

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Mahasiswa telah melewati tahap pendidikan dari tingkat SD, SMP, SMA, dan hingga sekarang sedang dalam proses menyelesaikan pendidikan disuatu perguruan tinggi. “Mahasiswa memiliki ruang lingkup yang antara lain tidak lari dari pemenuhan tugas kuliah dan capaian nilai yang tinggi ataupun tuntutan akademis, apabila ruang lingkup ini mengalami masalah atau mengalami ketidakseimbangan maka dapat menyebabkan mahasiswa tersebut mengalami banyak pikiran sehingga mengakibatkan adanya kejadian stres” (Pamukhti, 2016).

Mahasiswa rentan mengalami stres, stres adalah hal yang sering dialami oleh setiap orang ketika sedang dalam masalah ataupun tekanan. “Stres merupakan suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tekanan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari. Secara umum stres dapat digolongkan menjadi tiga yaitu tekanan fisik, tekanan psikologis, dan sosial ekonomi. Pada mahasiswa umumnya tekanan yang dialami adalah tekanan psikologis dimana seorang mahasiswa memiliki berbagai tuntutan akademis yang harus dihadapi. Stres secara psikologis dapat menimbulkan gejala cemas, jengkel, sedih, agresif, bingung dan berkurangnya konsentrasi” (Purwati, 2012).

“Pada tahun 2015 hasil yang didapatkan bahwa orang yang mengalami stres di dunia cukup tinggi. Di Indonesia sekitar 1,33 juta penduduk diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stres, angka tersebut mencapai 14% dari total

penduduk dengan tingkat stres akut (stres berat) mencapai 1-3%. Prevalensi mahasiswa didunia yang mengalami stres berkisar 38-71%, sedangkan prevalensi mahasiswa di Asia yang mengalami stres sebesar 39,6-61,3%. Sementara itu di Indonesia pada tahun 2014 terdapat 36,7-71,6% mahasiswa yang mengalami stres” (Yuliana, 2018). Akibat dari stres yang dialami membuat mahasiswa cenderung mencari pelampiasan, salah satunya yaitu dengan perilaku merokok.

Merokok merupakan perilaku seseorang yang menggunakan rokok konvensional ataupun dengan rokok elektrik dan dilakukan secara terus-menerus. “Menurut Ablelo dkk (2019), perilaku merokok dilakukan oleh seseorang untuk mengurangi stres tanpa harus memecahkan suatu masalah. Kebiasaan merokok didukung oleh beberapa faktor.” “Perokok beralasan bahwa dengan merokok akan mendapatkan ketenangan, lebih diakui dalam hubungan sosial karena merokok seringkali merupakan bagian dari aktivitas sosial, menghilangkan stres dan perasaan negatif, serta merasa lebih baik” (Shuaib dkk, 2010). Namun hal ini berbanding terbalik dengan teori yang dikemukakan oleh Iceu tahun 2013 dimana “merokok dapat menyebabkan timbulnya penyakit yang berujung pada kematian.”

Di tingkat global, menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 “lebih dari 22,000 orang meninggal dunia karena penggunaan tembakau atau paparan asap rokok, satu orang dalam 4 detik setiap harinya”. “Sementara itu pada tingkat prevalensi nasional negara Indonesia adalah 24,3% dan prevalensi merokok menurut jenis kelamin, prevalensi pada laki-laki mencapai 47,3%” (Kemenkes RI, 2018).

“Pada tingkat Provinsi Gorontalo sendiri menduduki tempat ke 2 provinsi dengan prevalensi merokok 31%” (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizkiani, dan Widyastuti (2012) tentang “Hubungan Antara Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Pegawai Negeri Sipil Laki-Laki dengan sampel sebanyak 107 responden, hasil penelitian tidak ada hubungan yang signifikan antara stres dengan perilaku merokok pada pegawai negeri laki-laki di kantor Sekretariat Daerah Kabupaten Brebes dengan nilai  $\alpha = 0,252$  ( $\alpha > 0,05$ ).” Penelitian juga dilakukan oleh Hilyana, Hasbullah, dan H.Muzakkir (2013) tentang “Hubungan Tingkat Stres Terhadap Perilaku Merokok Remaja Siswa Di SLTP 30 Makassar Kota Makassar dengan jumlah sampel sebanyak 52 responden, hasil analisa menunjukkan ada hubungan antara tingkat stres remaja terhadap perilaku merokok remaja siswa dengan nilai kemaknaan  $p=0,012$ . Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres terhadap perilaku merokok remaja siswa di SLTP 30 Makassar.”

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti didapatkan bahwa mahasiswa jurusan kepelatihan di Universitas Negeri Gorontalo dilakukan wawancara kepada 8 mahasiswa didapatkan mahasiswa tersebut berperilaku merokok dengan alasan mendapatkan ketenangan dan perasaan yang menyenangkan, ada juga mengatakan merokok untuk menghilangkan stres, merokok sebagai suatu hal yang sudah melekat dengan gaya kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan tingkat stres dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Di tingkat global, menurut WHO lebih dari 22,000 orang meninggal dunia karena penggunaan tembakau atau paparan asap rokok. Tingkat prevalensi nasional negara Indonesia adalah 24,3%, tingkat Provinsi Gorontalo sendiri menduduki tempat ke 2 provinsi dengan prevalensi merokok 31%.
2. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti dapatkan dari 8 mahasiswa yang berperilaku merokok dengan alasan bahwa mendapatkan ketenangan dan perasaan yang menyenangkan, juga mengatakan merokok untuk menghilangkan stres, merokok sebagai suatu hal yang sudah melekat dengan gaya kehidupan sehari-hari.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Apakah Ada Hubungan Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo ?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Mengetahui Hubungan Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo.

#### 1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat stres pada mahasiswa jurusan Keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo.
2. Mengidentifikasi perilaku merokok pada mahasiswa Jurusan Keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo.
3. Menganalisa Hubungan tingkat Stres dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat berguna dan sebagai bahan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan terutama dibidang kesehatan khususnya yang berkaitan dengan tingkat Stres dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa.

#### 1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Menjadi edukasi bagi mahasiswa bahwa merokok bisa memberikan dampak buruk bagi kesehatan.

2. Bagi Institusi Keperawatan

Dapat dijadikan sebagai salah satu informasi dan referensi untuk penelitian ilmiah selanjutnya.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Dapat dijadikan acuan untuk meneliti tentang tingkat Stres dengan Perilaku Merokok.