

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Rokok

a. Definisi Rokok

Rokok merupakan salah satu dari zat adiktif yang dapat membahayakan kesehatan bagi setiap individu dan juga masyarakat. Berdasarkan perundang-undangan pada no. 19 tahun 2003 diketahui bahwa rokok merupakan hasil olahan tembakau yang dibungkus, termasuk cerutu ataupun bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rustica*, dan juga spesies lainnya, ataupun sentesisnya yang mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan (PP.RI.NO.19, 2003).

Merokok sudah menjadi kebiasaan yang sangat umum dan meluas di masyarakat. Bahaya rokok terhadap kesehatan tubuh telah diteliti dan dibuktikan banyak orang. Akibat dari mengkonsumsi rokok yaitu dapat menyebabkan berbagai penyakit, seperti jantung koroner, impoten, sesak nafas, cacat pada janin, dan masih banyak lagi penyakit yang merusak tubuh karena merokok (Jaya, 2009).

b. Kandungan Rokok

Setiap rokok mengandung bahan kimia dan dari bahan-bahan

menyebabkan kanker (Aula, 2010). Beberapa contoh zat berbahaya di dalam rokok adalah sebagai berikut :

1) Nikotin

Nikotin adalah zat yang menyebabkan ketergantungan. Nikotin dapat melumpuhkan otak serta dapat meningkatkan adrenalin sehingga menyebabkan jantung berdebar lebih cepat dan bekerja lebih keras. Jantung memerlukan lebih banyak oksigen agar terus dapat memompa. Nikotin juga menyebabkan pembekuan darah lebih cepat dan meningkatkan resiko serangan jantung. Nikotin salah satu jenis obat perangsang yang dapat merusak jantung, serta nikotin membuat pemakainya kecanduan (Aula, 2010; PP.RI.No.19, 2003).

2) Karbon monoksida (CO)

Karbon monoksida menggantikan sekitar 15% jumlah oksigen yang biasanya dibawa oleh sel darah merah, sehingga jantung si perokok menjadi berkurang suplai oksigennya. Karbon monoksida juga merusak sel-sel darah merah seharusnya hemoglobin ini berikatan dengan oksigen yang sangat penting untuk pernapasan sel-sel tubuh, tapi karena gas CO lebih kuat dari pada oksigen akhirnya oksigen tidak dapat berfungsi (Jaya, 2009).

3) Tar

Tar adalah senyawa polinuklir hidrokarbon aromatika yang berbahaya. Pada rokok atau cerutu, tar adalah partikel penyebab

yang dapat merusak sel paru-paru dan dapat menyebabkan kanker. Tar bukanlah zat tunggal, namun terdiri atas ratusan bahan kimia gelap dan lengket, dan tergolong sebagai racun pembuat kanker (Aula, 2010; PP.RI.No.19,2003).

4) Amonia

Amonia merupakan zat tidak berwarna yang terdiri dari nitrogen dan hidrogen. Zat ini sangat tajam baunya. Amonia sangat mudah memasuki sel-sel tubuh. Zat ini bersifat sangat keras sehingga jika disuntikkan sedikit saja kedalam tubuh bisa menyebabkan seseorang pingsan (Aula, 2010).

5) Formic Acid

Formic acid tidak berwarna, bisa bergerak bebas, dan dapat mengakibatkan lepuh. Cairan ini sangat tajam dan baunya menusuk. Bertambahnya zat ini dalam peredaran darah akan mengakibatkan pernapasan menjadi cepat (Aula, 2010).

6) Acrolein

Acrolein adalah sejenis zat yang tidak berwarna, sebagaimana aldehyd. Zat ini diperoleh dengan cara mengambil cairan dari gliserol menggunakan metode pengeringan. Zat tersebut sedikit banyak mengandung kadar alkohol. Cairan ini sangat mengganggu kesehatan (Aula, 2010).

7) Hydrogen cyanide

berwarna, tidak berbau, dan tidak memiliki rasa. Zat ini termasuk zat yang paling ringan, mudah terbakar, dan sangat efisien untuk menghalangi pernapasan. Cyanide adalah salah satu zat yang mengandung racun sangat berbahaya. Sedikit saja cyanide dimasukkan kedalam tubuh, maka dapat mengakibatkan kematian.

8) Nitrous oksida

Nitrous oksida adalah sejenis zat tidak berwarna. Jika gas ini terhisap maka dapat menimbulkan rasa sakit.

9) Formaldehyde

Zat ini digunakan sebagai pengawet dalam laboraturim (formalin).

10) Phenol

Phenol merupakan campuran yang terdiri dari kristal yang dihasilkan dari destilasi beberapa zat organik, seperti kayu dan arang.

11) Acetol

Hasil pemanasan aldehyde (sejenis zat tidak berwarna yang bebas bergerak) dan mudah menguap dengan alkohol.

12) Hydrogen sulfide

Hydrogen sulfide ialah sejenis gas beracun yang gampang terbakar dengan bau yang keras. Zat ini mengalami oksidasi enzim (zat besi yang berisi pigmen).

13) Pyridine

Cairan tidak berwarna dengan bau yang tajam. Zat ini dapat digunakan untuk mengubah sifat alkohol sebagai pelarut dan pembunuh hama.

14) Methyl chloride

Methyl chloride adalah campuran dari zat-zat bervalensi satu, yang unsur-unsur utamanya berupa hidrogen dan karbon. Zat ini merupakan *compound organic* yang dapat beracun.

15) Methanol

Methanol ialah sejenis cairan ringan yang gampang menguap dan terbakar, meminum atau mengisap methanol dapat mengakibatkan kebutaan, bahkan kematian (Aula, 2010).

c. Jenis Rokok

Jenis-jenis rokok menurut (Jaya, 2009) adalah:

1) Rokok berdasarkan bahan pembungkusan:

- a) Kawung adalah rokok yang bahan pembungkusannya berupa daun aren
- b) Sigaret ialah rokok yang bahan pembungkusannya berupa kertas
- c) Cerutu adalah rokok yang pembungkusannya berupa daun tembakau.

2) Rokok berdasarkan bahan baku atau isi:

- a) Rokok putih yaitu rokok yang bahan baku atau isinya hanya

atau aroma tertentu.

b) Rokok kretek yaitu rokok yang bahan baku atau isinya berupa daun tembakau dan cengkeh yang diberi rasa untuk mendapatkan efek dan aroma tertentu.

c) Rokok klembak yaitu rokok yang bahan baku atau isinya berupa daun tembakau, cengkeh, dan menyan yang diberi rasa untuk mendapatkan efek dan aroma tertentu.

3) Rokok berdasarkan proses pembuatannya

a) Sigaret kretek tangan (SKT) adalah rokok yang proses pembuatannya dengan cara digiling atau dilinting dengan menggunakan tangan ataupun alat bantu sederhana.

b) Sigaret kretek mesin (SKM) adalah rokok yang proses pembuatannya menggunakan mesin. Caranya material rokok dimasukkan kedalam mesin pembuat rokok. Rokok yang dihasilkan mesin pembuat rokok berupa batangan. Saat ini mesin pembuat rokok mampu menghasilkan keluaran sekitar enam ribu sampai delapan ribu batang rokok per menit.

4) Rokok berdasarkan penggunaan filter

a) Rokok filter (RF) adalah rokok yang bagian pangkalnya terdapat gabus

b) Rokok nonfilter (RNF) adalah rokok yang bagian pangkalnya tidak terdapat gabus.

d. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Merokok

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok ada tiga, yaitu faktor sosial, psikologi, dan genetik. Ketiga faktor inilah yang bisa berdiri sendiri ataupun saling mempengaruhi faktor lainnya, sehingga menyebabkan seseorang berperilaku merokok (Aula, 2010).

1) Faktor sosial

Faktor terbesar yang mempengaruhi kebiasaan merokok adalah faktor sosial atau lingkungan. Karakter seseorang banyak dibentuk dengan lingkungan sekitar, baik keluarga, tetangga, maupun teman pergaulan. Bersosialisasi merupakan cara utama pada anak-anak dan remaja untuk mencari jati diri mereka. Berbagai fakta mengungkapkan bahwa semakin banyak remaja merokok, semakin besar juga kemungkinan teman-temannya juga sebagai perokok. Diantara remaja perokok terdapat 87% yang mempunyai sekurang-kurangnya satu atau lebih sahabat yang perokok. Begitu pula dengan remaja yang tidak perokok.

Lingkungan keluarga juga mempengaruhi seseorang untuk berperilaku merokok. Remaja yang berasal dari keluarga yang konservatif, yang menekankan nilai-nilai sosial dan agama sebaik-baiknya dengan tujuan jangka panjang lebih sulit terlibat dengan rokok, tembakau, atau obat-obatan dibandingkan dengan keluarga yang permisif. Perilaku merokok lebih banyak didapati dengan

orang-orang yang tinggal dengan satu orang tua (*single parent*). Remaja akan lebih cepat berperilaku sebagai perokok bila ibu mereka yang menjadi perokok ketimbang sang ayah. Hal ini lebih terlihat pada remaja putri.

2) Faktor psikologis

Ada beberapa alasan psikologi yang menyebabkan seseorang merokok, yaitu untuk alasan relaksasi atau ketenangan, serta mengurangi kecemasan atau ketegangan. Mengenali alasan atau penyebab merokok, seperti faktor kebiasaan dan kebutuhan mental (kecanduan atau ketagihan) akan memberikan petunjuk yang sesuai untuk mengatasi gangguan fisik ataupun psikologis yang menyertai proses berhenti merokok. Berikut ini gejala-gejala yang dapat dicermati untuk mengenali alasan merokok.

3) Faktor genetik

Faktor genetik atau biologis ini dapat mempengaruhi perilaku seseorang untuk merokok. Faktor genetik dipengaruhi juga oleh faktor-faktor yang lain seperti faktor sosial dan psikologi yang menyebabkan orang merokok.

e. Tipe-tipe Perokok

Ada 2 jenis perokok yaitu, perokok aktif dan perokok pasif:

1) Perokok aktif (*Active smoker*)

Perokok aktif adalah seseorang yang memang mengonsumsi rokok. Merokok seperti sudah menjadi bagian

hidupnya, oleh karena itu ia akan melakukan apa saja untuk dapat mengkonsumsi rokok tersebut.

2) Perokok pasif (*passive smoker*)

Perokok pasif adalah seseorang yang tidak merokok, tetapi berada dalam ruangan yang dicemari asap rokok atau seseorang yang berada di dekat orang lain yang sedang merokok, dan ia pun terpaksa menghisap asap rokoknya sehingga perokok pasif ini sangat beresiko untuk terkena penyakit-penyakit dari yang disebabkan rokok (Aula, 2010, Jaya, 2009).

Ada 3 tahap perilaku merokok yang menyebabkan seseorang merokok :

- 1) Tahap *preparatory*, seseorang mendapatkan gambaran tentang rokok yang menyenangkan mengenai merokok dengan cara mendengar, melihat, dan membaca. Sehingga menyebabkan keinginan merokok.
- 2) Tahap *becoming a smoker*, tahap ini apabila seseorang mengkonsumsi rokok lebih dari 4 batang per hari maka akan mempunyai kecenderungan menjadi perokok.
- 3) Tahap *maintenance of smoking*, tahap ini merokok sudah menjadi salah satu cara tersendiri untuk mendapatkan kesenangan (Komalasari & Helmi, 2012).

f. Bahaya merokok

Rokok adalah zat adiktif yang banyak mengandung zat-zat yang berbahaya bagi kesehatan tubuh manusia. Kondisi akibat merokok antara lain (Aula, 2009) :

1) Kanker

Merokok dapat menyebabkan kanker terutama kanker paru-paru. Berbagai jenis kanker akibat merokok antara lain kanker trakea, bronkus, paru-paru, kanker mulut, dan banyak lagi kanker-kanker yang disebabkan karena merokok.

2) Bronkhitis

Pada dasarnya penyakit ini timbul karena cabang-cabang batang tenggorokan mengalami peradangan. Penyakit bronkhitis dapat berdiri sendiri dan dapat pula merupakan penyakit penyulit (komplikasi) atau tambahan dari berbagai jenis penyakit lainnya, misal influenza, batuk rejan, typhus.

3) Impotensi

Nikotin yang beredar melalui darah akan dibawa keseluruh tubuh, termasuk organ reproduksi. Zat ini akan mengganggu proses spermatogenesis sehingga kualitas sperma menjadi buruk dan impoten.

4) Mengancam kehamilan

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa wanita hamil yang merokok beresiko melahirkan bayi yang dengan berat badan yang

rendah, kecacatan, keguguran, atau bayi meninggal saat melahirkan.

5) Gangguan saraf

Gangguan saraf yang bisa mempengaruhi detak jantung, pencernaan, pernafasan, pembuangan urin dan ereksi.

6) Penyakit kardiovaskuler

Penyakit akibat merokok yang menimbulkan serangan jantung, serangan otak, gagal ginjal, dan penyakit sistem sirkulasi.

7) Gangguan Hati

Gangguan hati yang disebabkan oleh senyawa kimia yang akan mengganggu kerja hati karena merokok (Satiti, 2009).

8) Gangguan saluran pernafasan

Rokok dapat mengakibatkan terganggunya fungsi saluran pernafasan, dan jaringan paru-paru.pada saluran nafas besar, sel mukosa membesar (hipertropi) dan kelenjar mucus bertambah banyak (hiperplasia) pada saluran nafas kecil terjadi radang ringan (Setianingrum, 2009).

Dari uraian tentang bahaya merokok diatas, dapat kita pahami bahwa dari seseorang menghisap rokok yang banyak mengandung zat adiktif yang berbahaya dapat merusak organ-organ tubuh manusia, sehingga menjadi penyebab utama untuk terjadinya penyakit di dalam tubuh manusia yang menghisap rokok.

g. Tips Untuk Menghentikan Kebiasaan Merokok

- 1) Niat, mulailah dengan niat yang kuat untuk berhenti merokok
- 2) Buatlah evaluasi harian tentang keburukan merokok
- 3) Jauhkan semampu mungkin dari segala hal yang dapat memunculkan keinginan merokok
- 4) Minumlah atau makanlah buah, permen atau makanan kecil jika timbul keinginan merokok
- 5) Sibukan diri dengan aktifitas atau hobi anda
- 6) Mintalah orang terdekat anda untuk mendukung anda
- 7) Tarik napas dalam-dalam dan hembuskan perlahan untuk mengatasi keinginan merokok

h. Gejala gejala yang mungkin timbul ketika anda memulai berhenti merokok

- 1) Batuk, hal ini menandakan mekanisme pembersihan saluran berfungsi kembali
- 2) Sakit kepala, terjadi ketika tekanan darah turun menjadi normal
- 3) Mudah marah atau tersinggung
- 4) Mungkin sulit berkonsentrasi

i. Keuntungan yang bisa langsung anda dapatkan dari berhenti merokok

- 1) Dalam waktu singkat tekanan darah dan denyut nadi kembali normal, anda akan bernafas dengan lega.

- 3) Setelah beberapa minggu sirkulasi di berbagai tubuh mulai membaik.
- 4) Setelah beberapa bulan gangguan pernafasan (batuk, sesak nafas) mulai membaik.
- 5) Setelah beberapa tahun serangan jantung menurun menjadi separo dan setelah 10 tahun resiko terserang kanker paru juga menurun menjadi separo.

2. Pengetahuan

a. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga, pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan (Mahmudah. *cit.* Wawan, 2011).

b. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh ilmu pengetahuan akan lebih lama dari pada yang tidak didasari ilmu pengetahuan. Pengetahuan yang dicakup dalam dominasi kognitif

1) Tahu (*know*)

Tahu diartikan mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Dalam pengetahuan ini termasuk mengingat kembali sesuatu hal yang spesifik dari seluruh hal yang dipelajari dan telah diterima.

2) Memahami (*comprehention*)

Memahami diartikan suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi secara benar.

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi dapat diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi yang sebenarnya.

4) Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu dengan yang lain. Kemampuan analisa dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan, membedakan dan mengelompokkan.

5) Sintesis (*syntesis*)

Sintesis merupakan suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Misalnya dapat menyusun, merencanakan terhadap suatu

teori yang sudah ada. Sintesis diartikan juga sebagai kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang tersedia.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi menunjuk pada kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

c. **Cara Memperoleh Pengetahuan**

Cara memperoleh pengetahuan yang di kutip dari (Notoadmojo,2003 dalam wawan,2010) adalah sebagai berikut:

1) Cara kuno untuk memperoleh pengetahuan :

a) Cara coba salah (*trial and teror*)

Cara ini telah digunakan sebelum peradaban. Cara coba salah ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan jika percobaan itu tidak berhasil maka dicoba kemungkinan yang lain sampai masalah tersebut dapat terpecahkan.

b) Cara kekuasaan atau otoritas

Asal mula pengetahuan dengan cara ini didapat dari pimpinan masyarakat baik formal atau informal, ahli agama, pemerintah, dan sebagai prinsip orang lain yang menerima

pengetahuan yang ditunjukkan oleh orang yang memiliki

otoritas, tanpa menguji terlebih dahulu atau membuktikan kebenarannya baik berdasarkan fakta maupun logika.

c) Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang pernah diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi masa lalu.

2) Cara modern dalam memperoleh pengetahuan

Cara ini disebut metode penelitian ilmiah atau lebih populer atau disebut metodologi penelitian. Cara ini mula-mula dikembangkan oleh Francis Bacon (1561-1626), kemudian dikembangkan oleh Deobold Van Daven. Pada akhirnya, lahir suatu cara untuk melakukan penelitian yang dewasa ini kita kenal dengan penelitian ilmiah.

d. Proses Perilaku "Tahu"

Perilaku adalah semua aktifitas manusia baik yang dapat diamati langsung dari maupun tidak dapat diamati oleh pihak luar. Sebelum mengadopsi perilaku baru didalam diri orang terjadi proses yang berurutan, yakni: *Awareness* (kesadaran), dimana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (obyek), *Interest* (merasa tertarik) dimana individu mulai menaruh perhatian dan tertarik pada stimulus, *Evaluation* (menimbang-nimbang) individu akan mempertimbangkan baik buruknya tindakan terhadap

baik lagi. Trial, dimana individu sudah mencoba perilaku baru. Adaption dan sikap terhadap stimulus (Notoatmodjo 2003 dalam Wawan 2011).

e. Faktor- faktor yang mempengaruhi pengetahuan

1) Faktor internal

a) Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita-cita tertentu untuk mencapai kebahagiaan dan keselamatan. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka makin tinggi pula tingkat pengetahuan. Bila pendidikannya tinggi maka akan cepat dalam memahami pengetahuan yang baru (Notoatmodjo 2003 dalam Wawan 2011).

b) Pekerjaan

Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah dan itu bersifat membosankan, berulang dan banyak tantangan sedangkan bekerja umumnya merupakan banyaknya menyita waktu.

c) Umur

Usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Menurut Huclok (1998) semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang

belum dewasa karena hal ini berdasarkan pengalaman dan kematangan jiwa (Nursalam 2003 dalam Wawan 2011).

1) Faktor Eksternal

a) Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan perilaku orang atau kelompok.

b) Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat yang dapat mempengaruhi dari sikap dalam menerima informasi (Notoatmodjo 2003 dalam wawan 2011).

3. Motivasi

a. Pengertian Motivasi

Motivasi merupakan dorongan (mis, ide, emosi, atau kebutuhan fisik) yang menyebabkan seseorang mengambil suatu tindakan. Jika seseorang tidak ada keinginan untuk belajar, hal ini tidak akan terjadi. Motivasi bisa berasal dari motif sosial, tugas, atau fisik. Penyelesaian tugas sosial dan motivasi fisik menstimulasi orang untuk belajar.

b. Teori-teori motivasi

Banyak para ahli dari berbagai disiplin ilmu merumuskan konsep atau teori tentang motivasi. Maka dari itu para ahli motivasi mengemukakan beberapa konsep sebagai dasar motivasi (Notoatmodjo, 2010).

1) Teori McClelland

Menurut McClelland yang dikutip dan diterjemahkan oleh Asnawi (2002), mengatakan bahwa dalam diri manusia ada dua motivasi, motif primer motif yang tidak dipelajari dan motif sekunder yang dipelajari motif sekunder atau motif yang dipelajari melalui pengalaman serta interaksi dengan orang lain. Motif ini sering disebut dengan motif sosial. Motif primer atau motif yang tidak dipelajari ini secara alamiah timbul pada setiap manusia secara biologis, sehingga mendorong seseorang untuk terpenuhinya kebutuhan biologis seperti makan, minum, seksualitas dan kebutuhan-kebutuhan biologis yang lain. Motif sekunder adalah motif yang ditimbulkan karena dorongan dari luar akibat interaksi sosial. Motif sosial ini dapat dibedakan menjadi 2 motif yaitu:

a) Motif Berprestasi

Berprestasi adalah suatu dorongan yang ada pada setiap manusia untuk mencapai hasil kegiatannya atau hasil kerjanya secara maksimal. Dalam memperoleh hasil yang lebih baik realitanya tidak mudah dan banyak kendala, oleh sebab itu perlu dorongan untuk berusaha mengatasi kendala tersebut dengan memelihara semangat belajar yang tinggi, sehingga motif berprestasi adalah dorongan untuk sukses dalam situasi

kompetisi yang didasarkan kepada ukuran keunggulan dibanding dengan standar ataupun orang lain.

Sehingga motif berprestasi dapat tercapai apabila seseorang tidak mengkonsumsi rokok, dengan tidak menghisap rokok maka kesehatan tubuh seseorang jauh lebih baik dibandingkan perokok, dan memudahkan untuk mencapai prestasi yang diharapkan. Karena apabila seseorang sudah mengenal atau menghisap rokok maka secara tidak langsung seseorang itu dapat merusak kesehatan dan masa depannya.

b) Motif Berafiliasi

Motif berafiliasi adalah kebutuhan atau dorongan manusia untuk menjadi bermakna interaksinya dengan manusia yang lain (sosial). Agar kebutuhan berafiliasi ini terpenuhi, maka harus menjaga hubungan baik dengan orang lain. Untuk mewujudkan agar kita disenangi orang lain, maka setiap perbuatan atau perilaku adalah merupakan alat atau media untuk membentuk, memelihara, diterima, dan bekerja sama dengan orang lain.

Dari uraian diatas maka motif berafiliasi ini yang mendorong seseorang biasanya menjadi perokok, karena jika seseorang perokok mudah untuk bersosialisasi dengan sesama perokok. Karena jika tidak merokok biasanya seseorang bisa dikatakan tidak jantan atau tidak keren.

1) Teori Maslow

Maslow adalah seorang ahli psikologi telah mengembangkan teori motivasi ini sejak tahun 1943. Maslow melanjutkan teori Elton Mayo (1880-1949) berdasarkan pada kebutuhan manusia yang dibedakan

antara kebutuhan biologis dan kebutuhan psikologis, atau disebut kebutuhan materi (biologis) dan kebutuhan materi non (psikologis). hierarki kebutuhan maslow dibagi menjadi lima kebutuhan:

a) Kebutuhan fisiologi

Kebutuhan fisiologi adalah kebutuhan untuk mempertahankan hidup, sehingga kebutuhan ini sangat penting untuk kelangsungan hidup. kebutuhan ini meliputi kebutuhan-kebutuhan, yang sangat penting bagi manusia, seperti kebutuhan sandang, pangan dan papan (pakain, makanan, dan perumahan).

b) Kebutuhan rasa aman

Kebutuhan rasa aman yakni, mulai dari rasa aman dari ancaman alam, misalnya hujan, rasa aman dari orang jahat atau pencuri, rasa aman dari masalah kesehatan atau bebas dari penyakit, sampai dengan rasa aman dari ancaman dikeluarkan dari pekerjaan.

c) Kebutuhan sosialisasi

Kebutuhan untuk bersosialisasi dengan orang lain dapat diwujudkan melalui keikutsertaan seseorang dalam organisasi atau perkumpulan tertentu. Kebutuhan bersosialisasi dengan orang lain pada prinsipnya agar dirinya itu diterima dan disayangi oleh orang lain sebagai anggota kelompoknya.

d) Kebutuhan akan penghargaan

Setelah ketiga kebutuhan (fisiologis, rasa aman, dan bersosialisasi) maka kebutuhan berikutnya yakni kebutuhan penghargaan. Kebutuhan

penghargaan adalah kebutuhan "prestise", dan kebutuhan ini bukan monopoli bagi pejabat atau pemimpin perusahaan atau organisasi. hal ini disebabkan karena kebutuhan untuk dihargai itu adalah merupakan kebutuhan semua orang terlepas dari kedudukan atau jabatannya. untuk sistem pemberian penghargaan (reward). Di organisasi-organisasi perlu dikembangkan, tetapi bukan didasarkan pada "lama kerja" atau model "arisan", tetapi harus berdasarkan pada sistem kompetisi prestasi kerja.

e) Kebutuhan aktualisasi diri

Kebutuhan aktualisasi diri ini adalah merupakan realisasi diri secara lengkap dan penuh. pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri ini antara seorang yang satu dengan yang lain akan berbeda. program pendidikan jangka panjang bergelar dan pelatihan (pendidikan jangka pendek) di dalam suatu institusi atau organisasi adalah merupakan bentuk pemenuhan kebutuhan aktualisasi diri bagi karyawan atau anggotanya (Notoatmodjo, 2010).

Dari semua uraian tentang kebutuhan Maslow diatas, kebutuhan fisiologi, kebutuhan rasa aman, kebutuhan sosialisasi, kebutuhan penghargaan, dan kebutuhan aktualisasi diri dapat dikaitkan dalam perilaku merokok. Karena semua kebutuhan tersebut mendorong seseorang dapat merokok dan tidak merokok

c. Metode Untuk Meningkatkan Motivasi

Dalam meningkatkan motivasi seseorang terhadap suatu jenis perilaku dapat dilakukan dengan memberikan hadiah berupa materi atau benda. Akan tetapi, tidak semua orang bisa meningkatkan motivasinya karena diberikan hadiah atau uang, melainkan banyak faktor yang berpengaruh terhadap motivasi tersebut. Beberapa cara atau metode untuk meningkatkan motivasi (Notoatjmojo, 2010).

1) Metode langsung (*direct motivation*)

Metode ini dengan cara pemberian materi atau nonmateri kepada orang secara langsung untuk memenuhi kebutuhan merupakan cara yang langsung dapat meningkatkan motivasi kerja, yang dimaksud dengan pemberian materi yaitu seperti bonus, uang, hadiah dan sebagainya dalam waktu tertentu. Sedangkan yang nonmateri seperti pemberian piagam, sertifikat dan sebagainya.

2) Metode tidak langsung (*indirect motivation*)

Adalah suatu kewajiban memberikan kepada anggota suatu organisasi berupa fasilitas atau sarana-sarana kesehatan. Misalnya, membangun atau penyediaan air bersih kepada suatu desa tertentu yang dapat menunjang perilaku kesehatan mereka. Karena sarana yang baik akhirnya masyarakat lebih mudah untuk mendapatkan air bersih

d. Model-Model Peningkatan Motivasi

Dilihat dari orientasi cara peningkatan motivasi, para ahli mengelompokkannya kedalam suatu model-model motivasi:

1) Model tradisional

Model ini menekankan bahwa untuk memotivasi masyarakat agar mereka berperilaku sehat, perlu pemberian intensif berupa materi bagi anggota masyarakat yang mempunyai prestasi makin baik dalam berperilaku sehat.

2) Model hubungan manusia

Untuk meningkatkan motivasi berperilaku sehat, perlu dilakukan pengakuan atau memperhatikan kebutuhan sosial mereka, meyakinkan kepada mereka bahwa setiap orang adalah penting dan berguna bagi masyarakat karena dalam hubungan antara manusia satu dengan yang lain itu saling membutuhkan (Notoatmodjo, 2010).

4. Pendidikan kesehatan

a. Pengertian

Pendidikan kesehatan merupakan proses perubahan perilaku yang dinamis, dimana perubahan tersebut bukan sekedar proses transfer materi atau teori dari seseorang ke orang lain dan bukan pula seperangkat prosedur, akan tetapi perubahan tersebut terjadi karena adanya kesadaran dari dalam individu, kelompok atau masyarakat sendiri (Mubarak &

b. Konsep pendidikan kesehatan

Konsep pendidikan kesehatan adalah konsep pendidikan yang di terapkan pada bidang kesehatan. Pendidikan adalah suatu proses belajar pertumbuhan, perkembangan atau perubahan kearah yang lebih dewasa, lebih baik dari dalam diri individu, kelompok, masyarakat (Notoatmodjo, 2011).

c. Metode pendidikan kesehatan

Pendidikan kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok, atau individu. Bahwa dengan adanya pesan tersebut, masyarakat, kelompok, atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik. Akhirnya dari pengetahuan tersebut diharapkan dapat berpengaruh terhadap prilakunya.

Dibawah ini akan diuraikan beberapa metode pendidikan individual, kelompok, dan massa (Notoatmodjo, 2011).

1) Metode pendidikan individual (perorangan)

Metode ini digunakan untuk membina perilaku baru, atau seseorang yang telah mulai tertarik kepada suatu perubahan perilaku. Misalnya, seorang ibu yang baru saja menjadi akseptor atau seorang ibu hamil yang sedang tertarik pada imunisasi TT karena baru saja memperoleh

menyebarkan kesehatan metode atau pendekatan individual ini

2) Bimbingan dan penyuluhan (*guidance and counseling*)

Cara ini memungkinkan kontak antara petugas dan klien lebih intensif, sehingga petugas dapat membantu penyelesaian masalah klien. Akhirnya klien tersebut akan dengan sukarela dan berdasarkan kesadaran ,penuh pengertian akan menerima perilaku tersebut (mengubah perilaku).

3) Media pendidikan kelompok.

Memilih metode pendidikan kelompok harus mengingat besarnya kelompok sasaran serta tingkat pendidikan formal sasaran. Metode untuk kelompok besar berbeda dengan kelompok kecil. Kelompok besar terdiri dari > 20 orang dan kelompok kecil terdiri dari < 20 orang. Macam-macam metode pendidikan masyarakat sebagai berikut :

a) kelompok besar: yang dimaksud kelompok besar disini apabila peserta penyuluhan itu lebih dari 20 orang. Metode yang baik digunakan adalah:

i) Ceramah

Metode ini diperuntukan untuk kelompok besar dan baik untuk sasaran yang berpendidikan tinggi maupun rendah. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam metode ceramah:

i.i Persiapan

Ceramah akan berhasil apa bila penceramah itu sendiri menguasai materi yang akan disampaikan. Penceramah harus mempelajari materi dengan sistematis yang baik lebih baik lagi

kalau disusun dalam diagram atau skema, menyiapkan alat-alat bantu pengajaran seperti, makalah singkat, slide, transparan dan sebagainya.

i. ii Pelaksanaan

Kunci dari keberhasilan peneramah dalam melakukan ceramahnya. Peneramah harus menguasai sasaran ceramah. Untuk dapat menguasai sasaran (dalam arti psikologis), peneramah harus mempunyai sikap dan penampilan yang meyakinkan, tidak boleh bersikap ragu-ragu, dan gelisah, suara cukup jelas dan lantang, pandangan harus tertuju ke seluruh peserta ceramah, berdiri tidak boleh duduk, menggunakan alat-alat bantu lain Audio Visual Aids (AVA) semaksimal mungkin.

ii) Seminar

Metode ini hanya cocok untuk sasaran kelompok besar dengan kelompok pendidikan menengah keatas. seminar adalah suatu penyajian (presentasi) dari satu ahli atau beberapa ahli tentang suatu topik yang dianggap penting dan biasanya dianggap hangat di masyarakat.

a) Kelompok kecil: yang dimaksud kelompok kecil peserta kegiatan kurang dari 20 orang biasanya disebut kelompok kecil metode yang baik digunakan adalah curah pendapat (*Brainstorming*), metode ini merupakan modifikasi dari diskusi kelompok dan mempunyai prinsip yang sama dengan diskusi kelompok. Perbedaannya terletak pada

permulaannya, dimana peserta diberikan suatu masalah dan peserta kemudian memberikan tanggapannya. Tanggapan atau jawaban-jawaban tersebut ditampung dan ditulis dalam flipchart atau papan tulis. Agar mempermudah anggota dapat mengomentari, dan akhirnya terjadilah diskusi.

3. Bola Salju (*Snow Ball*)

Metode ini adalah kelompok dibagi dalam pasangan-pasangan (1 pasang dan dua orang) kemudian dilontarkan suatu pertanyaan atau masalah. Kemudian tiap 2 pasang bergabung, mendiskusikan masalah yang sama dan menarik kesimpulan. Begitupun seterusnya sampai terjadi suatu diskusi seluruh peserta.

4. Kelompok-kelompok kecil (*Buzz Group*)

Kelompok langsung dibagi menjadi kelompok kecil-kecil kemudian dilontarkan suatu permasalahan sama atau tidak dengan kelompok lainnya masing-masing kelompok mendiskusikan masalah tersebut. Selanjutnya kesimpulan dari tiap kelompok dicari kesimpulannya.

5. Memainkan peran (*Role Playing*)

Beberapa anggota kelompok memainkan suatu peran, kemudian mereka memperagakan, misalnya bagaimana interaksi/komunikasi sehari-hari dalam menjalankan tugas.

6. Permainan stimulasi

Metode ini merupakan gabungan dari metode diskusi kelompok dan

... dalam bentuk permainan

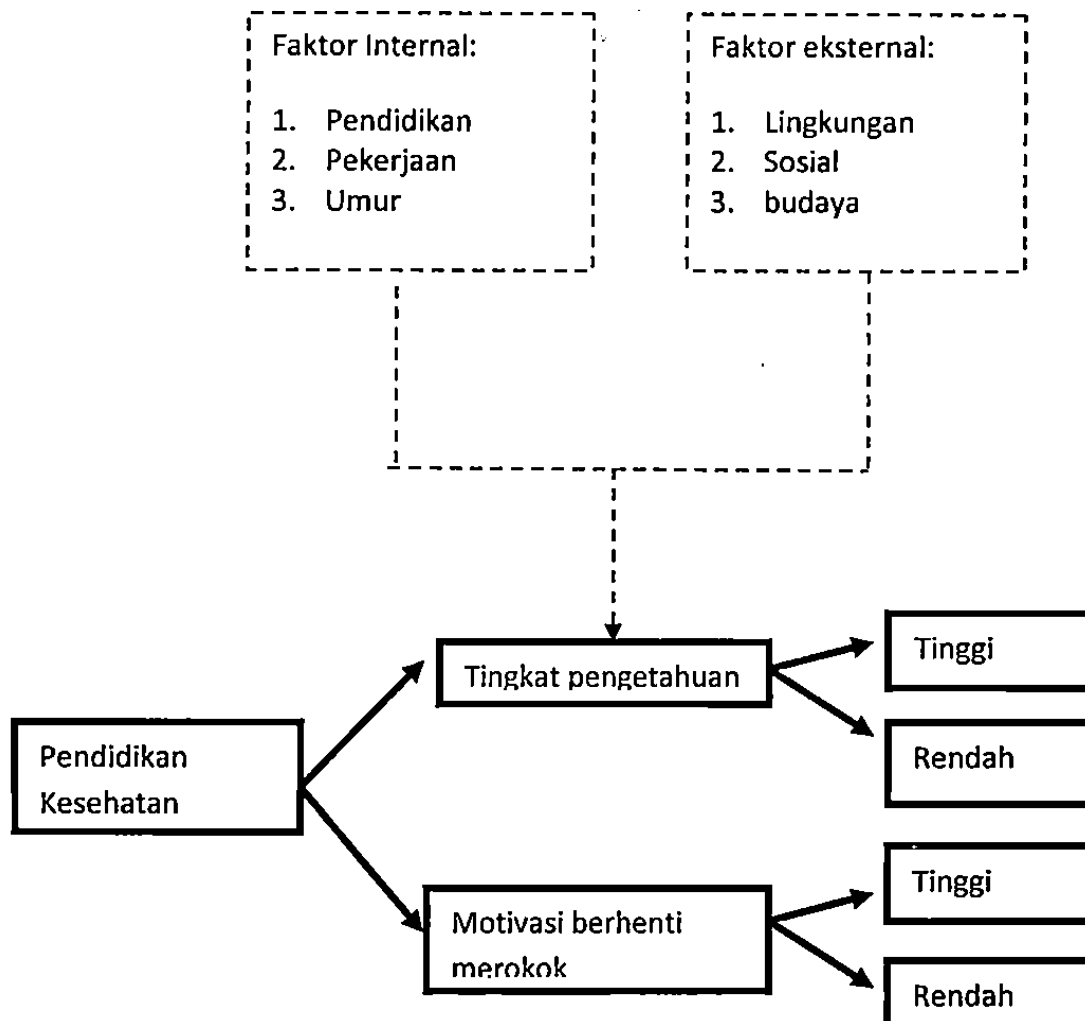
seperti permainan monopoli.

7. Metode pendidikan massa

Metode ini untuk mengkomunikasikan pesan-pesan kesehatan yang ditujukan kepada masyarakat yang sifatnya massa. Sasaran dari pendidikan massa adalah umum, tidak membedakan umur, tingkat pendidikan, jenis kelamin, pekerjaan, status sosial ekonomi dan sebagainya. Pendekatan ini digunakan untuk membangun kesadaran masyarakat terhadap suatu inovasi (Notoatmodjo, 2011).

Metode dan media yang akan peneliti gunakan yaitu dengan menggunakan metode ceramah (kelompok besar). Media yang akan digunakan seperti slide, poster, Audio Visual atau video yang menerangkan tentang bahaya merokok.

B. Kerangka Konsep



C. Hipotesis

Ho. Tidak ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap terhadap tingkat pengetahuan dan motivasi berhenti merokok pada siswa-siswi SMP PGRI Kasihan Bantul.

Ha. Ada pengaruh pengaruh pendidikan kesehatan terhadap terhadap tingkat pengetahuan dan motivasi berhenti merokok pada siswa-siswi SMP PGRI KASIHAN BANTUL.