

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Pustaka**

##### **1. Stres pada Remaja dan Perilaku Merokok**

Stres merupakan suatu respon, stimulus dan sekaligus transaksional. Respon stres suatu organisme mewakili serangkaian respon fisiologis yang bersifat umum seperti ketegangan otot, marah, menarik diri, dll. Stres diartikan sebagai stimulus karena stres mampu memberikan dorongan kepada individu untuk melakukan perubahan. Stres sebagai transaksional maksudnya adalah interaksi individu dengan lingkungan. Reaksi stres dapat berkembang dan kejadian-kejadian yang terjadi di lingkungan sekitar berhubungan dengan penilaian kognitif individu yang akan berperan dalam respon stres (Sholichatun, 2011). Stres terbagi menjadi beberapa tingkatan yaitu tidak stres (normal), stres ringan, stres sedang, stres berat, dan stres sangat berat. Tingkatan stres tergantung dari bagaimana mekanisme coping remaja dalam menghadapi tekanan (Kinantie, 2012).

Stres menjadi salah satu faktor merokok dikarenakan siswa cenderung memilih mengatasi stres dengan coping jangka pendek yang cenderung negatif seperti merokok karena rokok dianggap oleh

mereka bisa memberikan efek menenangkan tanpa mempertimbangkan bahaya yang ditimbulkan oleh rokok (Trisnolerah, 2016).

Menurut PP nomor 109 tahun 2012, rokok adalah salah satu produk tembakau yang dimaksudkan untuk dibakar dan dihisap dan/atau dihirup asapnya, termasuk rokok kretek, rokok putih, cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *nicotiana tabacum*, *nicotiana rustica*, dan spesies lainnya atau sintetisnya yang asapnya mengandung nikotin dan tar, dengan atau tanpa bahan tambahan (PP RI, 2012).

Komponen rokok dibagi menjadi 2, yaitu komponen gas dan komponen padat. Komponen gas asap rokok terdiri dari karbonmonoksida, karbondioksida, hidrogen sianida, amoniak, oksida dari nitrogen dan senyawa hidrokarbon. Partikel rokok terdiri atas tar, nikotin, benzantracene, benzopiren, fenol, cadmium, indol, karbarzol dan kresol. Tar, nikotin dan karbonmonoksida merupakan 3 macam zat yang sangat berbahaya. Tar merupakan kumpulan dari beribu-ribu bahan kimia dalam komponen padat asap rokok dan bersifat karsinogenik. Nikotin merupakan alkaloid alam yang bersifat toksis dan dapat menyebabkan ketergantungan psikis berbentuk cairan, tidak berwarna, dan mudah menguap. Zat ini berubah menjadi kecoklatan dan berbau seperti tembakau jika bersentuhan dengan udara. Gas karbon monoksida memiliki afinitas dengan haemoglobin sekitar 200 kali lebih kuat terhadap afinitas oksigen. Hal ini tentu akan berpengaruh pada sistem pertukaran haemoglobin dalam darah (Kusuma, 2011).

Perokok dikategorikan menjadi 3 kelompok berdasarkan jumlah rokok yang dihisap setiap harinya. Disebut dengan perokok ringan apabila dalam satu harinya menghabiskan satu sampai sepuluh batang rokok. Disebut dengan perokok sedang apabila dalam satu harinya menghabiskan 11-20 batang rokok. Dan disebut dengan perokok berat apabila dalam satu harinya menghabiskan lebih dari 20 batang per hari (Sundari, 2015).

Perilaku merokok merupakan suatu aktivitas yang dilakukan individu berupa membakar dan menghisapnya serta dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap orang-orang disekitarnya. Ada empat tahap dalam perilaku merokok yaitu tahap *prepatory*, tahap *initiation* (tahap perintisan merokok), tahap *becoming a smoker*, dan tahap *maintenance of smoking*. Tahap *prepatory* merupakan tahapan dimana seseorang mendapatkan gambaran yang menyenangkan mengenai rokok sehingga muncul minat untuk merokok. Tahap *initiation* yaitu tahap dimana seseorang akan meneruskan atau tidaknya perilaku merokok. Tahap *becoming a smoker* yaitu apabila seseorang sudah mengonsumsi rokok sebanyak 4 batang perhari. Dan tahap *maintenance of smoking*, pada tahap ini merokok telah menjadi bagian dalam hidupnya dimana seseorang telah ketergantungan rokok karena mempunyai efek fisiologis yang menyenangkan (Fikriyah, 2012)

Perilaku merokok pada remaja berdasarkan waktu dan frekuensi mengonsumsi rokok, digolongkan menjadi tiga, yaitu non perokok, perokok coba-coba dan perokok tetap. Non perokok yaitu seseorang yang

sama sekali belum pernah menghisap rokok walaupun sekali hisapan. Perokok coba-coba adalah seseorang yang merokok lebih dari 1 kali setiap minggunya atau dalam waktu kurang dari sebulan. Sedangkan perokok tetap adalah seseorang yang merokok setiap minggu atau setiap hari dalam waktu 3 bulan berturut-turut (Chotidjah, 2012).

Perilaku merokok pada remaja dipengaruhi 3 hal yaitu lingkungan budaya, situasi sosial, dan personal. Sepertiga hingga setengah dari remaja yang memulai merokok pada usia remaja, berakhir dengan ketergantungan rokok ketika dewasa. Banyaknya faktor pendorong dari faktor internal maupun eksternal tentunya akan berdampak pada keinginan remaja untuk merokok (Liem, 2014).

Faktor dominan yang mempengaruhi perilaku merokok adalah faktor psikologis. Alasan psikologis para mahasiswa merokok adalah untuk mencari ketenangan atau relaksasi serta mengurangi kecemasan. Para mahasiswa yang merokok ingin mendapatkan ketenangan secara mudah dengan merokok tanpa melihat dan mempertimbangkan efek buruk rokok bagi kesehatan fisik maupun psikologis (Samrotul Fikriyah, 2012).

## **2. Ketergantungan Merokok dan Psikologis Remaja**

Seseorang ketergantungan merokok disebabkan oleh kandungan yang ada didalam rokok. Hal ini akan membuat seorang perokok mengalami kesulitan berhenti merokok didasari 2 alasan, yang pertama adalah ketergantungan atau adiksi pada nikotin, dan yang kedua adalah

faktor psikologis yang merasakan adanya kehilangan suatu kegiatan tertentu jika berhenti merokok (Fikriyah, 2012).

Remaja merupakan sebuah rentang masa perubahan secara biologis, sosial dan psikologis. Bagi banyak remaja, perubahan ini merupakan bagian dari penyesuaian positif untuk meraih otonomi. Namun di sisi lain, masa remaja seringkali menjadi masa untuk bereksperimen dan ikut serta dalam sejumlah aktivitas termasuk perilaku yang berisiko seperti penyalahgunaan zat, perilaku kekerasan dan merokok (Sholichatun, 2011).

Masa remaja merupakan masa peralihan yang di alami seseorang dari masa anak ke masa dewasa dan terjadi pematangan secara kognitif yaitu interaksi dari struktur otak yang telah sempurna dan lingkungan sosial yang memungkinkan remaja berpikir abstrak. Hal ini membuat aspek psikologis remaja menjadi sangat rentan dipengaruhi oleh lingkungan sekitar (Pratama, 2013).

Masa transisi yang dialami oleh remaja mulai dari aspek fisik, psikis, maupaun secara sosial dapat menimbulkan masa krisis yang ditandai dengan perilaku negatif seperti merokok, kenalakan remaja dan sebagainya. Hal ini disebabkan masih labilnya keadaan emosional dan sangat kritis dalam menghadapi apapun. Pengembangan efektivitas pribadi dapat dibentuk dengan komunikasi mendalam atau komunikasi secara interpersonal untuk membantu remaja dalam menghadapi berbagai situasi yang akan dihadapinya . Dalam proses penyesuaian diri pun remaja sering menghadapi masalah. Biasanya masalah kompleks yang di alami remaja

muncul karena berbagai macam sebab seperti dari dalam remaja itu sendiri, lingkungan keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial (Chairani, 2009).

### **3. Dukungan Keluarga dalam Pembentukan Perilaku**

Keluarga diartikan sebagai unit sosial-ekonomi terkecil dalam masyarakat yang merupakan kelompok primer yang terdiri dari dua atau lebih orang yang mempunyai jaringan interaksi interpersonal, hubungan darah maupun hubungan perkawinan, dan adopsi (Puspitawati, 2013). Hubungan antara anggota keluarga merupakan jenis hubungan yang dekat atau memiliki intensitas yang sangat tinggi (Lestari, 2012). Perilaku individu dibentuk dalam keluarga. Disinilah manusia mengenal dirinya sebagai individu dan makhluk sosial. Bentuk keluarga sendiri secara tradisional terbagi menjadi dua, yaitu keluarga inti/batih (*nuclear family*) dan keluarga besar (*extended family*). Keluarga inti adalah keluarga yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak yang belum menikah. Sedangkan keluarga besar (*extended*) merupakan keluarga yang terdiri dari keluarga inti ditambah dengan keluarga lain (karena hubungan darah, misal bibi, paman, kakek, dll) yang tinggal dalam satu rumah (Margarethy, 2016).

Keluarga memiliki banyak macam fungsi. Di Indonesia fungsi keluarga telah dirumuskan dalam Peraturan Pemerintah RI No. 21 tahun 1994 yang mana mengandung delapan fungsi keluarga sebagai jembatan menuju terbentuknya sumber daya pembangunan yang handal dengan ketahanan keluarga yang kuat dan mandiri, yaitu:

a. Fungsi Keagamaan

Fungsi keluarga adalah sebagai wahana insan-insan agamis yang penuh iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa (Peraturan Pemerintah, 1994).

b. Fungsi Budaya

Fungsi budaya adalah keluarga dalam memberikan kesempatan kepada keluarga dalam memberikan kesempatan kepada keluarga dan seluruh anggotanya untuk mengembangkan kekayaan budaya bangsa yang beraneka ragam dalam satu kesatuan (Peraturan Pemerintah, 1994).

c. Fungsi Cinta Kasih

Fungsi cinta kasih adalah fungsi keluarga dalam memberikan landasan yang kokoh terhadap hubungan anak dengan anak, suami dengan istri, orang tua dengan anak-anaknya, serta hubungan kekerabatan antar generasi sehingga menjadi wahana utama bersemainya kehidupan yang penuh cinta kasih lahir batin (Peraturan Pemerintah, 1994).

d. Fungsi Melindungi

Fungsi melindungi adalah fungsi keluarga untuk menumbuhkan rasa aman dan kehangatan bagi segenap anggota keluarga (Peraturan Pemerintah, 1994).

e. Fungsi Reproduksi

Fungsi reproduksi adalah fungsi keluarga yang merupakan mekanisme untuk melanjutkan keturunannya yang direncanakan sehingga dapat menunjang terciptanya kesejahteraan umat manusia di dunia yang penuh iman dan taqwa (Peraturan Pemerintah, 1994).

f. Fungsi Sosialisasi dan Pendidikan

Fungsi sosialisasi dan pendidikan adalah fungsi keluarga yang memberikan peran kepada keluarga untuk mendidik keturunannya agar bisa melakukan penyesuaian dengan alam kehidupannya di masa depan (Peraturan Pemerintah, 1994).

g. Fungsi Ekonomi

Fungsi ekonomi adalah fungsi keluarga sebagai unsur pendukung kemandirian dan ketahanan keluarga (Peraturan Pemerintah, 1994).

h. Fungsi Pembinaan Lingkungan

Fungsi pembinaan lingkungan adalah fungsi keluarga yang memberikan kemampuan kepada setiap keluarga dapat menempatkan diri secara serasi, selaras, dan seimbang sesuai dengan daya dukung alam dan lingkungan yang berubah secara dinamis (Peraturan Pemerintah, 1994).

Pola asuh orang tua dapat mempengaruhi perilaku anak. Ada 3 macam pola asuh yang digunakan oleh orang tua dalam mendidik anaknya

yaitu pola asuh permisif, pola asuh otoriter, dan pola asuh demokratis. pola asuh permisif yaitu pola asuh dimana orang tua cenderung memberi kebebasan kepada anak untuk berbuat apa saja, dan metode ini berpotensi membuat anak menjadi bingung dan salah arah dalam berperilaku. Pola asuh otoriter merupakan pola asuh dengan memaksa dan menekan anak dan justru akan membuat anak semakin stres dan tertekan. Sedangkan pola asuh demokratis adalah pola asuh dengan memberikan kebebasan yang bertanggung jawab dan memberikan bimbingan yang sesuai dapat dilakukan. Pola asuh yang paling baik adalah pola asuh demokratis dibandingkan dengan permisif dan otoriter. Dengan ini fungsi keluarga akan berjalan dengan baik dan membantun dalam pencegahan merokok (Kharie, 2014).

Fungsi fisiologis keluarga diukur dengan *APGAR score*. *APGAR score* adalah skor yang digunakan untuk menilai fungsi keluarga ditinjau dari sudut pandang setiap anggota keluarga terhadap hubungannya dengan anggota keluarga lain. Penilaian ini dilakukan pada salah seorang anggota keluarga yang bersangkutan untuk mengetahui apakah keluarganya itu sehat atau tidak. *APGAR* keluarga pertama kali diperkenalkan oleh Gabriel Smilkstein pada tahun 1978 untuk menilai tingkat kepuasan sosial dengan dukungan keluarga. Jika fungsi keluarga dapat terlaksana dengan baik, dapatlah diharapkan terwujudnya keluarga sejahtera. Dengan terwujudnya keluarga sejahtera berarti telah terwujud pula keluarga sehat (*healthy family*). Untuk dapat mengukur sehat atau tidaknya suatu keluarga

dikembangkan suatu metode penilaian sederhana yaitu APGAR keluarga.

APGAR *score* meliputi:

a. Adaptasi (*Adaptation*)

Kemampuan anggota keluarga tersebut beradaptasi dengan anggota keluarga lain, serta penerimaan, dukungan dan saran dari anggota keluarga yang lain (Smilkstein, 1978).

b. Kemitraan (*Partnership*)

Menggambarkan komunikasi, saling membagi, saling mengisi antara anggota keluarga dalam segala masalah yang dialami oleh keluarga tersebut (Smilkstein, 1978).

c. Pertumbuhan (*Growth*)

Menggambarkan dukungan keluarga terhadap hal-hal baru yang dilakukan anggota keluarga tersebut (Smilkstein, 1978).

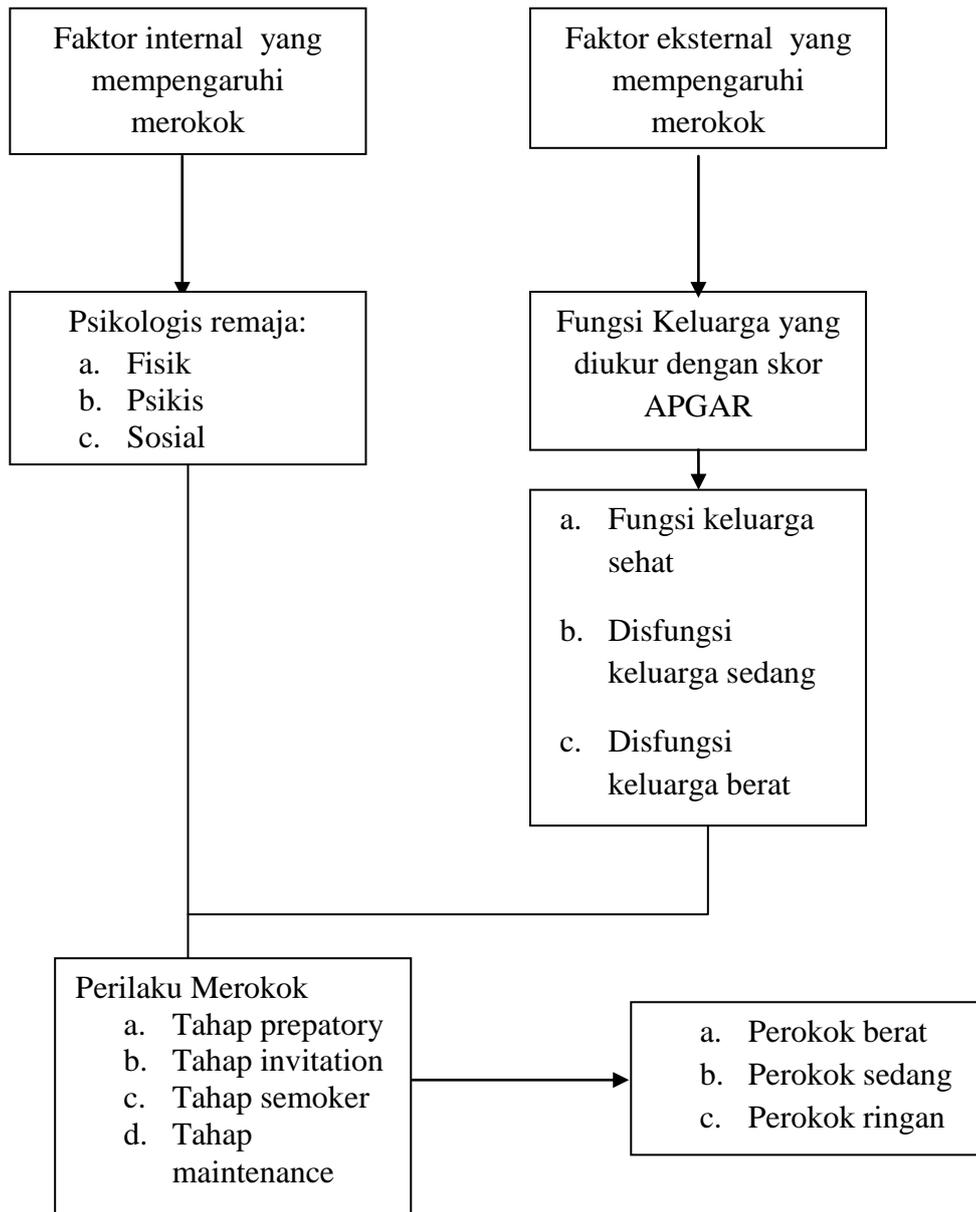
d. Kasih Sayang (*Affection*)

Menggambarkan hubungan kasih sayang dan interaksi antar anggota keluarga (Smilkstein, 1978).

e. Kebersamaan (*Resolve*)

Menggambarkan kepuasan anggota keluarga tentang kebersamaan dan waktu yang dihabiskan bersama anggota keluarga yang lain (Smilkstein, 1978).

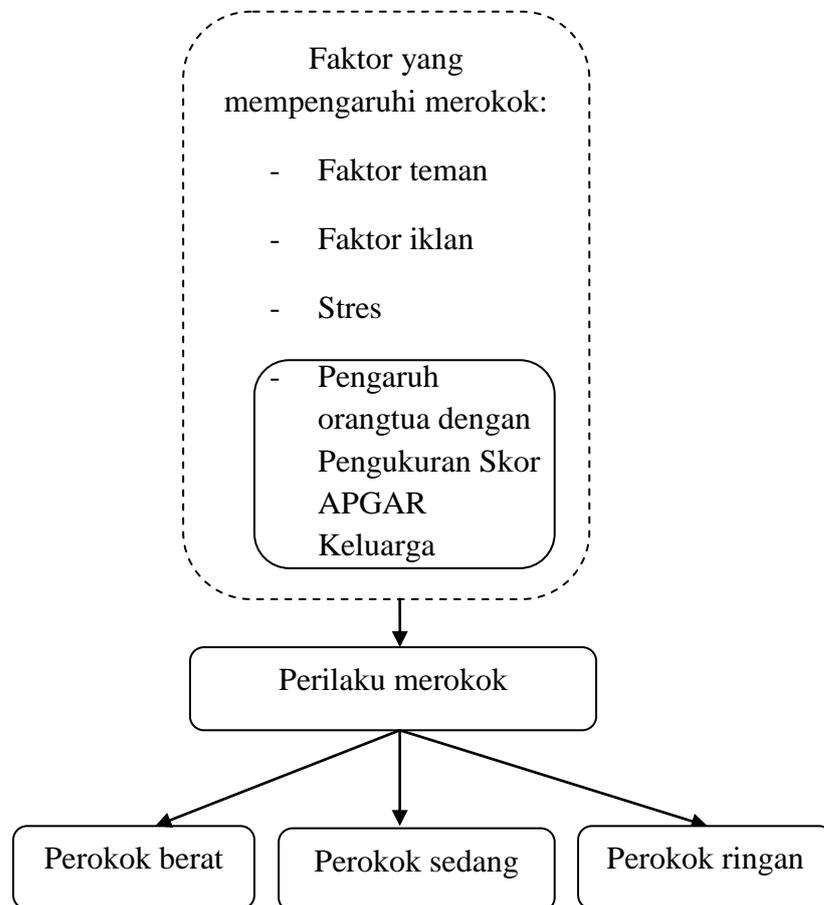
## B. Kerangka Teori



Bagan 1. Kerangka Teori

Sumber : Pratama (2013), Indah Margarethy (2016), Chotidjah (2012), Samrotul Fikriyah (2012), Smilkstein (1978).

### C. Kerangka Konsep



Bagan 2. Kerangka konsep

Sumber : Rini Sundari (2015), Samrotul Fikriyah (2012), Smilkstein (1978)

Keterangan gambar:

—————> : variabel yang akan diteliti

-----> : variabel yang tidak akan diteliti

#### **D. Hipotesis**

Terdapat hubungan antara skor APGAR keluarga dengan perilaku merokok mahasiswa Fakultas Pertanian angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.