

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Perilaku merokok merupakan fenomena yang sangat umum dan tidak mengenal batasan usia maupun status sosial. Rokok kini tidak hanya dikonsumsi oleh orang dewasa, namun juga oleh remaja dan mahasiswa. Di Indonesia, merokok sudah menjadi gaya hidup yang sudah mengakar, bahkan di kalangan mahasiswa dan mahasiswa (Annisa, 2023). Perilaku tersebut memberikan dampak tidak hanya pada kesehatan fisik, tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis dan kehidupan sosial, khususnya di kalangan usia muda. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, jumlah perokok aktif di Indonesia diperkirakan mencapai sekitar 70 juta jiwa, dengan 7,4% di antaranya berasal dari kelompok usia 10–18 tahun (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Selain itu, laporan *Global Adult Tobacco Survey (GATS, 2021)* mencatat adanya peningkatan penggunaan rokok elektrik (*vape*) di kalangan dewasa muda yang turut meningkatkan prevalensi merokok pada usia produktif.

Penelitian oleh Afif dkk (2022) menunjukkan bahwa dengan perkembangan zaman, jumlah mahasiswa yang merokok, baik di lingkungan maupun di luar kampus, semakin meningkat. Salah satunya di kota Malang yang memiliki lebih dari 60 perguruan tinggi dan didatangi oleh ratusan ribu mahasiswa yang berasal dari berbagai wilayah ([malangkota.go.id](http://malangkota.go.id)). Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) Jawa Timur, jumlah perokok aktif meningkat signifikan, terutama di kelompok usia 15-24 tahun. Pada 7 Maret 2022, 17,97%

dari kelompok ini adalah perokok, dan jumlahnya naik menjadi 19,96% dua tahun kemudian (2024). Kota Malang, yang banyak dihuni pelajar dan mahasiswa, menempati peringkat 34 dari 38 kabupaten/kota di Jawa Timur (*AboutMalang.com*, 2024). Rentang usia ini merupakan karakteristik mayoritas mahasiswa, yang secara psikososial berada pada usia dewasa awal. Santrock (2011) menjelaskan rentang usia masa dewasa awal berkisar dari usia 18 tahun hingga 25 tahun.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perilaku merokok pada mahasiswa di Kota Malang tergolong tinggi. Studi di Fakultas Kehutanan IPT Malang yang dilakukan oleh Pratiwi dkk (2023) menemukan adanya hubungan signifikan antara perilaku merokok dan kejadian insomnia ( $r = 0,492$ ;  $p = 0,001$ ). Penelitian lain di Tlogomas Malang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan pengetahuan rendah tentang bahaya rokok cenderung menjadi perokok berat ( $r = -0,881$ ;  $p < 0,001$ ) (Febriana dkk 2023). Selain itu, mahasiswa Universitas Brawijaya menunjukkan intensi merokok yang tinggi, dengan rata-rata skor sikap positif terhadap merokok sebesar 3,70 dan intensi sebesar 3,72 (Andika dkk 2023).

Perilaku merokok pada mahasiswa tidak semata-mata disebabkan oleh minimnya pengetahuan, tetapi juga berkaitan dengan kondisi emosional dan psikologis yang dihadapi (Afif dkk., 2022). Akan tetapi, sebelum seseorang benar-benar melakukan perilaku merokok, ada proses psikologis yang mendahuluinya, yaitu intensi. Dengan kata lain, perilaku tidak terjadi secara tiba-tiba, tetapi didahului oleh intensi.

Intensi merupakan komponen penting yang menjembatani faktor internal dan eksternal dengan perilaku aktual seseorang. Berdasarkan *Theory of Planned Behavior* (Ajzen, 1991), intensi merupakan keinginan, kecenderungan, atau intensi individu untuk melakukan suatu tindakan tertentu. Intensi merokok dapat diartikan sebagai dorongan internal untuk mulai merokok atau terus merokok. Intensi tersebut dipengaruhi oleh tiga komponen utama, yaitu: (1) sikap terhadap perilaku merokok, (2) norma subjektif lingkungan sosial, dan (3) persepsi pengendalian diri terhadap perilaku tersebut (Ajzen dalam Rosdiana, 2011). Semakin besar niat yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi pula kecenderungannya untuk terlibat dalam perilaku merokok. Penelitian yang dilakukan oleh Gerilia (2024) terhadap 104 mahasiswa di Yogyakarta menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecemasan dan intensi merokok ( $r = 0,288$ ;  $p = 0,003$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi cenderung memiliki niat atau kecenderungan untuk merokok, terutama sebagai respons terhadap tekanan psikologis yang mereka hadapi dalam kehidupan akademik dan sosial.

Penelitian tentang intensi merokok memiliki urgensi yang tinggi karena dapat menjadi dasar bagi upaya pencegahan perilaku merokok sejak dini, karena memungkinkan dilakukannya intervensi sebelum kebiasaan merokok terbentuk secara permanen. Perilaku merokok di kalangan mahasiswa telah banyak ditelaah dalam berbagai studi. Aspek intensi merokok sebagai tahap awal sebelum manifestasi perilaku aktual masih belum memperoleh perhatian yang

memadai. Intensi memegang peranan penting dalam memahami dinamika terbentuknya perilaku merokok, khususnya pada mahasiswa yang rentan terhadap tekanan akademik.

Mahasiswa yang merupakan kelompok berpendidikan tinggi dan diharapkan lebih memahami bahaya merokok, ternyata prevalensi merokoknya masih tinggi (Hamdan dalam Afif dkk., 2022). Kondisi tersebut terjadi karena mahasiswa rentan terhadap stres psikologis akibat jadwal yang padat, tugas yang menumpuk, ujian, dan kegiatan organisasi. Stres yang tinggi sering kali mendorong mereka untuk memperbanyak konsumsi rokok tanpa mempertimbangkan dampak kesehatan pada tahap yang rentan terhadap stres psikologis atau kecemasan (Anggriana dalam Afif dkk., 2022).

Salah satu bentuk tekanan yang kerap dirasakan oleh mahasiswa adalah tekanan dalam bidang akademik. Stres ini muncul akibat berbagai tuntutan, seperti tugas yang menumpuk, deadline yang ketat, tekanan ujian, serta ekspektasi akademik dari dosen dan orang tua. Gadzella (2005) menjelaskan bahwa stres akademik merupakan respon terhadap tekanan dalam lingkungan pendidikan yang berdampak pada aspek fisik, emosional, perilaku, dan kognitif mahasiswa (dalam Budiman dkk., 2021). Banyak mahasiswa yang menggunakan rokok sebagai mekanisme koping untuk mengurangi stres dan merasa lebih tenang. Budiman dkk. (2021) menemukan bahwa mahasiswa cenderung lebih sering merokok saat menghadapi masa-masa yang penuh tekanan seperti ujian atau penulisan skripsi.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa prevalensi merokok di kalangan mahasiswa masih tergolong tinggi. Penelitian Afif dkk. (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa perokok aktif mulai merokok pada awal masa kuliahnya dengan alasan tekanan tugas, pengaruh teman sebaya, dan keinginan untuk menunjukkan kemandirian. Hal senada diungkapkan Hamdan (dalam Afif dkk. 2022) yang menyatakan bahwa meskipun mahasiswa sudah memahami bahaya merokok, mereka tetap melakukannya sebagai bentuk pelepasan tekanan psikologis.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Budiman dkk. (2021) yang berjudul “Stres Akademik dan Perilaku Merokok Mahasiswa”. Dalam penelitian tersebut, mahasiswa mengungkapkan bahwa tingkat merokok tertinggi terjadi ketika mereka mengalami stres akibat tugas kuliah, seperti mengerjakan skripsi, deadline tugas, dan berbagai hal lain yang berhubungan dengan studinya, sehingga membuat mereka semakin termotivasi untuk merokok. Hal ini menunjukkan bahwa stres akademik mendorong mahasiswa untuk merokok sebagai upaya untuk mengurangi stres mental. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Simahara (2021) dengan judul “Hubungan Stres Akademik dan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Teknik Industri UIN Suska Riau” menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara stres akademik dengan perilaku merokok ( $r = 0,181$ ;  $p = 0,036$ ), artinya semakin tinggi stres akademik maka kecenderungan untuk merokok semakin tinggi dan responden hanya berasal dari satu angkatan (2017) dan satu jurusan (Teknik Industri), sehingga hasil penelitian kurang dapat digeneralisasikan pada populasi mahasiswa umum, khususnya

jurusan lain dengan tingkat stres akademik yang berbeda-beda. Sementara itu, penelitian Annisa (2023) yang berjudul “Hubungan Stres Akademik dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa SMA 8 Aceh Tengah” menemukan hasil yang berbeda, yaitu adanya hubungan negatif antara stres akademik dengan perilaku merokok pada mahasiswa. Hasil yang tidak konsisten ini menunjukkan perlunya penelitian lanjutan yang lebih spesifik, terutama dalam konteks mahasiswa di Kota Malang.

Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa diperlukan penelitian lanjutan yang lebih terfokus dan relevan dengan konteks kehidupan mahasiswa khususnya di Kota Malang. Hal yang baru dalam penelitian ini terletak pada pendekatan yang digunakan yaitu meneliti intensi merokok. Hal ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang lebih banyak membahas perilaku merokok yang sebenarnya. Selain itu, subjek penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki dan perempuan, sedangkan penelitian-penelitian sebelumnya hanya melibatkan mahasiswa laki-laki dan remaja. Lokasi penelitian ini berfokus pada Kota Malang, konteks penelitian yang berfokus pada mahasiswa di Kota Malang sebagai kota pendidikan juga menjadi sumbangan baru dalam upaya memahami faktor-faktor psikologis yang melatarbelakangi perilaku merokok pada mahasiswa.

Temuan dari studi ini diharapkan menjadi pijakan dalam merancang program pencegahan serta intervensi psikologis yang lebih optimal di lingkungan perguruan tinggi, melalui pendekatan edukatif, pengelolaan stres, dan perubahan perilaku. Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dikemukakan,

penulis ingin melakukan penelitian dengan judul “Intensi Merokok pada Mahasiswa di Kota Malang Ditinjau dari Stres Akademik”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah terdapat pengaruh stres akademik terhadap intensi merokok pada mahasiswa di Kota Malang?”

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh stres akademik terhadap intensi merokok pada mahasiswa di Kota Malang.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang jelas dan bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis, antara lain:

1. Manfaat teoritis:
  - a. Memberikan informasi kepada pembaca dan penulis mengenai ada tidaknya tekanan akademis terhadap intensi merokok pada mahasiswa.
  - b. Memberikan pengetahuan kepada mahasiswa tentang pengaruh stres akademis terhadap intensi merokok.
2. Manfaat praktis:
  - a. Peneliti memperoleh pemahaman secara langsung dalam mengenai pengaruh stres akademis terhadap intensi merokok pada mahasiswa.

- b. Apabila penelitian ini terbukti adanya pengaruh stres akademik terhadap intensi merokok pada mahasiswa, penelitian ini dapat digunakan untuk mengurangi intensi merokok pada mahasiswa yang disebabkan oleh stres akademik.