

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Provinsi Jakarta memiliki Peraturan Gubernur nomor 75 tahun 2005, tentang beberapa kawasan yang ditetapkan sebagai kawasan bebas asap rokok yaitu pusat perbelanjaan, perkantoran, stasiun, rumah sakit, dan angkutan umum (Null, 2006). Hal ini dilakukan sebagai langkah membatasi perilaku merokok di Jakarta. Menurut Soewarta Kosen -peneliti Global Adults Tobacco Survey (GATS)- prevalensi perokok sudah mencapai kurang lebih 60 juta atau 34,8 persen perokok dari seluruh penduduk di Indonesia (Makitan, 2012). Pusat Penelitian Kesehatan Universitas Indonesia (dalam Reimondos, 2012) menyebutkan prevalensi perokok di Jakarta mencapai angka 68% pada laki – laki dan 8% pada perempuan di rentang usia 20 tahun keatas.

Papalia dan Olds (2009) menyatakan seseorang yang mulai berumur 18 – 25 tahun atau bisa disebut masa dewasa awal lebih besar kemungkinan merokok daripada mereka di kelompok usia lain. Papalia menjelaskan masa dewasa awal adalah periode transisional yang baru berada antara masa remaja dan masa dewasa, biasanya memiliki rentang waktu antara masa remaja akhir hingga usia pertengahan dua puluh. Data GATS pada tahun 2011, menyebutkan bahwa sebanyak 61,4 juta orang dewasa di Indonesia adalah perokok (Harnowo, 2012).

Aktivitas merokok dilakukan oleh semua jenis kelamin, baik itu laki-laki maupun perempuan. Berdasarkan hasil pengamatan WHO (WHO Report on the Global Tobacco Epidemic, 2011) ditunjukkan bahwa jumlah perokok usia dewasa di dominasi oleh laki – laki sebesar 26,5%,

sedangkan perempuan hanya 2,9%. Global Adults tobacco Survey (GATS) menemukan bahwa 67,4% pria dan 2,7% wanita Indonesia adalah perokok. Meskipun prevalensi perempuan masih rendah, menurut Priyanti Z Soepandi selaku Direktur Utama Rumah Sakit Persahabatan ditemukan bahwa angka perokok wanita di Indonesia meningkat lima kali lipat lebih cepat dibandingkan laki-laki (Raharjo, 2010).

Menurut Graham (dalam Ogden, 2007) rokok memiliki sedikit efek positif yang memberikan *mood* positif dan membantu individu mengatasi keadaan sulit, sedangkan menurut Fried (dalam Nevid, Rathus, dan Greene, 2005) efek negatifnya lebih banyak dibandingkan dengan efek positifnya, seperti kanker paru – paru, penyakit kardiovaskular, bronkitis kronik, pneumonia, asma, diabetes, stroke, impotensi, kanker mulut dan tenggorokan, kanker lambung, kanker kandung kencing, kanker ginjal dan pankreas, impotensi, dan gangguan kehamilan, dan penyakit jantung kronis yang tidak tertolong.

Terkait dengan banyaknya efek negatif dari rokok, akan lebih baik bila perokok menghentikan perilaku merokoknya. Rokok memiliki kandungan yang dapat membahayakan orang yang menghisapnya (perokok aktif) dan orang sekitar yang ikut menghirup asap tersebut (perokok pasif). Dalam hadits pun dijelaskan bahwa "*Tidak boleh membahayakan diri sendiri dan orang lain.*" (HR Baihaqi dan al-Hakim dishohihkan oleh Syaikh Al-Albani

Berhenti merokok bukanlah perkara yang mudah bagi perokok, zat nikotin dalam sebatang rokok yang dihisap terus menerus dapat menimbulkan sifat aditif, yang kemudian akan membuat perokok menjadi ketagihan. Berbagai jenis teknik telah dilakukan untuk mengurangi pengonsumsi rokok, namun ternyata hasilnya tidak bertahan lama salah satunya, yang ditunjukkan oleh hasil penelitian Fawzani dan Triratnawati (2005) yang memberikan tiga terapi

untuk berhenti merokok dengan metode pengobatan, perubahan perilaku, dan dorongan positif. Namun, hanya dorongan positif yang berhasil membentuk perilaku berhenti merokok, sedangkan kedua metode lainnya gagal. Kegagalan tersebut membuktikan bahwa upaya berhenti merokok tidak mudah dilakukan.

Terkait dengan upaya untuk menurunkan jumlah perokok, maka seharusnya aspek psikologis yang berkaitan dengan perilaku berhenti merokok diketahui terlebih dahulu. Menurut Bandura (dalam Ogden, 2007) perilaku dapat ditimbulkan melalui harapan, insentif, dan kognisi sosial. Dalam harapan terdapat aspek efikasi diri didalamnya yaitu harapan bahwa individu mampu melaksanakan perilaku yang diinginkan. Bandura (1997) menjelaskan efikasi diri dapat memprediksi perilaku terkait dengan kesehatan pada seseorang, diantaranya adalah mempertahankan kondisi berhenti merokok dalam waktu yang panjang. Maknanya bahwa, dalam membentuk perilaku berhenti merokok harus terdapat keyakinan diri dari perokok tersebut bahwa ia mampu menghentikan dirinya untuk merokok, hal itulah yang disebut dengan efikasi diri.

Dari beberapa studi yang telah dilakukan sebelumnya oleh Baer, Holt, & Lichtenstein, 1986; DiClemente, Prochaska, & Gilbertini (dalam T'riet, Jonathan Van dan De vries, Hein, 2008) ditemukan bahwa efikasi diri berasosiasi dengan keberhasilan berhenti merokok pada orang dewasa. Dari studi tersebut, terlihat bahwa efikasi diri berhubungan dengan perilaku yang ingin dilakukan seseorang, dimana apabila dikaitkan dengan rokok yaitu perilaku untuk berhenti merokok.

Menurut Bandura (1997), perempuan dan laki-laki memiliki efikasi diri yang berbeda dalam beberapa hal. Hal tersebut juga diperkuat dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti untuk melihat perbedaan efikasi diri perempuan dan laki-laki yang dikaitkan dengan

beberapa perilaku terkait dengan kesehatan yang hasilnya menunjukkan, bahwa perempuan memiliki efikasi diri yang lebih rendah dibandingkan laki – laki (Pelissier dan Jones, 2005). Perempuan tidak bisa menahan keinginan untuk menggunakan narkoba di berbagai situasi. Hasil tersebut dimungkinkan dapat menjadi sumber informasi jika dikaitkan dengan perilaku merokok, karena narkoba dan rokok sifatnya aditif dan merusak kesehatan.

Berbeda dengan hasil penelitian Tom Perls, pendiri New England Centenarian Study di *Boston University*, yang menyebutkan bahwa angka harapan hidup perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki - laki, perempuan hidup lima hingga sepuluh tahun lebih lama dibandingkan laki – laki. Hal ini disebabkan karena laki – laki lebih banyak merokok, banyak mengonsumsi makanan berkolesterol tinggi, dan perempuan lebih bisa mengatasi stres yang dihadapi (Tarigan, 2010). Menurut Ezzati & Lopez (dalam, Papalia 2009) laki - laki memiliki kemungkinan tiga kali lipat meninggal dini akibat merokok daripada perempuan. Data ini menunjukkan bahwa perempuan mempunyai potensi kemampuan lebih tinggi dalam hal menjaga kesehatan.

Melalui data tersebut terlihat adanya inkonsistensi antara efikasi diri dan angka harapan hidup perempuan dan laki-laki terkait dengan kesehatan. Sedangkan terkait dengan upaya penurunan jumlah perokok maka promosi kesehatan, terutama pada usia dewasa awal terkait dengan efikasi diri berhenti merokok harus diketahui dengan lebih jelas. Berdasarkan beberapa uraian yang telah dijelaskan, maka penulis ingin mengetahui apakah terdapat perbedaan efikasi diri untuk berhenti merokok pada dewasa awal laki – laki dan perempuan dalam rentang usia 18-25 tahun.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Masalah yang akan dibahas di penelitian adalah “Apakah terdapat perbedaan efikasi diri untuk berhenti merokok pada laki – laki dan perempuan dewasa awal usia dewasa awal serta tinjauannya menurut agama Islam?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan efikasi diri untuk berhenti merokok pada laki – laki dan perempuan usia dewasa awal serta tinjauannya menurut agama Islam.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis :

1. Memperkaya bahasan dalam ranah psikologi kesehatan, psikologi klinis, dan psikologi perkembangan.
2. Sebagai salah satu sumber referensi bagi kepentingan keilmuan dan penelitian selanjutnya mengenai efikasi diri berhenti merokok

Manfaat praktis :

1. Memberikan informasi tentang efikasi diri dan perilaku merokok pada laki-laki maupun perempuan usia dewasa awal yang dapat digunakan dalam promosi kesehatan.

1.5 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Terdapat perbedaan efikasi diri untuk berhenti merokok pada dewasa awal laki – laki dan perempuan usia dewasa awal.”

1.6 Metode Penelitian

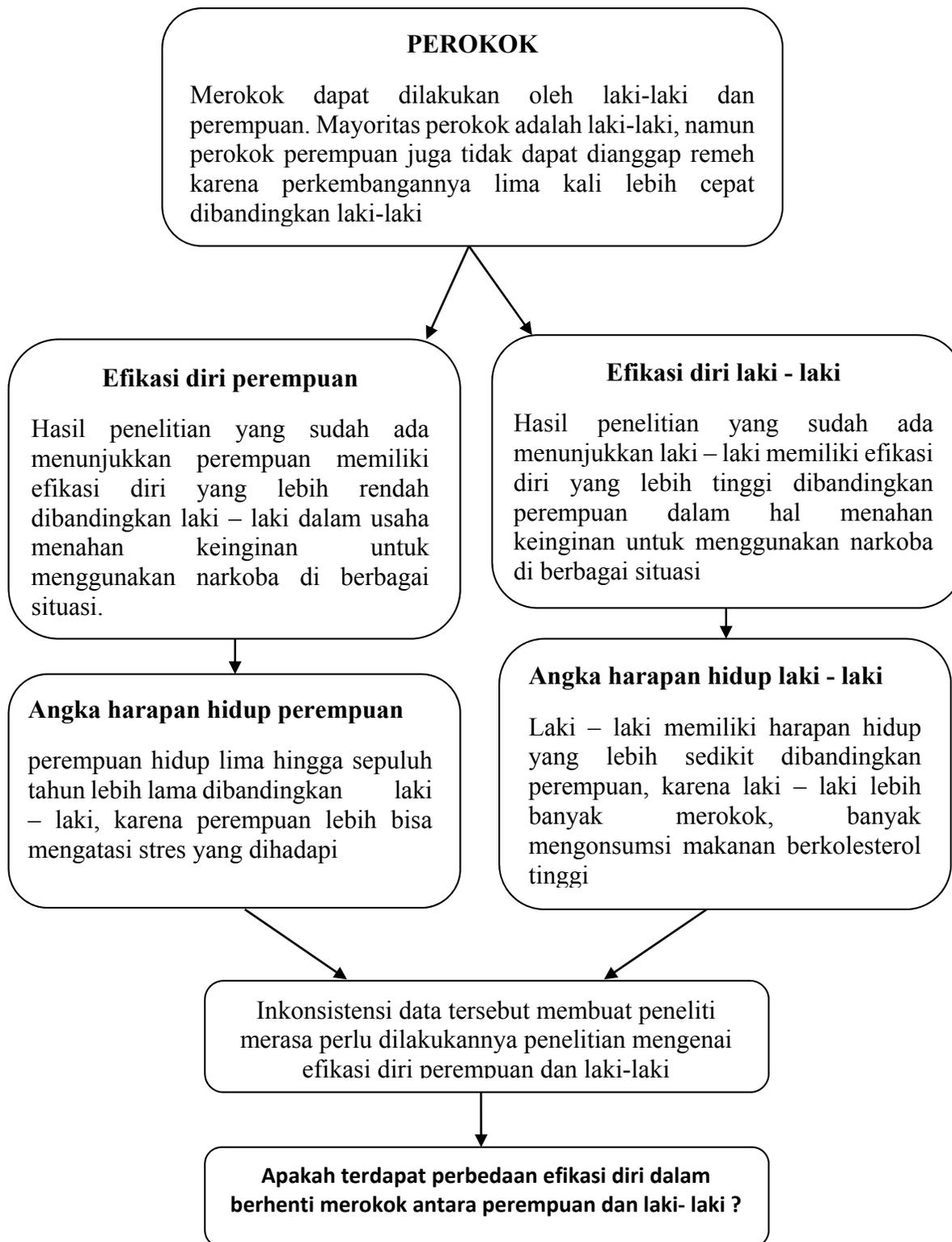
Metode penelitian yang akan dilakukan adalah metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner.

1.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian : Lingkungan sekitar Jakarta

Waktu penelitian : 1 Mei 2013 – 17 Juli 2013

1.8 Kerangka Berpikir



Bagan 1.1 Bagan Kerangka Berpikir

Keterangan :

Mayoritas perokok adalah laki-laki, namun perokok perempuan juga tidak dapat dianggap remeh karena perkembangannya lima kali lebih cepat dibandingkan laki-laki. Dalam upaya menghentikan perilaku merokok yang tidak mudah dilakukan, terdapat aspek psikologis yang harus diketahui terlebih dahulu. Menurut Bandura (dalam Ogden, 2007) perilaku dapat ditimbulkan melalui harapan, insentif, dan kognisi sosial. Dimana dalam harapan tersebut termasuk efikasi diri didalamnya yaitu harapan bahwa individu mampu melaksanakan perilaku yang diinginkan, dalam hal ini adalah perilaku berhenti merokok. Efikasi diri pada perempuan dan laki – laki ternyata berbeda, sesuai dengan konteks situasi dan kondisinya, misalnya perempuan memiliki efikasi diri yang lebih rendah dalam hal menahan keinginan untuk menggunakan narkoba dibandingkan dengan laki - laki. Perilaku menggunakan narkoba dan merokok merupakan perilaku merusak kesehatan yang sama-sama bersifat aditif pada penggunaannya. Disisi lain, angka harapan hidup angka harapan hidup perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki - laki, perempuan hidup lima hingga sepuluh tahun lebih lama dibandingkan laki – laki (Tom Perls dalam Tarigan, 2010). Hal ini disebabkan karena laki–laki lebih banyak merokok, banyak mengonsumsi makanan berkolesterol tinggi, dan perempuan lebih bisa mengatasi stres yang dihadapi. Berdasarkan beberapa uraian yang telah dijelaskan, maka penulis ingin mengetahui mengenai bagaimana perbedaan efikasi diri untuk berhenti merokok pada dewasa awal laki – laki dan perempuan usia dewasa awal.