

**PERILAKU MEROKOK DAN PENGALAMAN BENCANA PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS SYIAH KUALA
BANDA ACEH**

**SMOKING BEHAVIORS AND DISASTER EXPERIENCE AMONG SYIAH KUALA
UNIVERSITY STUDENTS IN BANDA ACEH**

T.Yurizal Novandi¹; Teuku Tahlil²

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

²Bagian Keilmuan Keperawatan Komunitas Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh

e-mail: yurizal@mhs.unsyiah.ac.id; tahlil@unsyiah.ac.id

ABSTRAK

Mahasiswa yang mendapatkan pemaparan terhadap pengalaman bencana akan menimbulkan kebiasaan baru akibat stres yang dialami, termasuk kebiasaan merokok. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan perilaku merokok dengan pengalaman bencana pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala Banda Aceh tahun 2016. Penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa di Universitas Syiah Kuala Banda Aceh yang berjumlah 23993 orang dengan sampel sebanyak 100 orang yang diambil dengan teknik *snowball sampling*. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara dengan analisa univariat dan analisa bivariate chi square. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku merokok (p -value = 0,023) dimanadari 89 responden yang mengalami pengalaman bencana pada tingkat keparahan ringan, 53,9% mempunyai perilaku merokok. Diharapkan bagi universitas untuk dapat mengatasi perilaku merokok pada mahasiswa yaitu dengan membuat tanda-tanda larangan merokok di fasilitas publik sehingga mahasiswa dapat mengurangi perilaku merokok di lingkungan Universitas.

Kata Kunci : Perilaku Merokok, Pengalaman Bencana, Mahasiswa

ABSTRACT

University students who experienced disasters developed new habit as the result of stress, including smoking behaviors. This study aims to determine the correlation between smoking habit and disaster experience of Syiah Kuala University students in Banda Aceh. This is a correlation study with cross sectional approach. The population in this study were all 23993 students at Syiah Kuala University from which 100 respondents were drawn using snowball sampling technique. Data were collected through interviews and analyzed with univariate and chi-square bivariate analysis. The results suggest that there was a significant correlation between smoking habit (p -value = 0.023) in which of the 89 respondents who smoked experienced mild level disasters at 53.9%. It is suggested that the university overcomes students' smoking habit by placing smoking ban signs around the campus so that they can reduce smoking at the University.

Keywords : Smoking Behavior, Disaster Experience, University Students

PENDAHULUAN

Gangguan stress pasca trauma dapat terjadi pada mahasiswa yang mendapatkan pemaparan terhadap pengalaman-pengalaman traumatis yang merupakan salah satu populasi yang paling rentan mengalami gangguan stress pascatrauma, karena perubahan pada system kerja otak mereka yang masih bersifat permanen dan keterampilan coping mereka yang belum cukup dibangun untuk mengatasi kejadian bencana (Baggerly&Exum, 2008). Coping yang digunakan setiap individu bermacam-macam salah satunya adalah dengan merokok, meskipun semua orang mengetahui akibat negative dari merokok, tetapi jumlah perokok semakin meningkat dan usia perokok semakin bertambah muda (Hawari, 2011).

Menurut Ng (2014), prevalensi merokok atau konsumsi rokok di 187 negara di dunia dari tahun 1980-2012, terus meningkat termasuk di Banglades, China dan Rusia. Pada 2012 sebanyak 967 juta orang di 187 negara di dunia merokok setiap hari padahal pada tahun 1980 hanya 721 juta orang merokok. Ng juga melaporkan bahwa sekitar 3 dari 10 laki-laki (31%) dan 1 dari 20 perempuan (6%) kini setiap hari merokok. Timor Leste merupakan negara yang memiliki proporsi jumlah perokok tertinggi yaitu 61% dari total populasinya sedangkan negara yang terendah yaitu Antigua dan Barbuda sebanyak 5% (Ng, 2014).

Prevalensi perokok di Indonesia pada tahun 2013 sebanyak 29,3% dengan jumlah proporsi perokok setiap hari sebanyak 24,3% dan perokok kadang-kadang sebanyak 5,0%, proporsi perokok saat ini terbanyak di Kepulauan Riau dengan perokok setiap hari sebanyak 27,2% dan kadang-kadang merokok sebanyak 3,5%(Riskesdas, 2013). Proporsi perokok setiap hari untuk umur 10-14 tahun sebanyak 0,5% dan kadang-kadang merokok sebanyak 0,9%, sedangkan untuk umur 15-19 tahun perokok setiap hari sebanyak 11,2% dan kadang-kadang merokok sebanyak 7,1% (Riskesdas, 2013). Prevalensi perokok di Provinsi Aceh untuk penduduk umur ≥ 10 tahun menurut kebiasaan merokok yaitu

perokok setiap hari sebanyak 25,0% dan kadang-kadang merokok sebanyak 4,3%, dengan rata-rata jumlah batang rokok yang dihisap penduduk umur ≥ 10 tahun di Aceh adalah sebanyak 15,3 batang (Riskesdas, 2013).

Beckham et al, Feldner, Babson, & Zvolensky (dikutip dari Garey, 2016), bahwa orang yang terpajan trauma (dengan atau tanpa gangguan stres pasca-trauma [PTSD]) lebih mungkin menjadi perokok, kebiasaan merokok pada individu dengan gangguan stress pasca trauma termasuk tinggi(PTSD, 40%-60%) dan individu ini juga lebih cenderung menjadi perokok berat yaitu merokok lebih dari 20 batang per hari. Dalam sebuah studi Breslau, Davis, & Schultz, mengemukakan gangguan stress pasca trauma berhubungan dengan peningkatan empat kali lipat merokok (Kirby, 2008). Tingkat stres pasca trauma yang secara signifikan memiliki hubungan positif dengan tingkat merokok, secara kolektif faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres pasca trauma dan merokok di kalangan remaja yaitu remaja yang sering terkena peristiwa traumatis, paparan traumatis tersebut berkaitan dengan tingkat merokok yang tinggi dan tingkat stres pasca trauma yang relatif lebih besar berkaitan dengan kemungkinan meningkatkan perilaku merokok (Feldner, 2008).

Orang yang terlanjur memiliki Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ningrum (2014), tentang hubungan tingkat stress dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di Desa Tolomato Kecamatan Suwawa Tengah Kabupaten Bone Bolango terhadap 81 remaja laki-laki yang berumur 11-20 tahun, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat stress dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki ($p = 0,034$). Penelitian Ningrum tersebut merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan uji chi square dengan tingkat kepercayaan 95%.

Dari uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Perilaku Merokok Dengan Pengalaman Bencana Pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *korelasi* dengan desain *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa di Universitas Syiah Kuala Banda Aceh yang berjumlah 23993 mahasiswa. Kemudian untuk melakukan pemilihan sampel, penulis menggunakan *metode snowball sampling* sebanyak 100 responden. Alat ukur yang digunakan yaitu kuesioner tertutup dalam bentuk *dischotomous questions* dan kuesioner dari *Impact of event scale-revised (IES-R)*. analisa data menggunakan analisa *univariate* dan analisis *bivariate* dengan uji *chi square*.

HASIL

Tabel 1 menggambarkan karakteristik responden terdiri dari, usia, status tempat tinggal, dan asal/suku.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian (n=100)

No	Karakteristik Individu	n	%
Umur			
1	19 tahun	33	33,0
2	20 tahun	39	39,0
3	21 tahun	3	3,0
4	22 tahun	13	13,0
5	23 tahun	8	8,0
6	24 tahun	2	2,0
7	25 tahun	2	2,0
Status Tempat Tinggal			
1	Kost	72	72,0
2	Dengan Orang Tua	18	18,0
3	Dengan Saudara	10	10,0
Asal/Suku			
1	Aceh	81	81,0
2	Gayo	5	5,0
3	Jawa	8	8,0
4	Medan	6	6,0

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden berumur 20 tahun yaitu sebanyak 39 orang (39,0%), status tempat tinggal dinyatakan sebagai rumah/kamar sewa (kost) sebanyak 72 orang (72,0%) dan suku bangsa Aceh sebanyak 81 orang (81,0%).

Perilaku Merokok

Adapun gambaran perilaku merokok mahasiswa Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Proporsi Perilaku Merokok Responden Penelitian (n=100)

No	Kategori	n	%
Merokok Harian			
1	Merokok	29	29,0
2	Tidak Merokok	71	71,0
Merokok Mingguan			
1	Merokok	32	32,0
2	Tidak Merokok	68	68,0
Merokok Bulanan			
1	Merokok	47	47,0
2	Tidak Merokok	53	53,0
Merokok Setahun			
1	Merokok	58	58,0
2	Tidak Merokok	42	42,0
Merokok Selama Hidup			
1	Merokok	58	58,0
2	Tidak Merokok	42	42,0

Diketahui dari tabel 2 menunjukkan bahwa kebanyakan responden bukan perokok harian (71,0%), tapi merupakan perokok mingguan (68,0%), perokok bulanan (53,0%). Tabel 2 juga menjelaskan kebanyakan responden pernah merokok setahun yang lalu yaitu sebanyak 58 responden (58,0%) dan selama hidupnya sebanyak 58 responden (58,0%).

Sesuai dengan tabel proporsi perilaku merokok diatas, maka perilaku merokok dibagi menjadi 2 kategori yaitu merokok dan tidak merokok, hasil pengkategorian ini dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini:

Tabel 3. Perilaku Merokok Responden Penelitian (n=100)

No	Kategori	n	%
1	Tidak Merokok	42	42,0
2	Merokok	58	58,0

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa kebanyakan responden adalah perokok yaitu sebanyak 58 responden (58,0%).

Pengalaman Bencana

Adapun jenis pengalaman bencana pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, secara rinci dapat dilihat pada tabel 4 berikut:

Tabel 4. Jenis Pengalaman Bencana Pada Responden Penelitian (n=100)

No	Jenis Pengalaman Bencana	n	%
1	Gempa Bumi	87	87,0
2	Banjir	9	9,0
3	Sakit Parah	2	2,0
4	Angin	2	2,0

Tabel 4 diatas menunjukkan bahwa mayoritas pengalaman bencana pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala Banda Aceh yaitu Gempa Bumi sebanyak 87 responden (87,0%). Tingkat keparahan pengalaman bencana mahasiswa dibagi menjadi 3 kategori yaitu ringan, sedang dan berat, secara rinci dapat dilihat pada tabel 5 berikut:

Tabel 5. Tingkat Keparahannya Pengalaman Bencana Pada Responden Penelitian(n=100)

No	Kategori	n	%
1	Ringan	89	89,0
2	Sedang	11	11,0
3	Berat	0	0,0

Tabel 5 di atas menunjukkan bahwa mayoritas tingkat keparahan pengalaman bencana pada mahasiswa Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, termasuk kategori ringan, yaitu sebanyak 89 responden (89,0%).

Hubungan Perilaku Merokok Dengan Pengalaman Bencana

Uji chi square digunakan untuk menganalisa hubungan perilaku merokok dengan pengalaman bencana pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, hasil analisis ini dijelaskan pada tabel berikut ini:

Tabel 6. Hubungan Perilaku Merokok Dengan Pengalaman Bencana Pada Responden Penelitian(n=100)

Pengalaman Bencana	Perilaku Merokok				Total	α	ρ
	Tidak Merokok		Merokok				
	f	%	f	%			
Ringan	41	46,1	48	53,9	89	100	
Sedang	1	9,1	10	90,9	11	100	0,05 0,025
Jumlah	42	42,0	58	58,0	100	100	

Tabel 6 di atas diketahui bahwa dari 89 mahasiswa Universitas Syiah Kuala Banda Aceh yang mengalami pengalaman bencana pada tingkat keparahan ringan, 48 responden (53,9%) mempunyai perilaku merokok. Sedangkan dari 11 responden yang mengalami pengalaman bencana pada tingkat keparahan sedang 10 responden (90,9%) mempunyai perilaku merokok. Hasil uji *chi square* dengan taraf signifikan 95% (α 0,05), di dapatkan adahubungan yang signifikan antara perilaku merokok dengan pengalaman bencana pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala Banda Aceh (p -value 0,023).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hubungan yang signifikan hubungan antara perilaku merokok dengan pengalaman bencana pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala Banda Aceh.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian Ningrum (2014), tentang hubungan tingkat stres dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di Desa Tolomato Kecamatan Suwawa Tengah Kabupaten Bone Bolango didapatkan hasil terdapat hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki ($p = 0,034$).

Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Feldner (2008), bahwa tingkat stres pasca trauma yang secara signifikan memiliki hubungan positif dengan tingkat merokok. Secara kolektif faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres pasca trauma dan merokok di kalangan remaja yaitu

remaja yang sering terkena peristiwa traumatis, paparan traumatis tersebut berkaitan dengan tingkat merokok yang tinggi dan tingkat stres pasca trauma yang relatif lebih besar berkaitan dengan kemungkinan meningkatkan perilaku merokok.

Gangguan stres pasca trauma adalah gangguan pemulihan yang ditandai oleh ketidakmampuan untuk pulih dari reaksi stres untuk peristiwa traumatis (Kessler et al, 1995). Peristiwa traumatik merupakan pengalaman yang didapatkan dari hasil peristiwa traumatis atau mengancam jiwa seperti serangan teroris, kejahatan kekerasan dan pelecehan, pertempuran militer, bencana alam, kecelakaan serius atau serangan pribadi kekerasan (McKeown, 2004).

Menurut Cafasso (2016), seseorang yang mengalami pengalaman yang menyedihkan berdampak pada perasaan terancam, cemas, dan takut. Dalam beberapa kasus, mereka mungkin tidak tahu bagaimana merespon, atau sedang dalam penyangkalan tentang efek pengalaman traumatis tersebut. Orang tersebut akan membutuhkan dukungan dan waktu untuk pulih dari pengalaman traumatik serta mendapatkan kembali stabilitas emosional dan mental.

Koping yang digunakan setiap individu bermacam-macam salah satunya adalah dengan merokok, meskipun semua orang mengetahui akibat negatif dari merokok, tetapi jumlah perokok semakin meningkat dan usia perokok semakin bertambah muda (Hawari, 2011). Terdapat ada dua alasan seseorang tidak mudah berhenti merokok, yaitu faktor ketergantungan atau adiksi pada nikotin dan faktor psikologis yang merasakan adanya perasaan kehilangan sesuatu jika berhenti merokok. Faktor psikologis inilah yang mendorong seseorang merokok memperoleh perasaan yang menyenangkan yang dapat menghilangkan stress kondisi inilah bangkit hasrat untuk mengulangi perilaku (Aula, 2010).

Pengalaman bencana dapat mempengaruhi seseorang untuk berperilaku merokok, hal ini disebabkan oleh faktor

psikologis responden, dimana gejala yang timbul dari pengalaman bencana yaitu responden merasa memiliki ingatan yang kuat tentang kejadian bencana, mencoba untuk menghapus kejadian bencana dari pikiran, mengalami mimpi berulang-ulang tentang kejadian bencana yang mengganggu pikiran dan menghindari untuk membicarakan segala sesuatu yang berhubungan dengan kejadian bencana. Hal ini membuat responden berperilaku merokok untuk mengalihkan pengalaman bencana yang menyedihkan dan berhenti memikirkan sesuatu pengalaman yang tidak menyenangkan, dimana salah satu efek rokok dapat membuat responden merasa tenang.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan pada 100 mahasiswa di Universitas Syiah Kuala Banda Aceh ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara perilaku merokok dengan pengalaman bencana (p -value = 0,023). Untuk itu disarankan agar mahasiswa mengurangi tingkat keparahan akibat pengalaman bencana yang dialami dengan melakukan kegiatan yang bersifat positif seperti pengajian dan olah raga atau melakukan konsultasi ke psikiater untuk mencari solusi yang baik agar tidak sampai mengalami *stress* yang berkepanjangan.

Bagi Universitas Syiah Kuala perlu membuat tanda-tanda larangan merokok di fasilitas publik sehingga mahasiswa dapat mengurangi merokok di lingkungan Universitas. Universitas juga perlu memberikan perkuliahan umum mengenai kesiapan menghadapi bencana, penyuluhan mengenai bahaya merokok dan memfasilitasi mahasiswa dalam mengurangi trauma akibat bencana. Untuk peneliti lain yaitu perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan membuat pengalaman bencana dengan jenis bencana yang lebih khusus dan pengalaman bencana yang masih segar dalam ingatan responden yang dapat mempengaruhi perilaku merokok serta pengambilan sampel dilakukan

dalam skala besar dan dengan penelitian kualitatif.

REFERENSI

- Aula, L.E. (2010). *Stop merokok*. Jogjakarta: Garailmu.
- Baggerly.,& Exum. (2008). Counseeling children after natural disaster: guidance for family therapists. *The American Journal of Family Therapy*, 36, 79–93.
- Cafasso, J. (2016). *Traumatic events*. Available from <http://www.healthline.com/>
- Feldner, M.T. (2008). Smoking and posttraumatic stress symptoms among adolescents: Does anxiety sensitivity matter?. *University of Arkansas Addictive Behaviors*, 33, 1470–1476.
- Garey, L. (2016). Posttraumatic stress symptom severity and cognitive-based smoking processes among trauma-exposed treatment-seeking smokers: The role of perceived stress. *Department of Psychology, University of Houston, Houston, TX, United States. Elsevier, Addictive Behaviors* 60, 84–89
- Hasnida.,& Kemala, I.d. (2005). Hubungan antara stress dan perilaku merokok pada remaja laki-laki. *Psikologia*, 1 (2), 105-111.
- Hawari, D. (2011). *Manajemen stres cemas dan depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Kirby, A.C. (2008). Smoking in help-seeking veterans with PTSD returning from Afghanistan and Iraq. *Durham VA Medical Center Addictive Behaviors*, 33, 1448–1453.
- McKeown-Eyssen G, Baines C, Cole DE, Riley N, Tyndale RF, et al. (2004). Case-control study of genotypes in multiple chemical sensitivity: *CYP2D6, NAT1, NAT2, PON1, PON2 and MTHFR*. *Int J Epidemiol*. 33:971–8.
- Ng, M (2014). Smoking prevalence and cigarette consumption in 187 countries, 1980-2012. *Journal Of The American Medical Association*, 311 (2), 183-192.
- Ningrum, T.P. (2014), *Hubungan tingkat stress dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di Desa Tolomato Kecamatan Suwawa Tengah Kabupaten Bone Bolango*. Jurusan Ilmu Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ochtiasari.A.T. (2003). Empati dan perilaku merokok di tempat umum. fakultas psikologi, *Universitas Islam Indonesia. Jurnal Psikologi*, 2, 81-90.
- Riskesdas.(2013). *Badan penelitian dan pengembangan kesehatan*. Departemen Kesehatan RI
- Rosita, R. (2012). Penentu keberhasilan berhenti merokok pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat. KEMAS* 8 (1), 1-9.
- Sugiyono.(2012). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif*. Bandung: CV Alfabeta
- Undang-Undang No 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana
- Welch, G.H. (2015). Cigarette smoking and 9/11-related posttraumatic stress disorder among World Trade Center Health Registry enrollees. *Preventive Medicine*. 73, 94–99.