang menjadi pecandu atau ketergantungan pada rokok. Remaja

yang sudah kecanduan merokok tidak dapat menahan keinginan untuk tidak merokok, mereka cenderung sensitif terhadap efek dari nikotin. Ketergantungan nikotin menyebabkan seorang perokok harus mengisap rokok terus – menerus dan menimbulkan berbagai akibat terhadap tubuh, salah satunya adalah insomnia (Musoffa, 2013).

Menurut Rafknwoledge (2004) bahwa insomnia sendiri disebabkan oleh beberapa hal, misalnya tekanan atau stress, depresi, kelainan kronis, gangguan emosi, efek samping pengobatan, pola makan yang buruk, kurang berolahraga, dan penggunaan zat yang menekan syaraf pusat seperti nikotin yang terdapat pada rokok, kafein pada kopi, kokain dan zat psikotropika lainnya.

Menurut Khomsan (2009) mengisap rokok menjelang tidur, dapat memicu insomnia. Hal ini disebabkan nikotin bersifat neurostimulan yang justru membangkitkan semangat. Berkaitan dengan hal tersebut maka dapat dinyatakan bahwa salah satu penyebab terjadinya gangguan tidur adalah merokok, dimana kandungan nikotin didalam rokok dapat menjadi stimulan bagi seseorang untuk sulit memulai tidur dan ada kecenderungan terbangun disaat tidur (dalam Mukminin, 2011).

Insomnia adalah gejala yang dialami oleh seseorang yang mengalami kesulitan kronis untuk tidur, sering terbangun dari tidur, dan atau tidur singkat atau tidur nonstoratif. Penderita insomnia mengeluh rasa kantuk yang berlebihan disiang hari dan kuantitas dan kualitas tidurnya tidak cukup, namun seringkali seseorang lebih banyak dari yang disadarinya (Potter dan Perry, 2006). Insomnia itu sendiri bukanlah suatu penyakit, melainkan hanya gejala dari beberapa penyakit yang

diderita atau suatu karena permasalahan yang menimpa hidup (Rafknowledge, 2004).

Konsumen rokok meliputi usia dewasa, remaja, bahkan anak – anak, sehingga kebiasaan merokok juga dialami oleh sebagian mahasiswa, tidak terkecuali mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan. Sebagai mahasiswa yang belajar di bidang kesehatan, seharusnya kesadaran dan tingkat pengetahuan akan bahaya rokok lebih baik jika dibandingkan dengan orang awam, sehingga tingkat konsumsi rokok akan semakin menurun. Namun, pada studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa Program Studi Keperawatan angkatan 2010 Universitas Negeri Gorontalo terhadap mahasiswa laki – laki bahwa ada sekitar 30 mahasiswa laki – laki mengaku adalah perokok. Berdasarkan hasil wawancara 6 mahasiswa yang merokok mengatakan sulit untuk tidur sebelum tengah malam. Studi pendahuluan ini dilakukan pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2010 Universitas Negeri Gorontalo sebab angkatan 2010 merupakan angkatan terbanyak mahasiswa laki – laki dan observasi di lingkungan belajar banyak terlihat mahasiswa laki – laki angkatan 2010 merokok.

Berdasarkan penelitian Musoffa dkk (2012) tentang hubungan antara perilaku merokok dan kejadian insomnia pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas lambung mangkurat bahwa dari kuesioner didapatkan data mahasiswa perokok dengan insomnia 5 orang (15,15%), mahasiswa perokok tanpa insomnia 28 orang (84,85%), mahasiswa nonperokok dengan insomnia 2 orang (2,67%), dan mahasiswa nonperokok tanpa insomnia 73 orang (97,33%). Data kemudian dianalisis dengan uji statistik *Fisher's*. Hasil analisis data menggunakan uji

Fisher's dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan nilai $p = 0,027$. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan risiko terjadinya insomnia pada mahasiswa perokok.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengambil judul **“Pengaruh Perilaku Merokok Terhadap Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Angkatan 2010 Universitas Negeri Gorontalo”**

1.2 Identifikasi Masalah

1. Kebiasaan merokok dialami oleh mahasiswa, tidak terkecuali mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan. Sebagai mahasiswa yang belajar di bidang kesehatan, seharusnya kesadaran dan tingkat pengetahuan akan bahaya rokok lebih baik jika dibandingkan dengan orang awam.
2. Studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa Program Studi Keperawatan angkatan 2010 Universitas Negeri Gorontalo terhadap mahasiswa laki – laki bahwa ada sekitar 30 mahasiswa laki – laki mengaku adalah perokok. Hasil wawancara 6 mahasiswa yang merokok mengatakan sulit untuk tidur sebelum tengah malam.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh perilaku merokok terhadap kejadian insomnia pada mahasiswa Program Studi Keperawatan angkatan 2010 Universitas Negeri Gorontalo.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh perilaku merokok terhadap kejadian insomnia pada mahasiswa Program Studi Keperawatan angkatan 2010 Universitas Negeri Gorontalo.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi perilaku merokok pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2010 Universitas Negeri Gorontalo.
2. Mengidentifikasi kejadian insomnia pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2010 Universitas Negeri Gorontalo.
3. Menganalisa pengaruh perilaku merokok terhadap kejadian insomnia pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2010 Universitas Negeri Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Data ilmiah yang diperoleh dalam penelitian diharapkan dapat memberikan informasi untuk memperkaya pengetahuan ilmiah, tentang hubungan perilaku merokok dengan insomnia.
2. Penelitian di harapkan dapat dijadikan acuan untuk mengadakan penelitian selanjutnya.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai evaluasi oleh mahasiswa keperawatan karena begitu banyak dampak buruk dari perilaku merokok.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan kepustakaan mengenai perilaku merokok dan kejadian insomnia.

3. Bagi Profesi

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan dan tambahan informasi lebih lanjut terkait permasalahan perilaku merokok dan kejadian insomnia pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Gorontalo.