

**TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG BAHAYA MEROKOK DAN  
MINUMAN KERAS PADA SISWA KELAS X DI SMA DAN SMK  
SEKECAMTAN KANDANGAN KABUPATEN KEDIRI TAHUN  
PELAJARAN 2020/2021**

**ARTIKEL SKRIPSI**



**Oleh  
AMI SAPTA DIKI  
NIM. 158121**

**SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA JOMBANG  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
2020**

**TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG BAHAYA MEROKOK DAN  
MINUMAN KERAS PADA SISWA KELAS X DI SMA DAN SMK  
SEKECAMTAN KANDANGAN KABUPATEN KEDIRI TAHUN  
PELAJARAN 2020/2021**

<sup>1</sup>Ami Sapta Diki, <sup>2</sup>Kahan Tony Hendrawan  
e-mail :

<sup>1,2</sup>Pendidikan Jasmani STKIP PGRI JOMBANG

**ABSTRAK**

Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Kesehatan merupakan hal yang paling penting dan mendasar bagi semua orang. Oleh karena itu setiap manusia pasti menginginkan hidup yang sehat baik sehat jasmani dan rohani. Dapat diketahui bahwa kesadaran akan kesehatan merupakan pondasi awal terbentuknya gaya hidup sehat. Faktor - faktor yang melatar belakangi remaja merokok adalah karena pergaulan teman, faktor keluarga, dan iklan. Banyak orang yang menggunakan rokok untuk mengurangi perasaan negatif, misalnya bila dia marah, cemas, gelisah rokok dianggap sebagai penyelamat. Mereka menggunakan rokok bila perasaan tidak enak terjadi sehingga terhindar dari perasaan tidak enak. Faktor keluarga yang tidak harmonis keluarga seharusnya menjadi wadah untuk menikmati kebahagiaan supaya anak tidak merokok atau minum-minuman keras.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Dan Minuman Keras Pada Siswa Kelas X di Sma Dan Smk Sekecamatan Kandangan Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2020/2021. Penelitian ini merupakan penelitian *Survey* dengan pendekatan *Kuantitatif*, menggunakan model "*Cross-sectional*", sampel pada penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah 271 Siswa Kls X Di Sma Dan Smk Sekecamatan Kandangan Kabupaten Kediri. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Penelitian ini menggunakan teknik *deskriptif kuantitatif* dengan bantuan program komputer SPSS 20.0 For windows. Hasil analisis berdasarkan hasil analisis data di atas dapat di simpulkan bahwa pada perhitungan SPSS yang menyatakan bahwa nilai

diketahui pengetahuan siswa kelas X SMA, SMK, Se-Kecamatan Kandangan Kabupaten Kediri memiliki tingkat pengetahuan bahaya merokok pada jantung pada rokok, dapat disimpulkan bahwa presentase tingkat pengetahuan siswa dalam mengetahui bahaya merokok pada jantung pada kategori sangat tinggi. Yang artinya sebagian besar siswa mengetahui bahaya merokok bagi kesehatan.

**Kata Kunci :** *Tingkat Pengetahuan Bahaya Merokok, Minuman Keras.*

## **ABSTRACT**

*Health is a state of well-being of body, soul, and social that enables everyone to live socially and economically productive lives. Health is the most important and basic thing for everyone. Therefore, every human being wants to live a healthy life, both physically and mentally healthy. It can be seen that health awareness is the initial foundation for the formation of a healthy lifestyle. The factors behind adolescent smoking are due to the association of friends, family factors, and advertisements. Many people use cigarettes to reduce negative feelings, for example when they are angry, anxious, nervous, smoking is considered a savior. They use cigarettes when bad feelings occur so as to avoid bad feelings. Family factors that are not in harmony with the family should be a place to enjoy happiness so that children don't smoke or drink alcohol.*

*This study aims to determine the level of knowledge about the dangers of smoking and alcohol in class X students in SMA and SMK Sekecamtan Kandangan, Kediri Regency in the 2020/2021 academic year. This research is a survey research with a quantitative approach, using a "Croos-sectional" model, the sample in this study uses a purposive sampling method. The sample in this study were 271 students of class X in high school and vocational school, Kandangan sub-district, Kediri regency. The data collection method in this study used a questionnaire. This study uses a quantitative descriptive technique with the help of the computer program SPSS 20.0 For Windows. The results of the analysis based on the results of the data analysis above can be concluded that the SPSS calculation states that the value of*

*it is known that the knowledge of class X students of SMA, SMK, Kandangan Sub-district, Kediri Regency has a level of knowledge of the dangers of smoking on the heart in cigarettes, it can be concluded that the percentage level of knowledge of students in knowing the dangers of smoking on the heart is in the very high category. Which means most students know the dangers of smoking to health.*

**Keywords:** *Level of Knowledge of the Dangers of Smoking, Liquor.*

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Kesehatan merupakan hal yang paling penting dan mendasar bagi semua orang. Oleh karena itu setiap manusia pasti menginginkan hidup yang sehat baik sehat jasmani dan rohani. Dapat diketahui bahwa kesadaran akan kesehatan merupakan pondasi awal terbentuknya gaya hidup sehat. Dengan melakukan gaya hidup sehat seperti tidur yang cukup selama 8 jam sehari, minum air putih minimal 8 gelas sehari, olahraga teratur, makan makanan yang bergizi, tidak minum-minuman keras diharapkan manusia dapat terhindar dari berbagai macam jenis penyakit.

Faktor - faktor yang melatar belakangi remaja merokok adalah karena pergaulan teman, faktor keluarga, dan iklan. Banyak orang yang menggunakan rokok untuk mengurangi perasaan negatif, misalnya bila dia marah, cemas, gelisah rokok dianggap sebagai penyelamat. Mereka menggunakan rokok bila perasaan tidak enak terjadi sehingga terhindar dari perasaan tidak enak. Faktor keluarga yang tidak harmonis keluarga seharusnya menjadi wadah untuk menikmati kebahagiaan supaya anak tidak merokok atau minum-minuman keras.

Pada perkembangan anak sering kali munculnya perilaku menyimpang salah satunya mengkonsumsi minuman keras atau miras. Kebanyakan remajasetelah mengkonsumsi minuman keras mereka mengatakan kepercayaan diri bertambah dari pemalu menjadi pemberani, dan mereka beranggapan bahwa semua masalah akan teratasi dengan mengkonsumsi minuman keras, minuman keras dapat memperbanyak teman. Tapi sesuai kenyataan minuman keras dapat merusak proses berfikir dan menjadikan orang tidak sadarkan diri atau bertindak tidak sesuai kehendak.

Apabila mengkonsumsi minuman keras atau alkohol dalam batas tertentu tidak terlalu beresiko, pada jurnal (Ana, 2017). Dalam jangka panjang bisa menimbulkan dampak yang merugikan kita sendiri terutama kerusakan pada organ tubuh kita seperti peradangan pada pancreas, liver, jantung, ginjal, saraf, system perencanaan atau lambung dan gangguan pada otak.

Sudah diketahui bahwa rokok mengandung ribuan jenis bahan kimia bagi kesehatan mulai dari *nikotin*, *tar*, *insektisida*, *polycyclic*, *carcinogens*, *karbon monoksida*, dan masih banyak lagi zat beracun lainnya. Adapun dampak negatif terhadap kesehatan antara lain: penyakit paru-paru, penyakit impotensi dan organ reproduksi, penyakit lambung, *stroke*, mengurangi umur harapan hidup, mempengaruhi kelahiran bayi, alergi, pengaruh rokok terhadap rongga mulut, pengaruh rokok terhadap gigi, penyakit jantung.

Menurut (Elham, 2015), menyebutkan bahwa perokok di Indonesia tidak hanya dikalangan dewasa tetapi sudah merambat ke kalangan remaja. Di Indonesia jumlah remaja yang merokok terus meningkat dalam survei sosial ekonomi Badan Pusat Statistik tahun 2001 dan 2004 menunjukkan terjadi peningkatan remaja yang merokok dengan presentasi 12,7% pada tahun 2001 dan 17,3% pada tahun 2004.

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 109 tahun 2012 tentang pengamanan bahan yang mengandung zat adiktif berupa produk tembakau

bagi kesehatan. Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI tahun 2013 menyatakan dunia organisasi kesehatan (WHO) menghubungkan hampir 6 juta kematian per tahun disebabkan oleh tembakau. Angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi lebih dari 8 juta di tahun 2030. Merokok merupakan bentuk utama penggunaan tembakau yang di gemari masyarakat. Secara global, terjadi peningkatan konsumsi rokok terutama di negara berkembang. Diperkirakan saat ini jumlah perokok diseluruh dunia mencapai 1,3 milyar orang.

Menurut (Lestari, 2017) menurut data terbaru *Global Youth Tobacco Survey* (GYTS) 2014, 18,3% pelajaran indonesia sudah punya kebiasaan merokok, dengan 33,9% berjenis laki-laki dan 2,5% perempuan. Data perokok rata-rata masyarakat Indonesia (usia 15 tahun ke atas) sekitar 30%, artinya dengan bertambahnya usia bukan menurun tapi terus bertambah drastis presentase perokok di Indonesia.

Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI tahun 2013 menyatakan Indonesia merupakan negara dengan konsumsi tembakau terbesar ketiga setelah China dan India. Berdasarkan data dari *Tobacco Atlas* tahun 2012, jumlah batang rokok yang dikonsumsi di Indonesia cenderung meningkat dari 182 milyar batang pada tahun 2001 menjadi 260,8 milyar batang pada tahun 2009.

Menurut (Lestari, 2017) berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskendes) tahun 2013, proporsi penduduk di Indonesia umur  $\geq 10$  tahun menurut karakteristik, berdasarkan kelompok umur perokok aktif terbanyak pada umur 30-34 tahun sebesar 33,4% umur 35-39 tahun 32,2% perokok laki-laki selalu lebih tinggi dari perokok perempuan mencapai 47,5% dibandingkan perokok perempuan selisih sebanyak 1,1% sebesar 46,4%. Konsumsi jumlah batang rokok di daerah pedesaan lebih banyak dibandingkan perkotaan, baik laki-laki maupun perempuan kecuali pada tahun 2010.

Rata-rata usia pertama kali merokok setiap hari (Batang per Hari) di Indonesia pada tahun 2013 terbanyak pada umur 15-19 tahun atau usia sekolah SMK yaitu sebesar 50%. Perilaku ini dimulai pada masa remaja dan meningkat menjadi perokok aktif kita tau dimana –mana anak kecil di jalan udah merokok padahal merokok itu sangat berbahaya. dalam kurun waktu beberapa tahun Tingginya jumlah perokok dikalangan remaja sangat mengkhawatirkan sekali karena masalah ini masih sulit untuk diselesaikan. Hal ini disebabkan oleh berbagai macam faktor yang mendorong remaja untuk merokok antara lain ingin coba-coba, ikut teman, kesepian, ingin tahu enak nya rokok, agar kelihatan gaya padahal merokok sangat berbahaya bagi kesehatan jantung dan pernapasan, karena rokok mengandung zat-zat yang sangat berbahaya, seperti *nikotin, sianida, cadium, methanol, ammonia, karbondioksida*, dan lain-lain.

Dari rekapitulasi hasil sekrening Puskesmas Kabupaten Kediri ditingkatan sekolah SMA, SMK swasta di wilayah Kediri yang berhubungan dengan gaya hidup merokok sebanyak 223 siswa dari 791 jumlah sasaran yang di jaring.

Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik bahwa pendidikan kesehatan tentang pengetahuan bahaya merokok adalah penting dan harus diterapkan kepada siswa SMA, SMK di Sekecamatan kandang Kabupaten Kediri Tahun

Pelajaran 2020/2021. Maka peneliti ingin mengadakan penelitian untuk mengecek atau mengetahui tingkat pengetahuan tentang bahaya merokok pada siswa kelas X SMA dan SMK Sekecamatan Kandangan Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2020/2021. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan siswa kalau merokok itu sangat membahayakan diri sendiri dan teman yang di dekat kita. Maka dari itu SMA, SMK Sekecamatan kandangan Kabupaten Kediri untuk meningkatkan anak-anak biar terbiasa dalam pola hidup sehat.

#### **B. Batasan Masalah**

Agar ruang lingkup penelitian dan pembahasan dapat mencapai sasarannya, maka peneliti perlu memberikan pembatasan masalah. Adapun batasan masalah dari penelitian ini yaitu peneliti hanya memfokuskan pada tingkat pengetahuan tentang bahaya merokok dan minuman keras pada siswa kelas X. SMA, SMK Sekecamatan Kandangan Kabupaten Kediri Tahun pelajaran 2020/2021.

#### **C. Rumusan Masalah**

Agar ruang lingkup penelitian dan pembahasan dapat mencapai sasarannya, maka peneliti perlu memberikan pembatasan masalah. Adapun batasan masalah dari penelitian ini yaitu peneliti hanya memfokuskan pada tingkat pengetahuan minuman keras dan bahaya merokok pada siswa kelas X SMA, SMK, Sekecamatan Kandangan, Kabupaten Kediri Tahun pelajaran 2019/2020.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Selaras dengan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat pengetahuan tentang bahaya merokok dan minuman keras pada siswa kelas X. SMA, SMK Sekecamatan Kandangan Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2020/2021.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### 1) Secara Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah wawasan tentang bahaya mengkonsumsi minuman keras, merokok untuk kesehatan tubuh kita.

##### 2) Secara Praktis

###### a. Bagi guru

Pendidikan Jasmani hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam meningkatkan pengetahuan siswa kalau minuman keras itu sangat bahaya apa lagi kalau di konsumsi akan menyebabkan kematian.

###### b. Bagi Siswa

Bagi siswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran pengetahuan bahaya merokok.

###### c. Bagi Sekolah

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi pihak sekolah tentang pengetahuan dan sikap terhadap rokok serta kebiasaan merokok siswanya, sehingga dapat dicari solusi seperti memberikan penyuluhan dan bimbingan kesehatan bagi pelajar yang sering minum-minuman keras dan merokok di sekolah.

## **F. Definisi Operasional**

1. **Tingkat Pengetahuan Merokok.**  
Tingkat pengetahuan yang dimaksud disini adalah sesuatu yang diketahui oleh siswa tentang cara menghindari rokok agar mereka mempunyai tubuh yang sehat berkualitas.
2. **Merokok**  
Rokok adalah salah satu zat adiktif yang dapat mengakibatkan bahaya bagi kesehatan perokok. Rokok adalah gulungan tembakau yang terbungkus cerutu dihasilkan dari tanaman *nikotiana tabacum*. Merokok adalah suatu kegiatan membakar tembakau dan menghisap asap kedalam tubuh lalu dikeluarkan lagi.
3. **Tingkat Pengetahuan Minuman Miras.**  
Tingkat pengetahuan yang dimaksud disini adalah sesuatu yang diketahui oleh siswa tentang cara menghindari minum-minuman miras agar mereka tidak kecanduan minum-minuman yang berbau alkohol karena akan merusak sayaraf bagian tubuh.
4. **Minuman Miras.**  
Minuman miras adalah minuman yang berakohol yang mengandung etanol yang dihasilkan dari penyulingan ( yaitu berkonsentrasi lewat distilasi ) etanol diproduksi dengan cara fermentasi biji-bijian, buah, atau sayuran.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Deskripsi Teori**

#### **1. Tingkat Pengetahuan**

##### **a. Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia, yaitu: penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Rosid, 2011:2).

##### **b. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan**

Menurut Rosid (2011:2) beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan, yaitu:

- 1) Pengalaman diperoleh dari pengalaman sendiri maupun orang lain.
- 2) Keyakinan biasanya diperoleh secara turun-temurun dan tanpa ada pembuktian terlebih dahulu.
- 3) Fasilitas sebagai sumber informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, misalnya radio, TV, majalah, buku, internet dan lain-lain.
- 4) Kebudayaan setempat

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah, sebagai berikut:

1. Faktor Internal

a) Usia

Semakin bertambahnya usia seseorang maka proses perkembangan mental bertambah baik. Akan tetapi, pada usia tertentu bertambahnya proses perkembangan mental tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun.

b) Pengalaman

Pengalaman merupakan sumber pengetahuan, atau pengalaman itu suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan.

c) Intelegensia

Intelegensia diartikan sebagai salah satu kemampuan untuk belajar dan berfikir secara abstrak guna menyesuaikan diri secara mental dalam situasi baru.

2. Faktor Eksternal

a. Pendidikan

Pendidikan adalah suatu kegiatan atau proses pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan tertentu, sehingga sasaran pendidikan itu tidak dapat berdiri sendiri.

b. Pekerjaan

Pekerjaan memang secara tidak langsung turut andil dalam mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, hal ini dikarenakan pekerjaan berhubungan erat dengan faktor interaksi sosial dan kebudayaan.

c. Sosial budaya

Seseorang memperoleh suatu kebudayaan dalam hubungan dengan orang lain, karena seseorang mengalami suatu proses pembelajaran dan memperoleh pengetahuan.

d. Lingkungan

Lingkungan merupakan salah satu faktor yang memberikan pengaruh utama bagi seseorang, dimana seseorang dapat mempelajari hal-hal yang baik dan juga hal-hal yang buruk.

**c. Tingkatan pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (2003) menyatakan bahwa pengetahuan memiliki enam tingkat, yaitu:

a. Tahu (*Know*)

Tahu adalah suatu kemampuan untuk mengingat kembali suatu materi yang sudah dipelajari sebelumnya. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang itu tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, mengidentifikasi, menyatakan dan sebagainya.

b. Memahami (*Comprehension*)

Memahami adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

c. Aplikasi (*Aplication*)



Aplikasi merupakan suatu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi yang sebenarnya.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih didalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi adalah suatu menunjukkan pada kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek.

## 2. Remaja

### a. Pengertian remaja

Pada jurnal (Simanjutak, 2017) remaja adalah tumbuh menjadi dewasa melibatkan perubahan besar pada fisik, kematangan mental, emosional, kognitif, dan psikososial. Masa remaja Umur 15-18 tahun yaitu Remaja berada dititik kebingungan karena inkonsistensi dalam membentuk gaya hidup sehari-hari. Maka disini mulai tumbuh kesadaran untuk mengikuti gaya hidup yang baru, namun belum bisa bertanggung jawab.

### b. Ciri-ciri masa remaja

Pada jurnal (Simanjutak, 2017) beberapa faktor yang menjadi perubahan pada remaja, diantara lain:

1. Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal dengan masa *storm* dan *stress*. Peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja. Dari segi kondisi sosial, peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya. Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditunjukkan pada remaja.
2. Perubahan yang cepat secara fisik yang juga disertai kematangan seksual. Terkadang perubahan ini membuat remaja merasa tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.
3. Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan oranglain. Adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja, maka remaja diharapkan untuk dapat mengarahkan ketertarikan mereka pada hal-hal yang lebih penting. Perubahan juga terjadi dalam hubungan dengan oranglain. Remaja tidak lagi

berhubungan hanya dengan individu dari jenis kelamin yang sama, tetapi juga dengan lawan jenis, dan dengan orang dewasa.

4. Perubahan nilai, dimana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena sudah mendekati dewasa.
5. Kebanyakan remaja bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Di satu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi di sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan tersebut, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab tersebut.

### 3. Minuman Keras.

Alkohol adalah obat psikoaktif yang paling banyak digunakan (Santrock, 2002). Lebih dari 13 juta orang menganggap dirinya pecandu alkohol (alcoholic). Alkoholisme adalah penyakit menahun dengan ditandai kecenderungan untuk meminum lebih dari yang direncanakan, kegagalan usaha untuk menghentikan minum-minuman keras walaupun dengan konsekuensi sosial dan pekerjaan yang merugikan.

Alkohol menekan kerja otak (depresansia). Setelah diminum, alkohol diserap oleh tubuh dan masuk dalam pembuluh darah. Alkohol dapat menyebabkan mabuk, sempoyongan, bicara cedel, kekerasan atau perbuatan merusak, ketidakmampuan belajar dan lain-lain. (Joewan, dalam Sari 2008).

Alkohol dalam jumlah sedikit, alkohol tampaknya dapat meningkatkan energi dan merasa membuat bergairah dan ramah. Kenyataannya alkohol adalah depresan sistem syaraf pusat, bukan stimulus atau perangsang. Rasa stimulant timbul dari kemampuan mengendurkan beberapa perilaku sosial (Atkinson dkk, 1983, 268).

Dengan konsentrasi 0,03 sampai 0,05 persen dalam darah alkohol dapat menimbulkan sedikit kepening, relaksasi, dan pelepasan berbagai hambatan. Pada konsentrasi 0,1 persen (misalnya setelah 3 gelas kecil atau 3 botol bir) fungsi sensorik dan motor secara nyata terganggu. Pembicaraan tidak jelas, dapat juga sulit mengkoordinasi gerakan tangan dan kaki, (Atkinson dkk, 1983)

#### a. Faktor-faktor yang mempengaruhi seorang meminum-minuman keras.

Agung 2015 mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang menggunakan minuman keras:

##### a. Pengangguran.

Pengangguran adalah keadaan dimana seseorang tidak memiliki pekerjaan sama sekali atau sedang berusaha memperoleh pekerjaan tetapi belum mendapatkannya. Masalah pengangguran sering kali seseorang menjadi frustrasi jika belum mendapatkan pekerjaan yang diinginkan dan membuat hidup menjadi tidak berarti lagi, terkadang dapat membawa pada kehidupan yang kelam seperti minuman keras.

##### b. Pergaulan bebas.

Pergaulan bebas adalah melencengnya pergaulan seseorang dari pergaulan yang benar. Pergaulan bebas ini kerap diidentikkan sebagai

bentuk pergaulan diluar batas kewajaran. Pergaulan bebas ini merupakan produk dari era globalisasi, seperti yang kita ketahui bahwa globalisasi bisa dengan mudah menyerang aspek dan segi kehidupan masyarakat tidak peduli besar kecil, tua muda., pria wanita yang mana semua bisa terkena dampak dari globalisasi.

*c. Kenikmatan.*

Minuman keras selalu mempunyai kenikmatan tersendiri bagi yang meminumnya. Tak terkecuali bagi mereka yang sudah biasa mengkonsumsi minuman keras tersebut akan merasakan kenikmatan yang berarti bagi dirinya sendiri. Kenikmatan yang dirasakan setelah mengkonsumsi minuman keras antara lain bahwa si peminum merasakan lebih percaya diri, pemberani, senang, santai, pikiran tenang, perasaan seperti melayang-layang, persahabatan menjadi kuat, tidak mempunyai rasa malu dan menyenggkan.

**b. Dampak minuman keras pada tubuh.**

*a. Gangguan mental organik.*

Gangguan ini akan mengakibatkan perubahan perilaku, seperti bertindak kasar, gampang marah sehingga memiliki masalah dalam lingkungan sekitar. Perubahan psikologi seperti mata juling, muka merah, dan jalan sempoyongan. Perubahan psikologis seperti susah konsentrasi, sering ngelantur dan gampang tersinggung.

*b. Merusak daya ingat.*

Mengkonsumsi minuman keras dapat menghambat perkembangan memori dan sel-sel otak

*c. Odema otak.*

Pembengkakan dan terbenyungnya darah di jaringan otak sehingga mengakibatkan gangguan kordinasi dalam otak secara normal.

*d. Serosis hati.*

Peradangan sel hati secara luas dan kematian sel dalam hati akibat terlalu banyak minum-minuman keras.

*e. Gangguan jantung.*

Terlalu banyak minum-minuman keras dapat membuat kerja jantung tidak berfungsi dengan baik.

*f. Gastiritis.*

Radang atau luka pada lambung. Ini biasanya di akibatkan gara-gara mutah akibat minuman keras, karna lambung harus memompa secara paksa keluar zat-zat adiktif yang beracun dalam tubuh.

**4. Merokok**

Pada jurnal (Simanjutak, 2017) merokok adalah menghisap asap tembakau yang dibakar kedalam tubuh dan menghembuskannya kembali keluar. Merokok adalah Membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok, atau menggunakan pipa.

Sebagian besar perokok di Indonesia menganggap bahwa merokok adalah suatu kebutuhan yang tidak bisa dielakan, sehingga merokok merupakan hal yang biasa.

### c. Kandungan pada rokok

Rokok adalah salah satu zat adiktif yang digunakan mengakibatkan bahaya bagi kesehatan. Kemudian ada yang menyebutkan bahwa rokok adalah hasil olahan tembakau, terbungkus oleh kertas yang dihasilkan dari tanaman *Nicotina Tabacum*, *Nicotina Rustica* dan lainnya yang mengandung nikotin dan tar dengan bahan tambahan (Peraturan Pemerintah No. 109 tahun 2012).

Produk tembakau adalah suatu produk yang secara keseluruhan atau sebagian terbuat dari daun tembakau sebagai bahan bakunya yang diolah untuk digunakan dengan cara dibakar, dihisap, dihirup, atau dikunyah (Peraturan Pemerintah No. 109 tahun 2012). Produk tembakau yang dimaksud mengandung 300 bahan kimiawi dan 4.000 jenis senyawa kimia beracun yang berbahaya bagi kesehatan, diantaranya:

a. *Nikotin*.

Nikotin merupakan senyawa organik spesifik yang terkandung dalam daun tembakau. Apabila dihisap senyawa ini akan menimbulkan rangsangan psikologis bagi perokok dan membuatnya jadi ketagihan.

b. Tar

Tar adalah kumpulan dari beribu-ribu bahan kimia dalam komponen pada asap rokok, dan bersifat karsinogen. Kadar tar dalam tembakau antara 0,5-35 mg/batang. Pada saat rokok dihisap, tar masuk ke dalam rongga mulut sebagai uap padat. Setelah dingin, akan menjadi padat dan membentuk endapan kental berwarna coklat tua atau hitam yang merupakan substansi hidrokarbon yang berifat lengket dan menempel pada paru-paru sehingga dapat mengganggu saluran pernafasan dan endapan berwarna coklat pada permukaan gigi.

c. Senyawa karbohidrat

Merupakan senyawa bertenaga tinggi yang merugikan aroma dan rasa hisap, sehingga selama prosesing harus dirombak menjadi gula. Gula mempunyai peranan dalam meringankan rasa berat dalam penghisapan rokok, tetapi bila terlalu tinggi menyebabkan panas dan iritasi kerongkongan, dan menyebabkan tembakau mudah menyerap lengas sehingga lembab. Dalam asap keseimbangan gula dan nikotin akan menentukan kenikmatan dalam merokok.

d. Resin dan minyak atsiri

Getah daun yang berada dalam bulu-bulu daun mengandung resin dan minyak atsiri, dalam pembakaran akan menimbulkan bau harum pada asap rokok.

e. Asam organik

Asam-asam organik seperti asam oksalat, asam sitrat, dan asam malat membantu daya pijar dan memberikan kesegaran dalam rasa isap.

- f. Zat warna (Klorofil, santofil, karotin)  
Apabila klorofil masih ada pada daun tembakau, maka dalam pijaran rokok akan menimbulkan bau tidak enak (“apek”), sedang santofil dan karotin tidak berpengaruh terhadap aroma dan rasa isap.
- g. Genarol  
Genarol adalah zat aktif dalam pektisida.
- h. Urea  
Urea adalah zat yang terdapat air seni, yang berguna untuk tinta cat, pupuk, dan banyak lagi.

## 5. Bahaya merokok

Peringatan bahaya merokok bagi kesehatan tidak henti-hentinya diserukan pemerintah, tetapi masih banyak orang yang menghisap rokok. Padahal peringatan bahaya tersebut kini semakin jelas dengan memberikan gambar akibat efek samping merokok pada kemasan rokok. Kita sudah tidak asing lagi dengan gambar-gambar yang mengerikan tertempel di kemasan rokok, mulai dari gambar anak kecil dengan orang tua perokok sampai dan banyak lagi. Gambar tersebut bertujuan untuk memberikan peringatan yang lebih keras karena peringatan sebelumnya kurang mengena di masyarakat terutama kalangan perokok.

Sebatang rokok mengandung ribuan jenis bahan kimia berbahaya bagi kesehatan, mulai dari *nikotin*, *tar*, *insektisida*, *polycyclic*, *carcinogens*, *karbon monoksida* dan masih banyak lagi zat beracun lainnya.

Penyakit akibat merokok bagi kesehatan sebagai berikut :

### a. Penyakit paru-paru

Efek dari perokok yang paling pertama merusak organ tubuh akibat asap rokok adalah paru-paru. Asap rokok tersebut terhirup dan masuk ke dalam paru-paru sehingga menyebabkan paru-paru mengalami radang, bronkitis, pneumonia. Belum lagi bahaya dari zat nikotin yang menyebabkan kanker paru-paru dan sangat beresiko dan bisa menyebabkan kematian.

### b. Penyakit impotensi dan organ reproduksi

Kasus seperti ini sudah banyak dialami oleh para perokok. Sebab kandungan bahan kimia yang sifatnya beracun tersebut bias mengurangi produksi sperma pada pria. Bukan hanya itu saja, pada pria juga bias terjadi kanker di bagian testis.

### c. *Stroke*

Pada perokok aktif bisa saja menderita serangan *stroke*, karena efek samping rokok bias menyebabkan melemahnya pembuluh darah. Ketika pelemahan tersebut terjadi dan kerja pembuluh darah terhambat bisa menyebabkan serangan radang di otak. Penyebab *stroke* tersebut bersumber dari kandungan kimia berbahaya seperti nikotin, tar, karbon monoksida dan gas oksigen yang terkandung dalam rokok.

### e. Mengurangi umur harapan hidup

Rokok menyumbang lebih dari 7 juta kematian setiap tahunnya. Bahkan jika kebiasaan merokok warga dunia tidak

kunjung dirubah, ditahun 2030 diperkirakan ada lebih dari 8 juta orang meninggal karena penyakit akibat rokok.

Merokok bisa membuat angka harapan hidup masyarakat Indonesia menurun. Maka berhenti merokok mulai dari sekarang demi kualitas hidup yang lebih baik.

f. Mempengaruhi kelahiran bayi

Menurut Dinkes Bogor (dalam maidartati, 2015) jika ibu hamil berada di sekitar lingkungan yang terpapar oleh rokok sebaiknya menghindari paparan asap rokok tersebut karena dengan asap rokok dapat mengakibatkan ibu hamil dan janin beresiko akan kesehatannya. Paparan asap rokok lebih berbahaya terhadap perokok pasif dari pada perokok aktif. Asap rokok yang dihembuskan oleh perokok aktif dan terhirup oleh perokok pasif, lima kali lebih banyak mengandung karbon monoksida, empat kali lebih banyak mengandung tar dan nikotin. Menurut Endah (dalam Maidartati, 2015) wanita yang terpapar asap rokok cenderung lebih sering mengalami gangguan pada kehamilannya karena kandungan zat kimia pada perokok pasif lebih tinggi dari perokok aktif.

g. Penyakit Asam lambung

Asap rokok yang dihisap, sebagian masuk ke lambung dan zat-zat yang ada didalam rokok bias mengiritasi lambung. Asam lambung bukan termasuk penyakit mematikan, namun tetap perlu diperhatikan karena dapat mengganggu produktivitas, seperti: tidur menjadi tidak nyaman, dan tidak dapat bekerja secara aktif.

h. Alergi

Menurut Abbas (dalam Astuti, 2016) Alergi merupakan suatu reaksi hipersensitivitas yang diawali oleh fase sensitisasi, dilanjutkan dengan reaksi alergi. Gejala yang ditimbulkan seperti bersin, hidung tersumbat, hidung gatal, meler dan sakit kepala yang dapat mengakibatkan keterbatasan yang bervariasi pada fisik, psikologis dan sosialnya. Keterbatasan itu dapat menyebabkan gangguan proses belajar, produktivitas kerja, stabilitas emosi serta gangguan tidur.

i. Pengaruh rokok terhadap rongga mulut

Rongga mulut adalah bagian yang sangat mudah terpapar efek rokok, karena merupakan tempat terjadinya penyerapan zat hasil pembakaran rokok yang utama. Komponen toksik dalam rokok dapat mengiritasi jaringan lunak rongga mulut, dan menyebabkan terjadinya infeksi, memperlambat penyembuhan luka, memperlambat kemampuan fagositosis, serta dapat mengurangi asupan aliran darah ke giginya.

j. Pengaruh rokok terhadap gigi

Perokok memiliki angka kejadian karies yang lebih tinggi dibandingkan bukan perokok. Hubungan antara merokok dengan peningkatan terjadinya karies, berkaitan dengan penurunan fungsi saliva yang berperan dalam proteksi gigi, akibat merokok. Resiko terjadinya kehilangan gigi pada perokok, tiga kali lebih tinggi dibandingkan pada bukan perokok.

h. Penyakit jantung

Penyakit jantung merupakan bentuk penyakit kardiovaskular. Bahkan diperkirakan bahwa merokok dapat meningkatkan resiko terkena penyakit jantung hingga 4 kali lipat dibandingkan dengan non-perokok.

**6. Faktor-faktor yang mempengaruhi merokok**

Dari berbagai faktor yang telah disebutkan, pengaruh teman sebaya memiliki peranan penting dalam keputusan remaja untuk merokok. Faktor lain yang menyebabkan remaja merokok adalah banyaknya permasalahan yang dihadapi sehingga remaja menjadi stress. Pada jurnal (Safitri, 2013) stress adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari. Remaja yang merokok merupakan suatu cara untuk mengatasi stress, sehingga tampak bahwa hal ini dipengaruhi oleh kurangnya perkembanganketerampilan dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Kurangnya pengalaman yang diberikan orang tua merupakan langkah awal dalam pengambilan keputusan dalam setiap permasalahan yang dialami remaja. Remaja yang kurang pengalamannya dan ketidakmampuan mengendalikan emosi, kemudian diekspresikan dalam pergaulan dengan teman-teman sebaya yang merokok, yang akhirnya menyebabkan mereka sendiri juga merokok. Adapun faktor-faktor lain yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja, diantaranya:

a) Pengaruh pergaulan

Pergaulan dengan teman baik di dalam sekolah maupun di luar sekolah menjadi faktor utama yang menyebabkan merokok. Mereka yang belum pernah merokok, saat bergaul dengan teman yang berokok biasanya lebih mudah terpengaruh dan ikut-ikutan merokok. Bahkan merokok bersama-sama dianggap sebagai bentuk solidaritas.

b) Pengaruh orang tua

Kebanyakan jika orang tua merupakan perokok berat, mereka ikut menirukan kebiasaan yang dilakukan oleh orang tua. Jadi tidak begitu mengherankan bila anak tersebut dengan mudah terpengaruh untuk membiasakan merokok, meskipun orang tua melarangnya.

c) Iklan rokok

Iklan-iklan diberbagai macam media menggambarkan bahwa perokok adalah lambang keglamouran, cowok banget, memicu remaja untuk merokok.

d) Stres

Cukup banyak remaja yang merokok karena merasa stres akibat permasalahan yang dialami seperti permasalahan dengan orang tua, pacar ataupun bermasalah dengan guru dan pelajaran. Merokok menjadi pelarian. Hal ini semakin mudah jika kelompok pergaulannya merokok.

e) Pengaruh lingkungan yang tidak sehat

Beberapa remaja tinggal didaerah dengan prevelensi perokok yang tinggi. Apabila dirumah sendiri orang tua merokok maka bukan tidak

mungkin remaja melakukan hal yang sama. Lingkungan keluarga yang peduli dengan kesehatan tinggi akan memperkecil kemungkinan remaja tersebut merokok.

f) Faktor kepribadian

Orang mencoba untuk merokok karena alasan ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit dan kebosanan. Satu sifat yang bersifat pada merokok adalah konformitas sosial.

## 7. Tipe perokok

Pada jurnal (Safitri, 2013) membagi tipe perokok menjadi dua jenis, yaitu:

1) Perokok aktif

Perokok aktif adalah individu yang benar-benar memiliki kebiasaan merokok. Merokok sudah menjadi bagian hidupnya sehingga rasanya tidak enak sehari tidak merokok, maka perokok tersebut akan berusaha mendapatkannya.

2) Perokok pasif

Perokok pasif adalah individu yang tidak memiliki kebiasaan merokok, tapi terpaksa harus menghisap asap rokok yang dihembuskan orang lain yang merokok

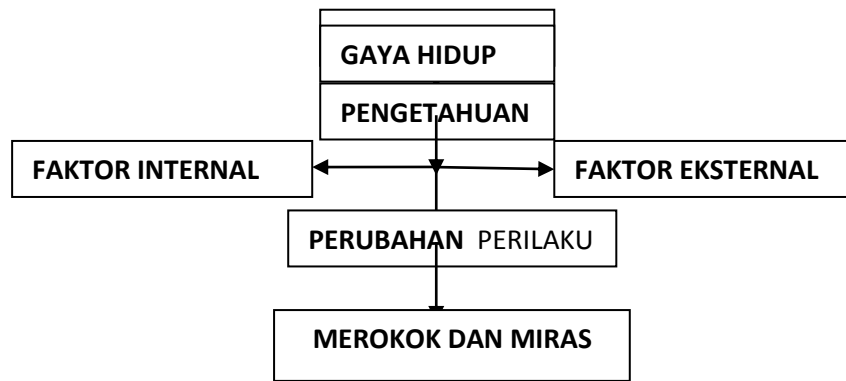
### i. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian ini dilakukan dengan mempertimbangkan hasil-hasil dari penelitian terdahulu yang relevan sebagai pendukung kevalidan penelitian dari ini.

1. Penelitian oleh Anggraini (2017) yang berjudul “Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Terhadap Rokok dengan Kebiasaan Merokok Pada Pelajar SMAN 12 Medan Tahun 2017”. Instrumen penelitian menggunakan Kuesioner Penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 34 orang (37,0%) berumur 16 tahun, 25 orang (27,2%) berumur 15 tahun, 25 orang (27,2%) berumur 17 tahun, 5 orang (5,4%) berumur 18 tahun, dan 3 orang (3,2%) berumur 14 tahun. Sedangkan jumlah responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 47 orang (48,8%).
2. Penelitian oleh Ma'ruf (2015) yang berjudul “Tingkat Pengetahuan tentang Bahaya Merokok Siswa kelas V SD Negeri Pucung Lor 2, Kecamatan Kroya, Kabupaten Cilacap Tahun Pelajaran 2014/2015”. Instrumen Penelitian menggunakan Tes Angket. Hasil penelitian menunjukkan 12 siswa dengan hasil presentase (60%) dalam kategori sangat tinggi, 5 siswa dengan hasil presentase (25%) kategori tinggi, 3 siswa dengan hasil presentase (15%) kategori rendah.
3. Perbedaan menunjukkan pada Rancangan Penelitian yang pertama oleh Anggraini penelitian ini menggunakan rancangan penelitian analitik dengan pendekatan studi potong lintang (*cross sectional*). Sedangkan pada penelitian Ma'ruf Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode tes. Persamaan pada penelitian ini adalah Instrument Penelitian.



## B. Kerangka Berpikir



Gambar 2.1 Kerangka berpikir

## DAFTAR PUSTAKA

- Aliansi Pengendalian Tembakau Indonesia.(2013). *Peta Jalan Pengendalian Produk Tembakau Indonesia*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
- Arikunto, S. (2010).*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ashari, Nurul. (2016). *Tingkat Pemahaman Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa Kelas Atas Sd Negeri Kawunganten 07 Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap Tahun Ajaran 2016/2017*, (Online), (eprints.uny.ac.id), diunduh 1 Oktober 2019.
- Ginanjari, Oki. (2015). *Survei Tingkat Pemahaman Peserta Didik Kelas Atas tentang Bahaya Merokok di SDN Sukomulyo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen Tahun Pelajaran 2014/2015*.Skripsi tidak diterbitkan. Kebumen, Indonesia. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hasan, A. 2008. *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Kholish, N. (2011) *Kisah Inspiratif Perjuangan Berhenti Merokok*. Pertama. Yogyakarta: Real Books.
- Ma'ruf, Ali. (2015). *Tingkat Pengetahuan tentang Bahaya Merokok Siswa Kelas V SD Negeri Pucung Lor 2, Kecamatan Kroya, Kabupaten Cilacap Tahun Pelajaran 2014/2015*.Skripsi tidak diterbitkan. Cilacap, Indonesia: Universitas Negeri Yogyakarta.