

## PERILAKU ADIKSI MEROKOK PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA DI RT 03/07 DESA SUKASARI KECAMATAN GUNUNGHALU

Silmi Zakiyah<sup>1</sup>, Resti Okta Sari<sup>2</sup>

[silmizakiyah1611@gmail.com](mailto:silmizakiyah1611@gmail.com)<sup>1</sup>, [restioktasari@fkip.unsri.ac.id](mailto:restioktasari@fkip.unsri.ac.id)<sup>2</sup>

IKIP Siliwangi

### ABSTRAK

*Adiksi merokok adalah keadaan di mana seseorang tidak dapat melepaskan diri dari kebiasaan merokok. Kondisi ini menyebabkan individu tetap bergantung pada rokok, bahkan merasa gelisah jika tidak merokok dalam sehari. Meskipun menyaari dampak negatifnya terhadap keuangan, Kesehatan, interaksi sosial, dan lainnya. Penelitian ini berfokus pada siswa sekolah menengah pertama yang masih aktif merokok dan telah mencoba beberapa kali untuk berhenti, namun tidak berhasil karena pengaruh lingkungan sekitar. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan teknik wawancara dengan siswa laki-laki SMP berjumlah 3 orang. Siswa laki-laki sekolah menengah pertama ini rata-rata umur 13-14 tahun dengan rata-rata jumlah rokok yang dihabiskan adalah minimal 5 batang perhari. Mereka juga sudah mendapatkan informasi yang cukup mengenai resiko dan dampak kesehatan yang disebabkan oleh merokok, akan tetapi tetap saja tidak ada rasa ketakutan dari dampak negatif tersebut. Kesimpulannya, perilaku merokoksiswa dapat diminimalkan dengan mengelola lingkungan dan hubungan pergaulan mereka, baik lingkungan sekolah maupun di rumah.*

**Kata Kunci:** Adiksi, merokok, Siswa.

### PENDAHULUAN

Kata “adiksi” berasal dari Bahasa Inggris, yaitu “addiction”, yang berarti kecanduan. Adiksi merujuk pada kondisi ketergantungan, baik secara fisik maupun psikologis, terhadap suatu obat bius. Secara umum, adiksi terjadi karena ketidakmampuan untuk menahan efek withdrawal, yang mendorong seseorang untuk terus mengonsumsi zat adiktif tersebut. Salah satu penyebab adiksi adalah dukungan sosial, dan pada anak, pengaruh kuat lingkungan sekitar dan pergaulan teman turut berperan dalam munculnya adiksi.

Rokok saat ini tetap menjadi permasalahan global yang terus menjadi sorotan hingga saat ini, dan kelompok remaja menjadi target utama dalam pemasaran produk tembakau. Perokok remaja dianggap sebagai calon pelanggan tetap bagi industri rokok, tetapi ini dapat merugikan kualitas generasi penerus bangsa. Jika kebiasaan merokok dimulai pada usia 10 tahun atau bahkan lebih muda, kecenderungan untuk menjadi perokok berat dan melibatkan diri dalam kebiasaan merokok secara teratur lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang mulai merokok pada usia yang lebih tua.

Perilaku adiksi merokok pada pelajar SMP (Sekolah Menengah Pertama) merupakan isu yang serius dan perlu mendapat perhatian. Bahkan di negara yang maju kebiasaan merokok ini semakin menurun, berbeda dengan negara yang berkembang kebiasaan merokok malah semakin meningkat. Menurut pengamatan WHO terkait Tingkat kecerdasan suatu komunitas yang pada dasarnya mencerminkan pemahaman mengenai risiko merokok terhadap Kesehatan. Studi menunjukkan bahwa di Indonesia, terjadi peningkatan jumlah perokok, dengan peningkatan yang paling signifikan terjadi dikalangan remaja.

Pada suatu penelitian yang dilakukan di Pekanbaru ditemukan bahwa 335 atau 35,1% remaja putra dan 11 atau 1,2% remaja putri mempunyai perilaku merokok. Penelitian lain di Sukasada menemukan bahwa dari 75 siswa SMP, 17 atau 22,7% merupakan perokok aktif. Alasan perilaku merokok di kalangan remaja bermacam-macam, antara lain rasa ingin tahu, kebosanan, dan tekanan teman sebaya. Persepsi terhadap rokok juga berperan dalam menentukan apakah individu tersebut akan merokok atau tidak, siswa yang memiliki persepsi negatif terhadap rokok cenderung kecil kemungkinannya untuk merokok. Namun masih ada sebagian siswa yang memilih merokok karena kecanduan atau keinginan untuk menyesuaikan diri dengan teman sebayanya. Perilaku merokok di kalangan remaja menjadi perhatian karena dapat menimbulkan kecanduan dan dampak negatif terhadap kesehatan di masa depan.

Dari perspektif ekonomi, industri tembakau telah memberikan kontribusi sebesar 10,11% terhadap anggaran pendapatan dan belanja negara (APBN) Indonesia pada tahun 2020. Meskipun besarnya kontribusi ini, keberadaan industri rokok telah menimbulkan kontroversi. Di satu sisi, rokok dianggap memiliki dampak negative terhadap Kesehatan perokok, baik secara aktif maupun pasif. Namun, di sisi lain rokok juga diakui memberikan kontribusi positif dengan menyumbang pada dana APBN (Saputra, 2021).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa sekitar 225.700 orang di Indonesia meninggal dunia akibat merokok, yang mengandung berbagai zat berbahaya (Cameng & Fasini, 2020). Rokok mengandung zat seperti tar, benzene, formaldehida, nikotin, karbon monoksida dan hydrogen sianida, yang dapat menyebabkan berbagai penyakit mulai dari masalah mulut hingga gangguan pada organ pernafasan. Penelitian oleh para ahli Kesehatan menunjukkan bahwa kanker, penyakit jantung, gangguan paru-paru dan stroke menjadi penyebab utama kematian akibat konsumsi rokok.

Orang kesulitan menghindari rokok karena adanya kandungan nikotin dalam tembakau. Nikotin ini memiliki kemampuan untuk merangsang hormon dopamine dalam otak, menciptakan perasaan senang dan nyaman. Selain itu, faktor lingkungan sosial juga memainkan peran, Dimana pergaulan sekitarnya mungkin cenderung merokok. Akibatnya, individu yang kecanduan rokok mungkin mengalami kecemasan, kesulitan konsentrasi, dan mudah marah, sehingga mereka merasa tidak nyaman. Hal ini dapat memicu keinginan untuk Kembali merokok guna mengurangi efek putus nikotin yang mereka alami.

## **METODOLOGI**

Peneliti menggunakan metode kualitatif dengan teknik wawancara untuk mengumpulkan informasi. Wawancara adalah bentuk komunikasi antara pewawancara dan narasumber untuk mendapatkan data dari narasumber. Pilihan wawancara yang digunakan adalah bebas terpimpin, yang mana narasumber diberikan pertanyaan terbuka, dan seiring berjalannya proses wawancara, informasi yang relevan akan muncul. Peneliti memilih metode kualitatif untuk merinci data mengenai karakteristik dan perilaku merokok siswa. Perilaku merokok diukur melalui pengakuan siswa mengonsumsi rokok dalam satu bulan terakhir. Data dari hasil wawancara kemudian dianalisis secara deskriptif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL**

Dalam penelitian ini melibatkan 3 narasumber dengan usia 13-14 tahun. 3 narasumber tersebut berada dalam kategori adiktif sedang dengan jumlah konsumsi rokok minimal 5 batang perhari. Mereka adalah perokok aktif ada yang dimulai sejak bangku kelas 4 SD Adapun sejak bangku kelas 7 SMP. Ia memutuskan menjadi perokok karena ada rasa penasaran dan keingintahuannya karena melihat teman-temannya yang lain. Mereka

membeli rokok dengan uang jajan yang dikasih oleh orang tuanya, dan yang menyebabkan ia ingin terus-menerus merokok adalah lingkungan sekitarnya dan teman-temannya yang merokok. Sebenarnya ia sempat berhenti tidak merokok lagi dalam waktu seminggu akan tetapi Ketika dia bergabung lagi dengan teman-temannya yang suka merokok makai ia tergoda untuk merokok lagi. Mereka pun menjelaskan bahwa jika tidak merokok dalam satu hari saja pasti ngerasa gelisah dan merasa ada yang kurang.

Manfaat yang mereka rasakan dari merokok dari dulu sampai sekarang ialah mengurangi rasa stress dan bagi mereka merokok adalah sebagai obat stress. Mereka pun pernah mendapatkan informasi yang cukup mengenai dampak kesehatan yang disebabkan oleh merokok. Namun beberapa dari mereka hanya paham bahwa asap rokok hanya berbahaya bagi perokok aktif sedangkan mereka belum mengetahui dampak bagi perokok pasif. Maka dari itu mereka tetap saja tidak ada rasa ketakutan sama sekali dan bahkan tidak ada niatan untuk berhenti merokok. Bahkan dulu mereka berani bolos sekolah karena merokok ketika ditanya alasan mereka merokok di jam sekolah adalah tidak bisa menahannya. Karena sudah sering kali dipanggil oleh kesiswaan di sekolah maka mereka memutuskan untuk berhenti merokok di sekolah akan tetapi masih tidak bisa berhenti merokok di luar jam sekolah.

## **PEMBAHASAN**

Penyebab dari kebiasaan perilaku merokok yang merugikan kesehatan telah menjadi topik diskusi yang luas. Hasil survei menunjukkan bahwa rata-rata usia memulai merokok yang rendah terlihat pada sekitar sepertiga pelajar di Indonesia, yang mulai merokok pada usia sekitar 10 tahun atau lebih muda. Situasi ini menjadi ancaman serius karena memulai merokok pada usia yang sangat muda dapat meningkatkan risiko menjadi perokok dalam jangka waktu yang lebih Panjang. Selain itu, sebagian besar perokok ringan di usia sekolah memiliki kecenderungan untuk beralih menjadi perokok berat dalam dua atau tiga tahun setelah mereka lulus dari sekolah.

Awal merokok pada usia yang rendah memiliki dampak kesehatan yang sangat negative, karena terdapat hubungan signifikan antara perokok aktif pada masa anak-anak dan remaja dengan risiko kerusakan fungsi paru-paru, asma dan aterosklerosis.

Dari segi ekonomi, kebiasaan merokok dapat mengakibatkan pemborosan sumber daya tanpa mendatangkan manfaat. Penelitian menunjukkan bahwa kerugian ekonomi yang disebabkan oleh merokok di Indonesia hamper mencapai Rp. 600 triliun. Kerugian ini disebabkan oleh kematian premature, penurunan produktivitas, dan beban finansial yang ditanggung oleh perokok beserta keluarga mereka, penyedia layanan Kesehatan, penyedia asuransi, dan Perusahaan tempat mereka bekerja. Dampak negative dari tembakau dan merokok terlihat secara jelas dalam peningkatan kematian premature akibat penyakit terkait tembakau dan juga lonjakan kasus penyakit yang disebabkan oleh konsumsi tembakau. Dari segi nilai uang, kerugian meningkat dari 245,41 triliun rupiah pada tahun 2010 menjadi 378,75 triliun rpiah pada tahun 2013.

Menurut kementerian Kesehatan Republik Indonesia, perokok aktif didefinisikan sebagai individu yang secara rutin mengonsumsi rokok dengan minimal 1 batang setiap harinya. Penemuan yang dilaporkan oleh (Alamsyah dan Nopianto, 2017, Hadi,2013) mengindikasikan bahwa usia dan Tingkat Pendidikan mempengaruhi perilaku merokok seseorang. Semakin tua usia seseorang, keinginan untuk merokok cenderung menurun, dan seiring dengan peningkatan Tingkat Pendidikan dan pengetahuan, kecenderungan untuk merokok juga menurun. Hasil ini menggambarkan bahwa pada tahap awal dewasa, individu lebih cenderung untuk merenungkan Keputusan mereka terakit kebiasaan meroko.

Kondisi ini juga memperlihatkan bahwa di daerah ini rokok sudah mulai dikonsumsi oleh kalangan siswa sekolah menengah pertama bahkan dari sekolah dasar. Dan penyebab

mereka merokok adalah karena lingkungan dan pergaulan pertemanan mereka yang tidak bisa di kontrol, yang dilihat langsung oleh peneliti di daerah ini banyak usia siswa sekolah menengah pertama yang sudah bergaul dengan para pemuda dan mereka kebanyakan merokok, kemudian ia mencoba untuk meroko, itulah penyebab siswa laki-laki sekolah menengah pertama ini lama kelamaan tidak bisa berhenti merokok karna pergaulannya yang salah.

## **KESIMPULAN**

Dapat disimpulkan dari hasil penelitian diatas bahwa siswa laki-laki sekolah menengah pertama sudah merokok sejak ia dibangku SD kelas 4 dan dibangku SMP kelas 7, penyebab mereka merokok adalah karena tingginya rasa keingintahuan mereka dan melihat teman-temannya atau lngkungannya yang merokok dari sanalah rasa peasarannya meningkat. Ketika sudah memulainya mereka tidak bisa berhenti bahkan sampai merasa ketergantungan dan mereka merasakan bahwa rokok adalah obat stress mereka. Dapat disimpulkan kembali bahwa perilaku siswa yang merokok dapat dicegah dengan mengontrol lingkungan dan pergaulan siswa tersebut melalui sosialisasi bahaya merokok baik di rumah, sekolah maupun lingkungan tempat tinggal siswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Rahayuwati, L., Lukman, M., Rahayu, E., & Ridwan, M. (2018). Program RIAS (Remaja Siaga Asap Rokok): Mencegah dan Mengatasi Adiksi Rokok pada Remaja di Cisaranten Kulon. *Media Karya Kesehatan*, 1(1).
- Suryati, T., & Tarigan, I. U. (2019). Perilaku Konsumsi Tembakau Pelajar SMP Usia 13–15 Tahun di Sumatra dan Jawa (Analisis Indonesia–Gyts 2009) (Behavior Tobacco Consumption of Junior High School Student Aged 13–15 Years in Sumatra and Java (Analysis of Indonesia–Gyts 2009)). *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 16(3), 20854.
- Wiryanatha, M. A., & LS, A. (2014). PERILAKU MEROKOK PADA SISWA LAKI-LAKI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKASADA II. *E-Jurnal Medika Udayana*, 3(3).
- Sirait, A. M., Pradono, Y., & Toruan, I. L. (2002). Perilaku merokok di Indonesia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 30(3).
- Taufick, A. L. K., Nugroho, A. D., Wulandari, A. A., Budiman, D. T., Wibisono, A. B., & Leda, F. J. (2023). Dinamika Adiksi Perokok Dalam Usahanya Untuk Berhenti Merokok. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 6(1), 1-28.