

# HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK TERHADAP PENYAKIT TIDAK MENULAR

---

## Khairunniza

Kesehatan Masyarakat  
Universitas Muhammadiyah  
Jakarta  
nisakhairun273@gmail.com

## Edy Susanto

Fakultas Farmasi  
Universitas Ahmad Dahlan  
edy1700023169@webmail.uad.ac.id

## Aditia Nugraha

Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah  
Tasikmalaya  
aditbulle210@gmail.com

---

## Abstrak

*World Health Organization* (WHO) memprediksi bahwa pada tahun 2020 penyakit tidak menular akan menjadi penyebab 73% kematian di dunia. Tingginya insiden penyakit tidak menular disebabkan beberapa faktor salah satunya adalah peningkatan jumlah perokok pemula pada remaja. Jumlah perokok di Indonesia dilaporkan dalam data *The Tobacco Atlas 3rd Edition* pada tahun 2009 menyebutkan bahwa perokok Indonesia menduduki peringkat pertama di ASEAN, dengan persentase 46,16%. Selanjutnya data Riskesdas tahun 2018 oleh Kemenkes RI menunjukkan prevalensi merokok pada anak yang berusia 10 hingga 18 tahun mencapai 9,1%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok terhadap penyakit tidak menular. Metode penelitian menggunakan studi *cross sectional* dengan pendekatan kuantitatif dan teknik pengumpulan data yakni studi literatur. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan merokok terhadap penyakit tidak menular seperti hipertensi, stress, jantung koroner, PPOK, dan kanker paru dengan semua nilai p nya kurang dari 0,05. Sehingga kebiasaan merokok dapat menjadi faktor risiko penyakit tidak menular.

**Kata Kunci:** Kebiasaan Merokok, Penyakit Tidak Menular.

## 1. PENDAHULUAN

*World Health Organization* (WHO) memprediksi bahwa pada tahun 2020 penyakit tidak menular akan menjadi penyebab 73% kematian di dunia (Isa, 2017). Tingginya insiden penyakit tidak menular disebabkan beberapa faktor salah satunya adalah peningkatan jumlah perokok pemula pada remaja. Jumlah perokok di Indonesia dilaporkan dalam data *The Tobacco Atlas 3rd Edition* pada tahun 2009 menyebutkan bahwa perokok Indonesia menduduki peringkat pertama di ASEAN, dengan persentase 46,16% dari keseluruhan penduduk negara-

negara ASEAN. Sedangkan peringkat kedua, Filipina hanya memiliki presentase sebesar 16,62%. (Kemenkes, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa jumlah perokok Indonesia berkali lipatnya dibandingkan dengan negara lain di ASEAN.

Data dari Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kemenkes RI, menyebutkan adanya peningkatan prevalensi perokok muda dari tahun ke tahun, sebesar 20,30% pada tahun 2010 menjadi 23,10% pada tahun 2012 (Rikesdas, 2017). Selanjutnya data Riskesdas 2018 yang dilakukan oleh Kemenkes RI menunjukkan prevalensi merokok pada anak yang berusia 10 hingga 18 tahun mencapai 9,1%. Jika populasi pada kelompok usia itu sekitar 40,6 juta jiwa, maka sudah ada sekitar 3,9 juta anak yang merokok (Kemenkes, 2018). Peningkatan tersebut juga disampaikan melalui salah satu akun sosial media Kemenkes RI, yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan jumlah perokok usia muda dari 7,2% pada tahun 2013, meningkat menjadi 9,1% pada tahun 2018 (Sulastri, 2018). Seiring dengan peningkatan jumlah perokok remaja di Indonesia hal ini juga mengakibatkan terjadi peningkatan angka penyakit tidak menular atau *non communicable disease*.

Penyakit tidak menular seperti jantung dan stroke, setiap tahunnya membunuh 17,7 juta orang di dunia. Sekitar 31% dari jumlah korban global. Di Indonesia stroke (21,1%) dan penyakit jantung (12,9%) menjadi pembunuh nomor satu terbesar dan dua dari seluruh kematian di Indonesia. Penyakit tersebut adalah dampak dari perilaku merokok. Rokok yang menjadi salah satu fokus pada penelitian ini merupakan lintingan atau gulungan tembakau yang digulung/dibungkus dengan kertas, daun, atau kulit jagung, sebesar keliling dengan panjang 8-10 cm, biasanya dihisap seseorang setelah dibakar ujungnya. Hanya dengan membakar dan menghisap sebatang rokok saja, dapat diproduksi lebih dari 4000 jenis bahan kimia. 400 diantaranya beracun dan 40 diantaranya bisa berakumulasi dalam tubuh dan dapat menyebabkan kanker. Rokok tidak hanya membahayakan kesehatan bagi individu yang aktif menghisapnya namun juga membahayakan orang-orang di sekitarnya. Hal ini sesuai dengan ungkapan WHO yang menjelaskan bahwa tembakau adalah produk yang setiap tahunnya mengakibatkan lebih dari 7 juta kematian dan kerugian ekonomi sebesar USD 1.4 triliun, dihitung dari biaya perawatan dan hilangnya produktivitas. Berdasarkan data di atas peneliti bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok terhadap penyakit tidak menular.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan studi literatur.

## 3. KAJIAN LITERATUR DAN PENGEMBANGAN HIPOTESIS

Merokok merupakan istilah yang digunakan untuk aktivitas menghisap rokok atau tembakau dalam berbagai cara. Merokok itu sendiri ditujukan untuk perbuatan menyalakan api pada rokok sigaret atau cerutu, atau tembakau dalam pipa rokok yang kemudian dihisap untuk mendapatkan efek dari zat yang ada dalam rokok tersebut. Karena banyaknya zat kimia yang terkandung di dalam rokok maka sudah seharusnya perilaku merokok ini dihindari remaja Indonesia, namun yang terjadi adalah sebaliknya dimana rokok semakin digemari oleh remaja terbukti pada penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Andalas menunjukkan bahwa jumlah perokok pada pelajar SMKN Kota Padang tahun 2018, mencapai 166 siswa sedangkan siswa yang tidak merokok berjumlah 134 orang dari total 300 siswa. Penelitian lain yang dilakukan oleh mahasiswa Stikes Muhammadiyah Kudus tahun 2016 pada 25 siswa SMK menunjukkan

bahwa 15 dari 25 siswa adalah perokok aktif, serta didapatkan hasil bahwa 12 dari 15 siswa perokok aktif telah memulai perilaku merokok sejak di bawah usia 15 tahun (Trisanti, 2016).

Dampak kesehatan yang dapat timbul akibat perilaku merokok pada remaja seperti tekanan darah tinggi dan gangguan kerja jantung yang disebabkan oleh pengaruh bahan-bahan kimia yang terkandung di dalam rokok seperti nikotin dan tar. Selain itu menyebabkan penurunan sensitivitas indera penciuman dan pengecapan bagi perokok. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Saing pada tahun 2015 diperoleh nilai p value 0,005 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada remaja (Saing, 2016). Perilaku merokok bukan hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga pada kesehatan jiwa yang memiliki hubungan erat, seperti yang dijelaskan dalam hasil penelitian Bawuna tahun 2017 diperoleh nilai p value 0,000 yang berarti terdapat hubungan signifikan antara perilaku merokok dengan kejadian stress berat pada remaja (Bawuna, 2017). Selanjutnya Rachel R Huxley & Mark Woodward dalam penelitiannya tahun 2011 menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara merokok dengan kejadian jantung koroner dengan nilai p value 0,0001 (Huxley, 2011). Sedangkan penelitian yang dilakukan Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anwar, dkk pada tahun 2012 menjelaskan bahwa ada hubungan yang signifikan antara merokok dengan kejadian PPOK dengan nilai p value 0,005 (Anwar, 2012). Selanjutnya hasil uji statistik *Fisher's exact Chi Square* didapatkan nilai p value sebesar 0,035, maka dapat dinyatakan bahwa p value <0,05, sehingga dapat di simpulkan bahwa ada hubungan antara riwayat merokok dengan stadium kanker paru diruangan Nuri II RSUD Arifin Achmad (Dewi, 2014).

Kementerian Kesehatan mengeluarkan delapan strategi dalam mengupayakan pengurangan konsumsi rokok pada remaja Indonesia (Kemenkes, 2016). Delapan strategi tersebut antara lain: (1) Melakukan KIE melalui media masa (*leaflet*, poster, seminar, *talkshow*, *workshop*, *filler* TV, dll). (2) Secara teratur melaksanakan kampanye Hari Tanpa Tembakau Sedunia. (3) Melaksanakan jejaring kerja dengan berbagai lembaga swadaya masyarakat, universitas dan masyarakat madani dalam pengendalian tembakau. (4) Mengembangkan kawasan tanpa rokok di berbagai daerah, untuk melindungi masyarakat dari bahaya rokok. (5) Melaksanakan berbagai *capacity building* tingkat nasional dan lokal mengenai pengendalian tembakau, *round table* diskusi yang menghasilkan deklarasi perlindungan anak dari bahaya rokok, seminar, dll. (6) Menyusun dan memproses Peraturan Pemerintah (RPP) tentang pengamanan bahan yang mengandung zat adiktif berupa produk tembakau bagi kesehatan, sesuai dengan pasal 113 dan 116 Undang Undang No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan. (7) Mengembangkan strategi nasional pengendalian tembakau yang komprehensif. (8) Membuat *baseline* data prevalensi rokok serta melakukan pemantauan prevalensi dan kecenderungan konsumsi tembakau di masyarakat dengan berbagai survei, seperti RISKESDAS (Riset Kesehatan Dasar), Susenas, *survey* lain seperti *Global Youth Tobacco Survey*, *Global Adult Tobacco Survey*, dll dan membuat sistem informasi untuk memonitor masalah kesehatan akibat tembakau/rokok ini.

Bukan hanya sektor kesehatan saja yang telah menyiapkan strategi dalam mengurangi jumlah perokok di Indonesia, tetapi sektor keagamaan juga turut menyatakan sikap dengan mengesahkan fatwa yang memutuskan untuk mengharamkan rokok jika dilakukan di tempat umum, oleh anak-anak dan wanita hamil dengan pertimbangan aspek kesehatan serta berlandaskan kepada al-qur'an dan as sunnah (MUI, 2015). Meski sektor kesehatan dan keagamaan sudah matang dengan strategi intervensinya, namun pola asuh orang tua kepada anaknya tentu memiliki peran paling besar dalam mengawasi anak dan mencegah anak untuk memiliki perilaku merokok terlepas dari latar belakang etnis dan ras. Berdasarkan hasil studi terbaru di Amerika Serikat menyatakan bahwa orangtua yang menerapkan pola asuh "otoriter"

dan terstruktur, cenderung memiliki anak yang tidak merokok saat remaja. Hal ini diyakini oleh Heather Patrick dari *Health Behaviors Research Branch of the National Cancer Institute*, yang menyatakan bahwa struktur dan otoritas yang diterapkan dalam pengasuhan merupakan cara penting mencegah anak merokok.

#### 4. ESIMPULAN

Disimpulkan bahwa kebiasaan merokok dapat menjadi faktor risiko terhadap beberapa penyakit tidak menular diantaranya hipertensi, stress, jantung koroner, PPOK, dan kanker paru.

#### 5. REFERENSI

- Anwar, D. C. (2012). Hubungan derajat sesak napas penderita penyakit paru obstruktif kronik menurut kuesioner modified medical research council scale dengan derajat penyakit paru obstruktif kronik. *J Respir Indo* , 2012; 32: 200, 7.
- Bawuna, Noni. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Sam Ratulangi. *e-Journal Keperawatan (e-Kp)* , Volume 5 Nomor 2.
- Dewi, Y. I. (2014). Hubungan Riwayat Merokok Dengan Stadium Ca Paru. *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau* , 1(1), 1-6.
- Huxley, R. R. (2011). Cigarette smoking as a risk factor for coronary heart disease in women compared with men: a systematic review and meta-analysis of prospective cohort studies. *The Lancet* , 378(9799), 1297-1305.
- Isa, Lisna. (2017). Hubungan Tipe Kepribadian, Peran Orang Tua dan Saudara, Peran Teman Sebaya, dan Peran Iklan Rokok dengan Perilaku Merokok pada Siswa SMP Negeri 9 Kendari Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat* , Vol. 2/No.7/ Agustus 2017; Issn 2502-73.
- Kemkes. (2016). *Strategi Pengurangan Konsumsi Rokok*. [www.Kemkes.go.id/](http://www.Kemkes.go.id/).
- Kemkes (2018). *Angka Peningkatan Prevalensi Rokok pada Remaja*. <https://Dinkes.Bantenprov.Go.Id/Read/Berita/488/Pengertian-Merokok-Dan-Akibatnya.Html>.
- Kemkes. (2018). *Perilaku Merokok pada Remaja Meningkat* Kemenkes\_RI. [https://www.Instagram.Com/Kemkes\\_Ri/?Hl=Id](https://www.Instagram.Com/Kemkes_Ri/?Hl=Id).
- MUI. (2015). *Fatwa Rokok*. <https://Mui.Or.Id/>.
- Rikesdas. (2017). *Prevalensi Penyakit Tidak Menula*. <https://www.Depkes.Go.Id/Article/View/18013000002/Menkes- Html>.
- Saing, Johannes. (2016). Hipertensi pada Remaja. *Sari Pediatri* , Vol. 6, No. 4, Maret 2005: 159-165.
- Sulastri. (2018). Keinginan Berhenti Merokok pada Pelajar Perokok Berdasarkan Global Youth Tobacco Survey di SMK Negeri Kota Padang. *Jurnal FK Unand* .
- Trisanti, Ika. (2016). Remaja dan Perilaku Merokok. *The 3rd Universt Research Colloquium* .