

NASKAH PUBLIKASI

GAMBARAN TINGKAT STRES DAN INTENSITAS MEROKOK MAHASISWA
STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



Disusun Oleh :

Rivaldo H. Korisano

KP.17.01.237

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA

2021



NASKAH PUBLIKASI

Gambaran Tingkat Stres Dan Intensitas Meroko Mahasiswa
Stikes Wira Husada Yogyakarta

Oleh

Rivaldo Hein Korisano
KP.17.01.237

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 11.10.2021

Susunan Dewan Penguji

Penguji I

Antok Nurwidi Antara, S.Kep, Ns., M.Kep

Penguji II

Drs. Akhmad Toha, S.Farm., Apt., Sp, FRS

Penguji III

Nasiatul Aisyah Salim, SKM., MPH

Naskah Publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar sarjana Keperawatan

Yogyakarta, 11.10.2021

Ketua Program Studi Ilmu KeperawatandanNers

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep



GAMBARAN TINGKAT STRES DAN INTENSITAS MEROKO MAHASISWA STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA

Rivaldo H Korisano¹, Antok Nurwidi Antara², Drs. Akhmad Toha³

INTISARI

Latar Belakang : Stres adalah mekanisme yang kompleks dan menghasilkan respon yang bersifat non spesifik terhadap setiap tuntutan beban di atasnya yang saling berkaitan baik fisiologis, psikologis, maupun perilaku pada individu itu sendiri. Tanda dan gejala stres pertama-tama akan mengalami gangguan pencernaan, gejala perilaku (menyalah gunakan obat-obat terlarang, merokok, dll), gejala emosional (mudah gelisah, apatis, merasa bersalah, dll), gejala fisik. Dari hasil wawancara peneliti dengan mahasiswa laki-laki dari STIKES Wira Husada Yogyakarta mendapatkan hasil bahwa, Mahasiswa biasanya banyak mengkonsumsi rokok saat berkumpul dengan teman. Menurut responden, mereka lebih santai rileks dan lebih percaya diri saat mengkonsumsi rokok. Salah satu mahasiswa mengatakan bahwa dengan merokok dapat menenangkan stres yang disebabkan dari masalah perkuliahan.

Tujuan : Mengetahui gambaran tingkat stres dan intensitas meroko mahasiswa stikes wira husada yogyakarta

Metode : Jenis penelitian ini adalah *kuantitatif* dengan metode *deskriptif*, pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional* Dengan menggunakan data primer mahasiswa STIKES Wira Husada Yogyakarta dengan jumlah responden 55 orang mahasiswa laki-laki yang aktif merokok

Hasil : Hasil distribusi frekuensi Tingkat stres mahasiswa laki-laki STIKES Wira Husada Yogyakarta, menunjukkan tingkat stress mahasiswa sebagian besar berada pada kategori normal sebanyak 27 (49,1%), dan pada kategori sedang sebanyak 15 (27,3%), paling parah hanya 1 (1,8%), sedangkan hasil distribusi frekuensi intensitas merokok, menunjukkan sebagian besar mahasiswa laki-laki adalah kategori perokok ringan 1- 4 batang yaitu sebanyak 25 (45,5)

Kesimpulan : Hasil penelitian ini diperoleh dari 55 orang mahasiswa laki-laki yang aktif merokok berada pada kategori ringan dengan tingkat stres mahasiswa berada pada kategori normal.

Kata Kunci : Tingkat stres, Intensitas merokok

¹Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta

DESCRIPTION OF STRESS LEVEL AND SMOKING INTENSITY STUDENTS OF STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA

Rivaldo H Korisano¹, Antok Nurwidi Antara², Drs. Akhmad Toha³

ABSTRACT

Background: Stress is a complex mechanism and produces a non-specific response to any demands on the load on it that are interrelated, both physiologically, psychologically, and behaviorally on the individual himself. Signs and symptoms of stress will first experience digestive disorders, behavioral symptoms (abusing drugs, smoking, etc.), emotional symptoms (young restlessness, apathy, feeling guilty, etc.), physical symptoms. From the results of the researcher's interview with male students from STIKES Wira Husada Yogyakarta, it was found that, students usually consume a lot of cigarettes when hanging out with friends. According to respondents, they are more relaxed and more confident when consuming cigarettes. One student said that smoking can relieve stress caused by college problems.

Aim: Knowing the description of the level of stress and the intensity of smoking students of Stikes Wira Husada Yogyakarta.

Method: This type of research is quantitative with descriptive method, the approach used is cross sectional. By using primary data students of STIKES Wira Husada Yogyakarta with the number of respondents 55 male students who actively smoke

Results: The results of the frequency distribution The stress level of male students at STIKES Wira Husada Yogyakarta, showed that the stress level of students was mostly in the normal category as many as 27 (49.1%), and in the moderate category as many as 15 (27.3%), the worst was only 1 (1.8%), while the results of the frequency distribution of smoking intensity showed that most of the male students were in the category of light smokers 1-4 cigarettes, namely as many as 25 (45.5)

Conclusion: The results of this study were obtained from 55 male students who actively smoked were in the mild category with the stress level of students being in the normal category.

Keywords: Stress level, Smoking intensity

Student of nursing in STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Lecture of nursing in STIKES Wira Husada Yogyakarta

A. Pendahuluan

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi seperti akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas¹. Mahasiswa merupakan masa yang rentan terhadap tekanan psikologis/kecemasan karena berbagai aspek seperti tuntutan akademis, faktor kepribadian, lingkungan, sosial budaya dan sebagainya². Stres pada mahasiswa disebabkan karena ketidakmampuan dalam melakukan kewajibannya sebagai mahasiswa atau karena permasalahan lain serta tingginya kompleksitas masalah yang dihadapi dengan kehidupan akademik³. Stres adalah mekanisme yang kompleks dan menghasilkan respon yang bersifat non spesifik terhadap setiap tuntutan beban di atasnya yang saling berkaitan baik fisiologis, psikologis, maupun perilaku pada individu itu sendiri⁴. Gangguan mental yang pada umumnya terjadi adalah gangguan kecemasan dan gangguan depresi. Diperkirakan 4,4 % dari populasi global menderita gangguan depresi, dan 3,6 % dari gangguan kecemasan⁵. Jumlah penderita depresi meningkat lebih dari 18 % antara tahun 2005 dan 2015. Prevalensi gangguan mental emosional (stress) pada penduduk berumur > 15 tahun tahun 2013 sampai dengan 2018 didapatkan hasil daerah tertinggi di Sulawesi Tengah dengan jumlah 19,8%⁶. Stres juga bisa dikatakan dengan seseorang yang menghadapi kondisi dan situasi yang tampak bahaya dan sulit. Tanda dan gejala stres pertama-tama akan mengalami gangguan pencernaan, gejala perilaku (menyalah gunakan obat-obat terlarang, merokok, dll), gejala emosional (muda gelisah, apatis, merasa bersalah, dll), gejala fisik⁷.

Merokok adalah perilaku yang kompleks, karena merupakan hasil interaksi dari aspek kognitif, kondisi psikologis, dan keadaan fisiologis⁸. Perilaku merokok dapat juga didefinisikan sebagai aktivitas subjek yang berhubungan dengan perilaku merokoknya, yang diukur melalui intensitas merokok, waktu merokok, dan fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari⁹. Menurut WHO (2014), jumlah perokok di dunia pada tahun 2013 sudah mencapai 1,2 miliar orang dan 800 juta diantaranya di negara berkembang. Indonesia menjadi negara ke tiga dengan jumlah perokok terbesar di dunia setelah Cina (390 juta perokok) dan India (144 juta perokok)¹⁰. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007-2013, hasil prevalensi Indonesia didapatkan perilaku merokok pada laki-laki usia >15 tahun sebanyak (34,3% - 36,3%). Berdasarkan provinsi, Kepulauan Riau mendapatkan hasil tertinggi (27,2%), dan terendah di provinsi Papua (16,2%). Prevalensi pada perilaku merokok di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2017 tercatat (17 %) merokok setiap hari. Sedangkan, daerah Sleman tercatat (16,32%) setiap hari merokok¹¹. Intensitas merokok berdasarkan banyaknya rokok yang dihisap, yaitu perokok ringan menghisap 1-4 batang per hari, perokok sedang menghisap 5-14 batang per hari, perokok berat menghisap lebih dari 15 batang per hari. Waktu merokok dipengaruhi oleh keadaan yang dialami misalnya ketika sedang berkumpul dengan teman, cuaca dingin, setelah dimarahi orang tua¹².

Dari hasil wawancara peneliti dengan 8 orang mahasiswa laki-laki dari STIKES Wira Husada Yogyakarta mendapatkan hasil bahwa, perokok ringan (1-4 batang dalam sehari) ada 1 orang, perokok sedang (5-14 batang per hari) ada

5 orang, dan dari 8 orang mahasiswa ada 2 orang yang tidak merokok. Mahasiswa biasanya banyak mengonsumsi rokok saat berkumpul dengan teman. Menurut responden, mereka lebih santai rileks dan lebih percaya diri saat mengonsumsi rokok. Salah satu mahasiswa mengatakan bahwa dengan merokok dapat menenangkan stres yang disebabkan dari masalah perkuliahan.

B. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah *kuantitatif* dengan metode *deskriptif*, pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional*, yang dilakukan di wilayah kampus STIKES Wira Husada Yogyakarta, peneliti melakukan wawancara dan observasi data primer. Responden dari penelitian ini adalah 55 orang mahasiswa yang aktif merokok. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin karena dalam penarikan sampel.

C. Hasil Penelitian

Penelitian ini tentang gambaran tingkat stres dan intensitas merokok mahasiswa stikes wira husada Yogyakarta, Dengan jumlah responden sebanyak 55 orang.

1. Karakteristik Responden

a. Tabel. 1 Karakteristik Responden Dari Tiap Prodi

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
D3 Keperawatan	13	23,6
S1 Keperawatan	19	41,8
S1 Kesehatan Masyarakat	23	34,5
Total	55	100,0

Sumber : Data Penelitian Terolah, 2021

Distribusi responden berdasarkan karakteristik dari usia mahasiswa laki-laki STIKES Wira Husada Yogyakarta, menunjukkan sebagian besar berusia 23+ tahun sebanyak 29 (52,7%), pada usia 21-22 tahun sebanyak 20 (36,4), dan <21 tahun sebanyak 6 (10,9%).

b. Tabel. 2 Karakteristik responden berdasarkan Semester

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Semester 2	10	18,2
Semester 4	4	7,3
Semester 6	16	29,1
Semester 8	25	45,5
Total	55	100,0

Sumber : Data Penelitian Terolah, 2021

Distribusi responden berdasarkan karakteristik dari tiap semester yang ada di STIKES Wira Husada Yogyakarta, menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada semester 8 sebanyak 25 (45,5%), dan pada Semester 4 yang paling sedikit sebanyak 4 (7,3%).

2. Gambar Tingkat stres mahasiswa STIKES Wira Husada Yogyakarta

Tabel. 3 Tingkat Stres mahasiswa STIKES Wira Husada Yogyakarta

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase
Normal	0-14	27	49,1
Ringan	15-18	12	21,8
Sedang	19-25	15	27,3
Parah	26-33	1	1,8
	Total	55	100,0

Sumber : Data Penelitian Terolah, 2021

Distribusi Tingkat stres mahasiswa laki-laki STIKES Wira Husada Yogyakarta, menunjukkan tingkat stress mahasiswa sebagian besar berada pada kategori normal sebanyak 27 (49,1%), dan pada kategori sedang sebanyak 15 (27,3%), paling parah hanya 1 (1,8%).

3. Gambaran Intensitas Merokok

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase
Ringan	1 – 4 Batang Rokok	25	45,5
Sedang	5 – 14 Batang Rokok	23	41,8
Berat	>15 Batang Rokok	7	12,7
Total		55	100,0

Sumber : Data Penelitian Terolah, 2021

Distribusi frekuensi intensitas merokok mahasiswa laki-laki STIKES Wira Husada Yogyakarta, menunjukkan sebagian besar mahasiswa laki-laki adalah kategori perokok ringan 1- 4 batang yaitu sebanyak 25 (45,5%), dan kategori perokok sedang 4 – 15 batang rokok yaitu sebanyak 23 (41,8%),sedangkan kategori perokok berat >15 batang rokok yaitu sebanyak 7 (12,7%).

D. Pembahasan

1. Tingkat Stres Mahasiswa

Hasil wawancara didapatkan bahwa beberapa mahasiswa khususnya mahasiswa semester akhir merasa stres saat mereka memikirkan tugas akhir atau pembuatan proposal hasil distribusi frekuensi Tingkat stres mahasiswa laki-laki STIKES Wira Husada Yogyakarta, menunjukkan tingkat stress mahasiswa sebagian besar berada pada kategori normal sebanyak 27 (49,1%), dan pada kategori sedang sebanyak 15 (27,3%), paling parah hanya

1 (1,8%). Hal ini dapat dilihat dari tabel diatas bahwa nilai persentase mahasiswa semester 8 adalah sebanyak 25 (45,5%).

Beberapa faktor yang mempengaruhi mahasiswa stres antara lain : kondisi belajar dikarenakan tugas kuliah yang menumpuk, cara mengatur waktu dan kondisi keuangan, masalah keuangan tidak terlalu mempengaruhi stres karena orang tua merupakan penyokong utama untuk kebutuhan hidup mereka¹³. Hal ini berhubungan dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan beberapa mahasiswa laki-laki STIKES Wira Husada Yogyakarta yaitu Salah satu mahasiswa mengatakan bahwa dengan merokok dapat menenangkan stres yang disebabkan dari masalah perkuliahan, bias dilihat pada kategori normal sebanyak 27 (49,1%), dan pada kategori sedang sebanyak 15 (27,3%), paling parah hanya 1 (1,8%).

2. Intensitas Merokok

Hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa didapatkan bahwa mahasiswa biasanya banyak mengkonsumsi rokok saat berkumpul dengan teman saja, namun ada beberapa mahasiswa yang mengkonsumsi merokok mereka lebih santai rileks dan lebih percaya diri. Salah satu mahasiswa mengatakan bahwa dengan merokok dapat menenangkan stres yang disebabkan dari masalah perkuliahan. Hasil distribusi frekuensi intensitas merokok mahasiswa laki-laki STIKES Wira Husada Yogyakarta, menunjukkan sebagian besar mahasiswa laki-laki adalah kategori perokok ringan 1- 4 batang yaitu sebanyak 25 (45,5%), dan kategori perokok sedang 4 – 15

batang rokok yaitu sebanyak 23 (41,8%), sedangkan kategori perokok berat >15 batang rokok yaitu sebanyak 7 (12,7%).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi seseorang dalam merokok adalah dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu, lingkungan budaya, situasi sosial, dan personal¹⁴. Perilaku personal ini sendiri terdiri dari pendidikan, umur, jenis kelamin, stress. Sedangkan Situasi social adalah konteks atau mikro-lingkungan yang berkontribusi terhadap keyakinan sosial normatif tentang perilaku¹⁵. Hasil penelitian dari peneliti dimana kategori perokok ringan 1- 4 batang yaitu sebanyak 25 (45,5%), dan kategori perokok sedang 4 – 15 batang rokok yaitu sebanyak 23 (41,8%), dimana dari hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa didapatkan bahwa Mahasiswa biasanya banyak mengkonsumsi rokok saat berkumpul dengan teman. Menurut responden, mereka lebih santai rileks dan lebih percaya diri saat mengkonsumsi rokok.

E. Kesimpulan

1. Gambaran Tingkat Stres

Distribusi frekuensi Tingkat stres mahasiswa laki-laki STIKES Wira Husada Yogyakarta, menunjukkan tingkat stress mahasiswa sebagian besar berada pada kategori normal sebanyak 27 (49,1%).

2. Gambaran Intensitas Merokok

Distribusi frekuensi intensitas merokok mahasiswa laki-laki STIKES Wira Husada Yogyakarta, menunjukkan sebagian besar mahasiswa laki-laki adalah kategori perokok ringan 1- 4 batang yaitu sebanyak 25 (45,5%).

F. Saran

Dari hasil penelitian ini, beberapa saran yang dapat diberikan peneliti yaitu :

1. Bagi Institusi

Dari hasil penelitian ditemukan bahwa intensitas merokok pada mahasiswa STIKES Wira Husada Yogyakarta pada kategori perokok sedang 4 – 15 batang rokok yaitu sebanyak 23 (41,8%), sedangkan kategori perokok berat >15 batang rokok yaitu sebanyak 7 (12,7%). Sehingga dari kampus sebaiknya lebih memperhatikan situasi dan kondisi dari setiap mahasiswa seperti memasang poster bahaya merokok, peringatan kawasan bebas asap rokok di kampus dan sekitar lingkungan kampus, selain itu pendekatan lain yang dimaksud yaitu seperti bimbingan, arahan dan masukan dari dosen PA sangatlah penting tentang permasalahan yang dihadapi setiap mahasiswa, mengingat ini adalah kampus kesehatan namun masih ada mahasiswa yang merokok dengan alasan karena stress dengan perkuliahan.

2. Bagi para perokok aktif

Lebih memprioritaskan kesehatan dengan cara jika menghadapi permasalahan tentang perkuliahan, maka cobalah untuk berdiskusi dengan dosen untuk mencari jalan keluar dari setiap permasalahan yang dihadapi. Jika tidak bisa berhenti merokok secara langsung, maka cobalah untuk mengurangi frekuensi merokok.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada penelitian ini peneliti hanya menggambarkan hasil dari gambaran tingkat stress dan intensitas merokok, sehingga tidak melihat adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stress dan perilaku

DAFTAR PUSTAKA

1. Ilayati. (2015). Gambaran tingkat pengetahuan, perilaku merokok dan nikotin dependen mahasiswa UIN
2. Rhory, D., & Enny, P. (2018). Hubungan Tingkat Stress, Perilaku Merokok Dan Asupan Energi Pada Mahasiswa. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*.
3. Fadillah, A. E. (2013). Stres dan motivasi belajar pada mahasiswa psikologi universitas mulawarman yang sedang menyusun skripsi. *Ejournal psikologi universitas mulawarman*, 1-3.
4. Adiguna, J. Z. (2015). *Hubungan antara tingkat stres dengan derajat kebiasaan merokok pada usia dewasa muda perokok*.
5. Riskesdas. (2013). *Perilaku merokok masyarakat Indonesia*. InfoDATIN.
6. Rustiana, E., & Widya, H. C. (2012). STRESS KERJA DENGAN PEMILIHAN STRATEGI COPING. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 149-155.
7. Ariwibowo. (2012). Bahaya Merokok Bagi Tubuh Manusia.
8. Purwandari, E. (2012). Perilaku Merokok pada Remaja SMA/SMK di Kota dan Luar Kota. *Jurnal Psikologi*, 136-145.
9. Frensky, I. R., & Tiwi, S. (2019). Hubungan Antara Perilaku Merokok Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Smk Ma'arif 2 Sleman Yogyakarta.
10. Aryani, M. (2013). *Hubungan Antara Sikap Terhadap Kesehatan Dengan Perilaku Merokok Di SMA Negeri 1 Pleret Bantul*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
11. Noni Hilda Bawuna, J. R., & Onibala, F. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Sam Ratulangi . *e-Journal Keperawatan (e-Kp)*.
12. Fikriyah, S., & Febrijanto, Y. (2012). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Laki-laki di Asrama Putra. *Jurnal STIKES*, 99-109.
13. Chotidjah, S. (2012). Pengetahuan tentang rokok, pusat kendali kesehatan eksternal dan perilaku merokok. *Makara Sosial Humaniora*, 49-56.
14. Rustiana, E., & Widya, H. C. (2012). STRESS KERJA DENGAN PEMILIHAN STRATEGI COPING. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 149-155.

