

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perilaku merokok ialah perilaku yang merugikan, tidak hanya bagi individu yang merokok tetapi juga bagi orang-orang disekitar perokok yang ikut terhirup asap rokok. Kerugian yang ditimbulkan bisa dari sisi kesehatan dan ekonomi. Dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, karbonmonoksida, dan tar akan memacu kerja dari susunan sistem saraf pusat dan susunan saraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat (Bensley, 2009).

Perilaku merokok salah satu kebiasaan yang dapat ditemui hampir disetiap kalangan masyarakat, baik laki-laki maupun perempuan, mulai dari usia muda hingga tua. Rokok bukan lagi menjadi hal yang baru atau asing lagi di masyarakat. Sangat mudah untuk menemukan orang yang merokok seperti di rumah, kantor, kafe, tempat-tempat umum, bahkan di sekolah-sekolah. Merokok sudah menjadi *lifestyle* pada kebanyakan penduduk Indonesia. Dari data Riskesdas (2018) menunjukkan jumlah perokok di Indonesia di atas 15 tahun sebanyak 33,8%. Dari jumlah tersebut 62,9% merupakan perokok laki-laki dan 4,8% perokok perempuan (Kemenkes RI, 2018). Sedangkan di Riau pada tahun 2015, angka perokok pada penduduk usia lebih 15 tahun di Provinsi Riau sudah mencapai 31,21%, sedangkan pada tahun 2018 meningkat lagi menjadi 32,73% (Global, 2019).

Sebagian besar penelitian tentang perilaku merokok lebih banyak mengambil sampel laki-laki, penelitian mengenai perilaku merokok pada karyawan perempuan kurang mendapatkan porsi yang sama sedangkan pada kenyataannya kuantitas perilaku merokok perempuan semakin meningkat (Bachman dalam Wulandari, 2008). Peningkatan perilaku merokok jenis kelamin perempuan terutama pada karyawan perempuan yang sedang mengalami tekanan karena sebuah pekerjaan. Hal tersebut sejalan dengan teori Penguatan Operan (*Operant Conditioning*) pendapat Pangestie (2024) yang menyatakan bahwa penguatan positif terjadi ketika perilaku menghasilkan hasil yang menyenangkan (misalnya, merokok membuat seseorang merasa lebih rileks), sementara penguatan negatif terjadi ketika perilaku menghilangkan ketidaknyamanan atau stres (misalnya, merokok mengurangi depresi). WHO (2015) menunjukkan prevalensi merokok pada perempuan pada tahun 2009 adalah 6,4% dan menjadi 8% pada tahun 2014. Dari hasil data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa prevalensi merokok pada perempuan mengalami peningkatan dari tahun 2013 (7,20%) ke tahun 2018 (9,10%).

Merokok dapat membahayakan kesehatan bagi seseorang yang menghisapnya. *World Health Organization "Gender, Women, and The Tobacco Epidemic"* (2010), menjelaskan pengaruh negatif dari merokok pada perempuan bahwa perempuan perokok berpotensi tinggi mengalami penyakit COPD (*Chronic Obstructive Pulmonary Disease*), yang mana dapat menyebabkan bronkitis kronis dan emfisema, serta mengalami risiko tinggi menderita kanker mulut, kanker faring, kanker laring, kanker pankreas, kanker payudara, kanker rahim, kanker serviks, leukemia akut, mengurangi kesuburan perempuan.

The British Medical Association's Tobacco Control Resource Centre (2006) menghasilkan adanya penemuan bahwa perempuan yang merokok besar kemungkinan tidak bisa memiliki keturunan. Padahal perempuan turut menentukan kualitas generasi penerus bangsa, karena wanita yang sehat dengan tidak merokok dapat melahirkan anak yang sehat dan berkualitas. Jika perempuan merokok maka racun-racun rokok masuk kedalam aliran darah yang merupakan satu-satunya sumber nutrisi dan oksigen pada bayi dalam kandungan dan dapat mengakibatkan cedera pada janin, kelahiran prematur, berat badan rendah, asma, gangguan pada plasenta, cacat bawaan pada tengkorak dan jantung (Sofiansyah, 2010).

Penelitian yang dilakukan di Yogyakarta menunjukkan bahwa skor perilaku merokok perempuan di Yogyakarta berada pada kategori tinggi dengan presentase 45%, rerata empirik 117,80 dan rerata hipotetik 21. Hal ini menunjukkan secara umum perilaku merokok pada perempuan berada pada kategori tinggi, sehingga diketahui bahwa telah banyak perempuan di Yogyakarta yang menjadi perokok dengan perilaku merokok cenderung ke tinggi (Dewi et al., 2012). Fenomena ini terjadi pada perempuan di Yogyakarta. Mereka mengatakan merokok merupakan cara yang dipilih oleh individu untuk mengobati gejala stres yang dialami (Adam, 2018).

Menurut hasil survei pra-penelitian yang penulis lakukan melalui wawancara pada tanggal 1 Oktober 2024, di salah satu coffee shop di Kota Malang pada 10 karyawan perempuan. Dari 10 perempuan tersebut 8 orang terindikasi perilaku merokoknya tinggi. Hal tersebut dapat dilihat dari beberapa aspek terutama aspek intensitas merokok yang bisa menghabiskan 8-14 batang rokok dalam sehari. Perempuan merasa bahwa merokok dapat mengurangi beban seperti

dikejar target, *deadline* dan *pressure* dari atasan juga permasalahan keluarga. Permasalahan tersebut sering membuat perempuan merasa cemas, terbebani dan bosan dengan rutinitas sehingga memilih untuk merokok untuk merilaksasi diri. Hal tersebut mengidentifikasi aspek fungsi merokok yang tinggi. Perempuan terkadang menjadi perokok *homogeny* dan *heterogeny*. Dilihat dari aspek tempat merokok wanita biasa merokok ditempat umum seperti kafe, tempat nongkrong dan *smoking area*. Di tempat bersifat pribadi seperti merokok di kantor, toilet, ruang kerja, dan kamar tidur. Sedangkan dilihat dari waktu merokok, wanita biasa merokok ketika istirahat makan siang, disela-sela waktu bekerja, kumpul dengan teman, dan ketika makan malam.

Penulis memfokuskan pada karyawan perempuan dikarenakan fenomena perempuan merokok secara budaya tidak biasa dan sekarang banyak dijumpai karyawan perempuan yang merokok. perempuan sering merespons stres dengan cara yang berbeda dibandingkan laki-laki. Perempuan cenderung lebih rentan terhadap stres emosional, seperti kecemasan dan depresi, yang dapat meningkatkan kemungkinan mereka mengembangkan perilaku merokok sebagai cara untuk mengatasi perasaan tersebut (Umadiyan et al., 2024). Perempuan sering kali memiliki tekanan sosial yang lebih besar terkait dengan peran ganda (sebagai pekerja dan pengurus rumah tangga), yang dapat menambah tingkat stres mereka. Hal ini mungkin berkontribusi pada perilaku merokok sebagai bentuk pelarian atau *coping mechanism* (Akbar, 2017). Pekerjaan yang menumpuk membuat perokok aktif perempuan untuk menghilangkan penat dengan merokok. Rata-rata perempuan perokok yang aktif dapat menghisap satu bungkus perhari sehingga dalam sebulan biaya yang dikeluarkan untuk membeli rokok sangatlah banyak. Oleh sebab itu perilaku merokok pada perempuan

biasanya dimiliki perempuan yang bekerja dan mempunyai penghasilan. (Kartika, 2014)

Berdasarkan kajian sebelumnya bahwa tingkat perilaku merokok pada perempuan yang bekerja sangat tinggi. Pentingnya penelitian ini dilakukan karena seyogyanya setiap perempuan menghindari perilaku merokok, karena dengan tidak memiliki perilaku merokok perempuan turut menentukan kualitas generasi penerus bangsa. Perempuan yang sehat dengan tidak merokok dapat melahirkan anak yang sehat dan berkualitas. Merokok dapat mengurangi aliran darah ke ari-ari (plasenta) sehingga beresiko menimbulkan gangguan pertumbuhan janin dan meningkatkan resiko keguguran, berat badan bayi rendah dan gangguan saluran pada nafas bayi (Djauzi, 2005). Hal tersebut sejalan dengan harapan pemerintah bahwa perempuan diharapkan untuk tidak merokok sesuai dengan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 109 Tahun 2012 yang membatasi rokok hanya untuk pria dewasa, dan tidak ditujukan untuk anak, remaja, dan perempuan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok menurut Subanada (2004) dibagi menjadi 3, yaitu: faktor psikologis (sifat ingin tahu, stres/ stres kerja, kebosanan, tekanan), faktor biologis (kenikmatan, ketergantungan), dan faktor lingkungan (pengaruh orang tua dan teman). Bertitik tolak dari faktor-faktor determinan tersebut dan juga dari hasil interview dan observasi awal kepada 10 perempuan yang bekerja, maka stres kerja diasumsikan sebagai salah satu faktor penting yang mempengaruhi perilaku merokok. Menurut Anwar (1990) stres kerja adalah suatu perasaan yang menekan atau rasa tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaannya.

Yoder (1981) mengatakan bahwa pencetus stres ada berbagai macam, salah satunya permasalahan atau tekanan didalam pekerjaannya dapat mengakibatkan stres. Jika tekanan berasal dari lingkungan pekerjaan tempat individu tersebut bekerja dan mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi fisik, individu tersebut dapat dikatakan mengalami stres kerja. Sehingga stres kerja merupakan stres yang muncul dikarenakan permasalahan yang terjadi di lingkungan pekerjaan. Hal tersebut didukung oleh penelitian Radi (2007) yang mengatakan stres kerja berkaitan dengan dengan perilaku merokok pada perempuan yang bekerja.

Menurut Childs dan Wit (dalam Dewi, 2013) perilaku merokok pada perempuan dipengaruhi oleh stres kerja. Seseorang yang mengalami stres kerja tinggi memiliki kecenderungan perilaku merokok yang tinggi pula. Sitepoe (2000) menjelaskan pada saat individu mengalami stres kerja yang membuat rasa cemas, perasaan tidak tenang, marah, gelisah muncul, individu tersebut mengalami emosi negatif. Ketika mengalami emosi negatif individu akan terdorong untuk mengurangi emosi negatif yang dirasakannya dengan cara merokok. Di dalam rokok terdapat nikotin yang membuat hormon dopamin keluar dan membuat perokok merasakan keadaan rileks dan merasa tenang. Nikotin tersebut juga yang membuat perokok menjadi kecanduan, sehingga ketika seseorang mengalami stres didalam pekerjaannya maka dia akan berusaha untuk merokok (Sudjadi et al., 2006). Secara umum hasil penelitian menunjukkan semakin tinggi stres perilaku merokok individu akan semakin tinggi pula. Hasil penelitian lainnya yang mendukung yaitu penelitian yang dilakukan oleh Komasari (2000) menyatakan ketika subyek dalam kondisi stres kerja maka perilaku yang paling banyak muncul adalah perilaku merokok.

Pada penelitian ini banyak yang mengkaji tentang stres terhadap perilaku merokok seperti penelitian sebelumnya oleh Toat, (2024) mengenai hubungan stres dengan perilaku merokok di PT x dan penelitian yang dilakukan oleh Oktriansyah, (2023) mengenai hubungan stres dan lingkungan dengan perilaku merokok pada tenaga kesehatan (NAKES) di rumah sakit RYZ kota X. Namun masing-masing penelitian memiliki karakteristik sendiri. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada subjek dan populasi yang diteliti. Sementara penelitian sebelumnya mencakup karyawan secara umum, penelitian ini secara spesifik menargetkan karyawan perempuan di Kota Malang. Selain itu, penelitian ini lebih menekankan pada pengaruh stres kerja terhadap perilaku merokok, dari pada hanya membahas hubungannya antara stres dan perilaku merokok. Berdasarkan uraian masalah yang telah dikemukakan pada latar belakang penulis bermaksud melakukan penelitian berjudul, “Pengaruh Stres Kerja Terhadap Perilaku Merokok Pada Karyawan Perempuan di Kota Malang”

B. Rumusan Masalah

Permasalahan utama dalam kajian penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh stres kerja terhadap perilaku merokok pada karyawan perempuan di Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian dilakukan guna mengetahui pengaruh stres kerja terhadap perilaku merokok pada karyawan perempuan di Kota Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis : penulis menginginkan bahwa hasil penelitian dapat memberikan dasar yang bermanfaat bagi peneliti lain yang sedang menjalankan

studi serupa, bermanfaat bagi kemajuan pendidikan dan pengetahuan, menyediakan data untuk peneliti di masa mendatang dan hasil dari penelitian ini dapat berfungsi sebagai tambahan informasi yang baru.

2. Praktis : penulis mengharapkan dapat bermanfaat bagi para perempuan yang bekerja agar mampu mengurangi dan menghilangkan perilaku merokok dengan cara menghindari stres kerja.