

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Rokok merupakan salah satu penyebab kematian terbesar di dunia. Merokok merupakan suatu kebiasaan pada masyarakat yang banyak ditemui dalam kehidupan sehari-hari, di berbagai tempat dan kesempatan. Perilaku merokok adalah aktivitas membakar tembakau, menghisap lalu menghembuskan asapnya. Badan Kesehatan Dunia (WHO, 2014) menyebutkan bahwa sekitar 6 juta orang per tahun mengalami kematian akibat rokok (WHO, 2014).

Menurut *The Tobacco Atlas 3rd edition*, Indonesia adalah negara dengan presentasi perokok terbanyak di ASEAN (46,16%). Indonesia merupakan negara dengan konsumsi rokok terbesar di dunia, yaitu pada urutan ketiga setelah China dan India. Konsumsi tembakau di Indonesia meningkat secara bermakna, karena faktor-faktor meningkatnya pendapatan rumah tangga, pertumbuhan penduduk, rendahnya harga rokok dan mekanisasi industri kretek (*Tobacco Control Support Centre, 2015*).

Berdasarkan data Survei Indikator Kesehatan Nasional (SIRKESNAS) tahun 2016, prevalensi perokok secara nasional adalah 28,5%. Prevalensi merokok menurut jenis kelamin prevalensi pada laki-laki 59% dan perempuan 1,6%. Menurut tempat tinggal, prevalensi perokok di pedesaan dan perkotaan tidak terlalu jauh berbeda namun demikian di pedesaan sedikit lebih tinggi (29,1%) dibandingkan dengan perkotaan (27,9%). Menurut kelompok umur, prevalensi tertinggi pada usia 40-49 tahun sebesar 39,5%, sedangkan pada usia mudaperokok

pemula (≤ 18 tahun) sebesar 8,8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Prevalensi perokok di Indonesia pada usia 15 tahun meningkat sebesar 36,3% dibandingkan dengan Tahun 1995 yaitu 27%. Tidak heran jika Indonesia menjadi negara nomor tiga terbanyak jumlah perokoknya di dunia setelah Cina dan India (Depkes, 2017).

Tahun 2013 secara nasional, prevalensi perokok adalah sebesar 29% . Provinsi dengan prevalensi perokok tertinggi di Indonesia adalah Jawa Barat (32,7%). Sedangkan prevalensi perokok terendah adalah Provinsi Papua (21,9%). Sedangkan Gorontalo sendiri termasuk dalam 3 besar provinsi yang prevalensi perokoknya tinggi (32,2%). Gorontalo termasuk dalam posisi kedua setelah Jawa Barat dengan prevalensi perokok tertinggi (Kemenkes RI, 2015).

Berdasarkan data RISKESDAS dari tahun 2007-2013 perilaku merokok masyarakat Indonesia menunjukkan terjadi sedikit peningkatan proporsi masyarakat yang merokok setiap hari (23,7% - 24,3 %), sedangkan perokok kadang-kadang sedikit menurun dari 5,5% menjadi 5,0%, dan untuk mantan perokok mengalami peningkatan dari 3% menjadi 4% (Kemenkes RI, 2014).

Berdasarkan data awal yang berasal dari Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo, pada tahun 2018 perokok di kabupaten gorontalo mencapai 2089 laki-laki yang merokok dan 154 perokok perempuan dengan jumlah penduduk mencapai 260 ribu penduduk di kabupaten gorontalo.

Hasil survei yang dilakukan oleh LM₃ (Lembaga Menanggulangi Masalah Merokok) (Rohayatun dkk, 2015) dari 375 responden yang dinyatakan

66,2% perokok pernah mencoba berhenti merokok, tetapi mereka gagal. Kegagalan ini dikarenakan berbagai macam sebab; 42,9% tidak tahu caranya dan 25,7% sulit berkonsentrasi. Sementara itu, ada yang berhasil berhenti merokok disebabkan kesadaran sendiri (76%), sakit (16%), dan tuntutan profesi (8%) (Helman, 1994 dalam Rohayatun dkk, 2015). Data *Global Youth Tobacco Survey* (GYTS, 2006) melaporkan 76% perokok ingin berhenti merokok, 86% telah mencoba berhenti tahun sebelum survei dilakukan tetapi gagal.

Berhenti merokok merupakan hal yang tidak mudah bagi pecandu rokok. Salah satu hal yang dapat mempengaruhi seseorang untuk berhenti merokok adalah keinginan dan motivasi yang kuat untuk melaksanakannya. Namun, berdasarkan fenomena yang ada, banyak perokok yang gagal berhenti merokok meskipun telah mengetahui bahaya yang dapat ditimbulkan oleh rokok dan memiliki motivasi untuk berhenti merokok (Depkes, 2015)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rohayatun, dkk (2015) menunjukkan faktor lingkungan, faktor psikologis dan tingkat ketergantungan nikotin merupakan faktor-faktor yang mendukung dan menghambat perokok untuk berhenti merokok. Faktor lingkungan yang paling banyak menghambat adalah karena melihat teman merokok dan faktor psikologis yang paling banyak menghambat adalah merokok membuat perasaan lebih tenang dan nyaman.

Melepas kebiasaan merokok merupakan satu kesuksesan yang luar biasa bagi para pecandu rokok. Sudah banyak cara yang dilakukan untuk melepaskan diri dari benda yang membawa banyak masalah terutama pada masalah kesehatan dan keuangan. Hal ini karena banyak godaan untuk merokok, terutama faktor

lingkungan sekitar seperti teman-teman dapat menyulitkan untuk berhenti merokok dan bahkan tidak jarang untuk kembali menjadi seorang perokok. Banyak bahaya merokok yang ditimbulkan, terlebih apabila merokok dalam jangka waktu yang lama. Keinginan dan tekad yang kuat untuk berhenti yang sudah dirasakan tidak membawa dampak positif bagi para pecandunya (Depkes, 2015).

Pecandu rokok menurut Ogawa (dalam Triyanti, 2011) adalah perilaku penggunaan tembakau yang menetap, biasanya lebih dari setengah bungkus perhari, dengan adanya tambahan distress yang disebabkan oleh kebutuhan akan tembakau secara berulang-ulang.

Banyak pecandu rokok yang berusaha untuk berhenti dari perilaku merokok baik karena kesadaran diri atau karena anjuran orang lain. Namun usaha yang dilakukan selalu menemukan jalan buntu (kegagalan). Adapun yang membuat seseorang sulit berhenti merokok adalah nikotin karena bersifat adiktif, sehingga membuat seorang perokok menjadi kecanduan secara fisik dan emosional. Apabila seorang perokok menghentikan kebiasaannya, ia pasti akan tersiksa, baik secara fisik maupun mentalnya. Walaupun begitu beberapa diantara mereka yang memiliki niat dan tekad yang kuat ada juga yang berhasil meloloskan diri dari siksaan candu (Lisa, 2010).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di Desa Ilomangga Kecamatan Tabongo Kabupaten Gorontalo pada tanggal 5 maret 2019 pada seorang informan yang sudah merokok sejak SMP kelas 1 dan berhenti ketika SMA kelas 3. Informan mengatakan bahwa alasan berhenti merokok karena kondisi kesehatan

yang dialaminya. Dimana dia mengalami batuk yang parah selama satu tahun yang disebabkan karena kebiasaan merokoknya menurut dokter yang memeriksa kondisi kesehatannya. Untuk menghentikan kebiasaan merokok menurutnya tidaklah mudah karena kondisi lingkungan yang mayoritas teman dan keluarganya yang masih merokok.

Berdasarkan uraian di atas membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengalaman Mantan Pecandu Rokok dalam Menghentikan Kebiasaan Merokok”**.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Indonesia adalah negara dengan presentasi perokok terbanyak di ASEAN (46,16%)
2. Tahun 2007-2013 perilaku merokok masyarakat Indonesia menunjukkan terjadi sedikit peningkatan proporsi masyarakat yang merokok setiap hari (23,7% - 24,3%)
3. Gorontalo sendiri termasuk provinsi yang prevalensi merokoknya tinggi (32,2%)
4. Tahun 2007-2013 di Indonesia Mantan perokok mengalami peningkatan dari 3% menjadi 4%

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana Pengalaman mantan Pecandu rokok dalam menghentikan kebiasaan merokok?”

1.4 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui Pengalaman mantan Pecandu rokok dalam menghentikan kebiasaan merokok.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengeksplorasi motivasi mantan pecandu rokok untuk berhenti merokok
- b. Mengeksplorasi upaya mantan pecandu rokok untuk berhenti merokok

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan kesehatan terutama bidang keperawatan berkaitan tentang Pengalaman mantan Pecandu rokok dalam menghentikan kebiasaan merokok.

2. Manfaat Praktis

1) Bagi Institusi

Menjadi salah satu sumber informasi bagi instansi terkait dalam menentukan arah kebijakan kesehatan.

2) Bagi Dinas Kesehatan

Menjadi salah satu sumber informasi serta bahan referensi bagi Dinas Kesehatan.

3) Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan referensi untuk bahan penelitian selanjutnya, dan bisa dijadikan sebagai pedoman.

4) Bagi pembaca

Memberikan informasi kepada masyarakat tentang Pengalaman mantan Pecandu rokok dalam menghentikan kebiasaan merokok.