

ANALISIS FAKTOR PENYEBAB DAN DAMPAK MEROKOK PADA REMAJA

Zahra Mutiara *¹
Usiono ²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia

*e-mail: zahra0306231010@uinsu.ac.id¹, usiono@uinsu.ac.id²

Abstrak

Merokok di kalangan remaja telah menjadi masalah sosial yang signifikan, tidak hanya mempengaruhi kesehatan fisik tetapi juga dapat mengubah aspek psikologis dan sosial individu. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor penyebab dan dampak merokok terhadap kepribadian remaja dengan mengidentifikasi faktor-faktor penyebab seperti pengaruh lingkungan, stres, pergaulan, dan rendahnya kesadaran akan bahaya merokok. Metode penelitian yang digunakan adalah wawancara yang dilakukan dengan para remaja perokok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja terpengaruh untuk merokok karena diawali dengan rasa ingin tahu yang tinggi terhadap rokok tersebut serta lingkungan pertemanan yang bisa dikatakan kurang baik.

Kata Kunci: Faktor dan Dampak, Rokok, Remaja

Abstract

Smoking among adolescents has become a significant social problem, not only affecting physical health but can also alter the psychological and social aspects of the individual. This study aims to analyze the causative factors and impact of smoking on adolescents' personality by identifying causative factors such as environmental influences, stress, associations, and low awareness of the dangers of smoking. The research method used was interviews conducted with young smokers. The results of the study show that adolescents are affected to smoke because it begins with a high curiosity about the cigarette and a poor friendship environment.

Keywords: Factors and Impacts, Cigarettes, Teenagers

PENDAHULUAN

Masa remaja sering dikenal dengan istilah masa "pemberontakan". Pada masa-masa ini, seorang anak yang baru mengalami pubertas seringkali menampilkan beragam gejala emosi, menarik diri dari keluarga, serta mengalami banyak masalah, baik di rumah, sekolah, atau di lingkungan rumah maupun di lingkungan pertemanannya. Kenakalan remaja pada saat ini, seperti yang banyak diberitakan di berbagai media, dapat dikatakan sudah melebihi batas yang sewajarnya. Masa remaja juga dikenal sebagai masa transisi, di mana individu akan mengalami perubahan dalam berbagai aspek seperti fisik, intelektual, emosional, dan sosial (Shidiq, A., F., & Santoso Tri Raharjo, S., T. 2018:178).

Remaja berkembang di tengah-tengah masyarakat dan dalam interaksi sosial mereka, akan terjadi pengaruh timbal balik dan saling mempengaruhi dalam situasi konflik sosial. Salah satu kekhawatiran yang timbul adalah ketidakmampuan remaja dalam mengendalikan diri, sehingga mereka kehilangan kendali dan terjerumus ke dalam perilaku negatif (Shofa, M., L., Ismanto, H., S., & Setiawan, A. 2024:12). Banyak anak remaja dan anak di bawah umur rentang bersentuhan dengan permasalahan sosial, diantaranya mengenal rokok, narkoba, free sex, tawuran, pencurian, dan terlibat banyak tindakan kriminal lainnya yang menyimpang dari norma-norma yang berlaku di masyarakat.

Rokok adalah silinder dari kertas berukuran panjang 70 hingga 120 mm (bervariasi) dengan diameter sekitar 10 mm. Di dalamnya berisi daun-daun tembakau yang telah dicacah. Untuk menikmatinya salah satu ujung rokok dibakar dan dibiarkan membara agar asapnya dapat dihirup lewat mulut pada ujung lain (Andriyani, R. 2011:2). Rokok merupakan salah satu zat

adiktif, yang bila digunakan dapat menimbulkan dampak dan berbahaya bagi kesehatan individu dan masyarakat (Rochka, M., M., Anwar, A., A., & Rahmadani, S. 2019:1).

Bahaya rokok dan dampak merokok pada kesehatan sudah terdaftar dalam kemasan rokok yang dijual di pasar. Di sana disebutkan bahaya kesehatan dari merokok dapat menyebabkan kanker, serangan jantung, impotensi dan gangguan kehamilan dan janin tetapi meskipun bahaya rokok yang terkandung di dalamnya telah disebutkan di bungkusnya, masih banyak orang, salah satunya adalah orang Indonesia yang merokok aktif. Rokok mengandung sekitar 4000 bahan kimia, tar, karbon monoksida dan nikotin hidrogen sianida ditemukan secara alami di batang dan daun tembakau yang mengandung nikotin tertinggi atau sebanyak 5% dari berat tembakau (Herawati, A. 2021:6).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Di mana semua data yang didapat dituangkan dalam bentuk kata-kata. Pendekatan ini bertujuan untuk menganalisis faktor penyebab dan dampak merokok terhadap kepribadian remaja dengan mengidentifikasi faktor-faktor penyebab seperti pengaruh lingkungan, stress, pergaulan, dan rendahnya kesadaran akan bahaya merokok. Penelitian berfokus pada pandangan dan perilaku remaja terkait merokok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Faktor-faktor yang memengaruhi kebiasaan merokok bagi remaja

(Mu'tadin, 2002 sebagaimana dikutip dalam Rini, P., S., & Majid, Y., A., 2022) menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok pada remaja: Pertama, yaitu pengaruh orang tua. Remaja merokok adalah anak-anak yang berasal dari rumah tangga yang tidak bahagia, dimana orang tua tidak begitu memperhatikan anak-anaknya dibandingkan dengan remaja yang berasal dari lingkungan rumah tangga yang bahagia. Remaja merokok apabila orang tua sendiri yang menjadi figure juga sebagai perokok berat, maka anak-anaknya akan mungkin sekali untuk mencontohnya. Kedua, pengaruh teman. Berbagai fakta mengungkapkan bahwa semakin banyak remaja merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga dan demikian sebaliknya. Terdapat dua kemungkinan yang terjadi dari fakta tersebut, pertama remaja tersebut terpengaruh oleh teman-temannya atau sebaliknya.

Ketiga, yaitu faktor kepribadian. Orang mencoba merokok awalnya karena ingin tahu atau mungkin membebaskan diri dari kebosanan. Namun satu sifat kepribadian yang bersifat prediktif pada pengguna obat-obatan (termasuk rokok) ialah konformitas social lebih mudah menjadi pengguna di bandingkan dengan mereka yang memiliki skor rendah. Faktor kepribadian merupakan faktor penyebab dari dalam diri individu (intrinsik). Ada beberapa tipe-tipe kepribadian pada diri seseorang yang dapat memicu untuk merokok, misalnya konformitas sosial dan kepribadian lemah. Faktor penyebab keberadaannya tidak dapat dirubah hal ini sama dengan faktor intrinsik lainnya seperti umur dan genetik.

Keempat, yaitu pengaruh iklan. Melihat iklan di media masa dan elektronik yang menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambang kejantanan, membuat remaja sering kali berkeinginan untuk mengikuti perilaku seperti yang ada dalam iklan tersebut. Kelima, yaitu jenis kelamin. Perokok laki-laki jumlahnya lebih banyak dari pada perokok perempuan hal ini menunjukkan bahwa di masyarakat laki-laki yang tidak merokok dianggap kurang jantan atau kurang berani ambil risiko, ada juga anggapan bahwa seorang anak gadis tidak pantas merokok. Adanya anggapan-anggapan tersebut dimasyarakat akan mempermudah kesempatan merokok pada laki-laki. Faktor yang mempermudah seseorang untuk menjadi perokok adalah seseorang berjenis kelamin laki-laki.

Keenam, yaitu stres. Merokok mempunyai pengaruh menenangkan, membius, dan banyak menggunakannya sebagai cara menghadapi stres. Keadaan stres tidak secara langsung menimbulkan seseorang untuk merokok akan tetapi stres memicu untuk memperoleh

menggunakan sesuatu yang dapat menenangkan misalnya menghilangkan stres dengan merokok. Didalam rokok terdapat zat berupa nikotin. Nikotin beraksi dibagian otak yang mengatur bagian perasaan nyaman dan dihargai. Hal tersebut baru diketahui oleh para ahli belakangan ini setelah dilakukan berbagai penelitian lebih lanjut. Mereka menemukan bahwa perjalanan nikotin dibagian otak ternyata dapat mencapai tingkatan dopamin. Dopamin ini adalah sebuah transmisi saraf yang mempunyai fungsi menciptakan perasaan nyaman dan dihargai manusia. Perilaku merokok karena negatif, dimana merokok digunakan untuk mengurangi perasaan negatif, misalnya bila marah, cemas, gelisah, sehingga bila merokok perasaan negatif akan berkurang.

Ketujuh, yaitu budaya. Seseorang akan menjadi perokok melalui dorongan psikologis dan dorongan fisiologis. Dorongan psikologis seperti ritual-ritual dimasyarakat yang menggunakan tembakau akan menyebabkan seseorang untuk mencoba rokok walaupun mekanisme tidak secara langsung, selain itu budaya maskulinitas yang masih mengakar kuat dimasyarakat dapat juga menjadi peluang bagi seseorang untuk merokok. Kedelapan, yaitu pengalaman buruk. Laporan survey yang termuat pada *the journal of the American medical association* mengungkapkan bahwa orang memiliki pengalaman buruk pada masa kanak-kanak lebih besar kemungkinan merokok. Merokok sejak usia dini atau menjadi perokok berat diusia dewasa ini dibandingkan orang yang memiliki pengalaman sebaiknya.

Kesembilan, yaitu kemudahan memperoleh rokok. Faktor pemungkin perilaku merokok adalah terjadinya rokok dijual disekitar rumah, selain itu penjual eceran atau batangan meningkatkan akses anak dan remaja terhadap rokok. Penularan rokok batangan merupakan hal yang biasa, walaupun harga perbungkus sudah rendah. Hal ini mempermudah akses terutama bagi penjualan rokok batangan yang merupakan 30% dari total pengeluaran perusahaan rokok.

2. Dampak rokok terhadap kesehatan pengguna, orang sekitar, maupun lingkungan

Merokok adalah penyebab utama berbagai penyakit serius dan kematian dini. Dampak kesehatan akibat merokok tidak hanya terbatas pada perokok aktif, tetapi juga pada mereka yang terpapar asap rokok, dikenal sebagai perokok pasif. Pertama, yaitu penyakit jantung. Merokok meningkatkan risiko penyakit jantung koroner, serangan jantung, dan stroke. Nikotin menyebabkan pembuluh darah menyempit, meningkatkan tekanan darah, dan membebani jantung. Kedua, yaitu kanker. Rokok adalah penyebab utama kanker paru-paru. Selain itu, merokok juga meningkatkan risiko kanker mulut, tenggorokan, pankreas, ginjal, dan banyak jenis kanker lainnya.

Ketiga, yaitu penyakit pernapasan. Merokok merusak paru-paru dan meningkatkan risiko penyakit pernapasan kronis seperti bronkitis kronis dan emfisema. Keempat, yaitu kesehatan reproduksi. Merokok dapat menyebabkan impotensi pada pria dan masalah kesuburan pada wanita. Wanita yang merokok selama kehamilan memiliki risiko lebih tinggi mengalami keguguran, kelahiran prematur, dan bayi berat lahir rendah. Kelima, yaitu penuaan dini. Merokok dapat menyebabkan keriput dini dan penurunan elastisitas kulit. Ini disebabkan oleh efek nikotin dan bahan kimia lainnya pada kolagen dan elastin dalam kulit.

Perokok pasif, atau mereka yang terpapar asap rokok tanpa merokok, juga memiliki risiko kesehatan yang meningkat. Mereka dapat mengalami penyakit jantung, kanker paru-paru, dan masalah pernapasan. Dampak kesehatan akibat merokok sangat serius dan dapat mempengaruhi hampir setiap organ dalam tubuh. Penting bagi setiap individu untuk memahami risiko kesehatan yang terkait dengan merokok dan mengambil langkah-langkah untuk berhenti merokok atau menghindari paparan asap rokok.

Selain dampak kesehatan yang signifikan bagi perokok dan mereka yang terpapar asap rokok, merokok juga memberikan dampak negatif terhadap lingkungan sekitar. Pertama, yaitu deforestasi. Produksi tembakau memerlukan lahan yang luas. Hutan-hutan ditebang untuk membuat lahan pertanian tembakau, yang mengakibatkan deforestasi dan kerusakan habitat alami. Kedua, yaitu pencemaran air, tanah, pestisida, dan bahan kimia lainnya yang digunakan dalam pertanian tembakau dapat mencemari sumber air dan tanah. Ini dapat merusak ekosistem dan mempengaruhi kesehatan masyarakat di sekitar area pertanian.

Ketiga, yaitu puntung rokok. Puntung rokok adalah salah satu jenis sampah yang paling sering ditemukan di seluruh dunia. Bahan kimia berbahaya dalam puntung rokok dapat mencemari tanah dan air, merusak ekosistem akuatik dan membahayakan kehidupan laut. Keempat, yaitu polusi udara. Asap rokok mengandung ribuan bahan kimia di antaranya beracun dan dapat mencemari udara. Selain itu, produksi rokok juga menghasilkan emisi gas rumah kaca yang berkontribusi terhadap perubahan iklim. Kelima, yaitu penggunaan sumber daya. Produksi rokok memerlukan banyak air, energi, dan sumber daya alam lainnya. Ini meningkatkan jejak karbon industri tembakau dan memberikan dampak negatif terhadap lingkungan (Puspita, K. 2024:9-12).

Dampak merokok bagi lingkungan adalah isu yang sering diabaikan, tetapi sangat penting untuk dipahami. Dengan meningkatkan kesadaran tentang dampak lingkungan dari merokok, masyarakat dapat mengambil langkah-langkah untuk mengurangi jejak karbon mereka dan melindungi planet kita. Berdasarkan data yang diperoleh remaja memilih mengonsumsi rokok karena lingkungan pertemanan yang bisa dikatakan kurang baik serta ditambah dengan rasa ingin tahu yang tinggi di usia mereka yang terbilang masih labil dalam menentukan hal yang boleh dan tidak untuk dilakukan. Oleh karena itu peran orang tua sangat dibutuhkan dalam proses masa remaja dengan memberi dukungan penuh untuk kegiatan yang positif agar menjadikan remaja yang berkualitas.

KESIMPULAN

Masa remaja merupakan periode transisi yang penuh dengan perubahan emosional, sosial, dan fisik. Pada tahap ini, remaja sering kali terpengaruh oleh berbagai tantangan, termasuk perilaku negatif seperti merokok. Faktor-faktor yang memengaruhi kebiasaan merokok di kalangan remaja antara lain pengaruh orang tua, teman, iklan, jenis kelamin, stres, dan kemudahan akses terhadap rokok. Merokok memberikan dampak buruk tidak hanya pada kesehatan individu, tetapi juga pada orang di sekitarnya serta lingkungan, termasuk deforestasi, pencemaran, dan sampah puntung rokok. Oleh karena itu, sangat penting bagi orang tua dan masyarakat untuk memberikan dukungan positif kepada remaja dan membantu mereka menghindari perilaku merokok. Peran orang tua sangat penting dalam membimbing remaja untuk melewati masa transisi ini dengan cara yang sehat, serta memilih aktivitas yang lebih bermanfaat untuk masa depan yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, R. (2011). *Bahaya Merokok*. Jakarta Timur: PT Sarana Bangun Pustaka.
- Herawati, A. (2021). *Monograf Edukasi Bahaya Merokok Bagi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja*. Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management.
- Puspita, K. (2024). *Dari Merokok Ke Hidup Sehat*. D.I.Yogyakarta: Victory Pustaka Media.
- Rini, P., S., & Majid, Y., A. (2022). *Analisis Kebiasaan Merokok dan Status Gizi Pada Remaja*. Jawa Tengah: Wawasan Ilmu.
- Rochka, M., M., Anwar, A., A., & Rahmadani, S. (2019). *Kawasan Tanpa Rokok Di Fasilitas Umum*. Jawa Timur: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Shidiq, A., F., & Santoso Tri Raharjo, S., T. (2018). Peran Pendidikan Karakter Di Masa Remaja Sebagai Pencegahan Kenakalan Remaja. *Prosiding Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat*. 5(2), 176-187.
- Shofa, M., L., Ismanto, H., S., & Setiawan, A. (2024). Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja Di Desa Kebonsari Kecamatan Rowosari. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*. 4(1), 11-19.