

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan bagian dari kelompok usia dewasa muda yang sedang berada dalam fase transisi penting dari kehidupan remaja menuju dunia profesional. Pada tahap ini, mereka mulai membentuk identitas diri, menetapkan tujuan hidup, serta belajar menghadapi tanggung jawab yang lebih besar, baik secara akademik maupun sosial. Proses transisi ini sering kali disertai dengan tekanan dan tantangan, seperti tuntutan akademik yang tinggi, penyesuaian dengan lingkungan sosial baru, serta pencarian jati diri. Kondisi tersebut dapat memengaruhi pola perilaku, termasuk perilaku kesehatan. Salah satu kebiasaan yang cukup sering ditemui di kalangan mahasiswa adalah merokok. Bagi sebagian mahasiswa, merokok dianggap sebagai cara untuk mengatasi stres, membangun relasi sosial, atau sekadar mengikuti tren pergaulan. Namun, kebiasaan ini tidak dapat dipandang sebelah mata karena memiliki dampak jangka panjang yang serius terhadap kualitas hidup (Victoria & Kuntjoro, 2023).

Merokok merupakan aktivitas yang menghadirkan berbagai masalah kesehatan, karena dapat memicu timbulnya penyakit-penyakit berbahaya yang berpotensi mengakibatkan kematian, baik bagi perokok itu sendiri maupun orang-orang di sekitarnya. Meskipun para perokok umumnya menyadari bahwa kebiasaan ini dapat mendatangkan berbagai risiko kesehatan, kenyataannya sangat sulit untuk mengendalikan dorongan untuk merokok. Berbagai faktor, termasuk pengaruh

lingkungan seperti teman sebaya dan orang tua yang juga merokok, turut berperan dalam memperkuat kebiasaan tersebut (Suparyanto dan Rosad (2015, 2020)

Merokok merupakan salah satu faktor risiko penting yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan di dunia. Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa kebiasaan ini menyebabkan sekitar 6 juta kematian setiap tahun. Lebih dari 5 juta di antaranya terjadi pada perokok aktif, sedangkan lebih dari 600.000 kematian lainnya disebabkan oleh paparan asap rokok pada perokok pasif (WHO, 2016). WHO juga memperkirakan bahwa jumlah perokok di negara maju sekitar 300 juta orang, sementara di negara berkembang jumlahnya jauh lebih tinggi, yaitu sekitar 800 juta orang. Indonesia termasuk dalam lima negara dengan jumlah perokok terbanyak di dunia. (Rawung *et al.*, 2017).

Bahaya juga muncul pada kesehatan manusia setiap kali seseorang merokok, berisiko terpapar 45 macam zat kimia berbahaya. Beberapa bahan berbahaya yang penting antara lain seperti *lutidin, rubidin, formaldehida, asam karbolik, metalimin, akreolit, colidi, viridin, arsenik, asam formiat, nikotin, hidrogen sulfida, pirel, furfural, benzoa, metanol, asam hidrosianat, amonia, metana, karbon monoksida*, serta senyawa lainnya seperti korodin dan piridin. Beberapa zat tersebut bersifat toksik dan dapat memberikan dampak serius bagi tubuh. Misalnya, kolidin diketahui dapat menyebabkan gangguan pada sistem saraf hingga berpotensi menimbulkan kelumpuhan dan kematian jika terpapar dalam jangka panjang. Selain itu, asam karbolik dan asam hidrosianat termasuk dalam golongan racun yang sangat berbahaya. Setiap kali seseorang merokok, ia akan menghirup berbagai zat oksidan dan radikal

bebas yang masuk ke dalam paru-paru dan dapat merusak jaringan tubuh. Saat ini, dampak negatif merokok terhadap kesehatan sebenarnya telah banyak diketahui oleh masyarakat. (Alfarisy *et al.*, 2016).

Perilaku merokok dapat memengaruhi kualitas hidup, khususnya pada kelompok remaja. Remaja yang memiliki kebiasaan merokok cenderung lebih rentan mengalami gangguan kesehatan fisik, seperti mudah lelah, penurunan konsentrasi saat belajar, serta gangguan pada sistem pernapasan, misalnya sesak napas. Selain itu, mereka juga lebih rentan mengalami tekanan darah tinggi (hipertensi) serta perubahan warna bibir dan permukaan lidah yang tampak kebiruan atau pucat, yang mengindikasikan kondisi kekurangan oksigen (hipoksia). Kondisi ini membuat tubuh remaja perokok lebih mudah terserang berbagai penyakit, khususnya yang berkaitan dengan saluran pernapasan. Beberapa permasalahan yang berkaitan dengan kebiasaan merokok salah satunya adalah meningkatnya risiko terjadinya gangguan tidur, seperti insomnia. Merokok juga berdampak negatif terhadap tingkat kebugaran jasmani, karena tubuh menjadi lebih cepat lelah dan kurang bertenaga. Selain berdampak pada kesehatan, kebiasaan merokok juga dapat memengaruhi prestasi belajar. Siswa yang merokok cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk memperoleh nilai yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang tidak merokok. Selain dampak fisik dan akademik, merokok juga memengaruhi aspek psikososial, seperti hubungan dengan orang tua, tingkat kemandirian, serta dukungan sosial dari teman sebaya (Pinaria *et al.*, 2023).

Kualitas hidup meliputi beberapa domain, yaitu fisik, psikologis, lingkungan, dan sosial. Domain fisik mencakup aktivitas sehari-hari, ketergantungan pada obat,

mobilitas, kondisi kesehatan, waktu istirahat, serta kapasitas kerja. terdapat faktor yang mempengaruhi kualitas hidup terdiri dari faktor intern dan faktor ekstern. Faktor internal meliputi ciri-ciri pribadi keterampilan tertentu yang berpotensi seseorang mengambil keputusan pribadi. Faktor eksternal meliputi kondisi lingkungan yang ditempati oleh seseorang. Berbagai penelitian yang meneliti tentang kualitas hidup juga mengungkapkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi, diantaranya yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, status pernikahan, pekerjaan dan kesehatan. Sementara itu, domain psikologis berkaitan dengan perasaan, harga diri, keyakinan atau agama, serta kemampuan berkonsentrasi. Domain sosial meliputi hubungan antar individu, dukungan sosial yang diterima, dan aktivitas seksual. Terakhir, domain lingkungan mencakup sumber keuangan, akses terhadap informasi, kondisi tempat tinggal, tingkat keamanan, dan kebebasan yang dimiliki (Victoria & Kuntjoro, 2023).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis membuat perumusan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan kualitas hidup antara Mahasiswa yang Merokok dan tidak Merokok ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan kualitas hidup mahasiswa Merokok dan tidak Merokok di Program Studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Malang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisa karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, status merokok, dan kualitas hidup mahasiswa
- b. Untuk mengetahui apakah ada perbedaan kualitas hidup antara mahasiswa yang merokok dan yang tidak merokok.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademis

Penelitian ini bermanfaat sebagai referensi hubungan kebiasaan merokok terhadap kualitas hidup mahasiswa

2. Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan kebiasaan merokok dengan kualitas hidup, khususnya pada kalangan mahasiswa.

3. Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil penelitian diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya mahasiswa tentang hubungan kebiasaan merokok dalam menjaga kesehatan fisik dan meningkatkan kualitas hidup.

Tabel 1 Keaslian Penelitian

NO	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Perbedaan Penelitian
1.	Indra Kurniawan, T. Khairul Fadjri, dan Agus Hendra Al Rahma (2021)	Perbedaan Status Gizi Antara Perokok dan bukan Perokok Pada Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh	Desain : Deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel : Mahasiswa Variabel Independen: Merokok (perokok dan bukan perokok). Variabel Dependen: Status gizi mahasiswa Alat Ukur: Pengukuran IMT	Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa Tidak terdapat perbedaan signifikan dalam status gizi berdasarkan IMT antara mahasiswa perokok dan non-perokok di Poltekkes Kemenkes Aceh.	Penelitian ini berfokus pada Perbedaan Status Gizi Antara Perokok dan bukan Perokok dengan berfokus pada dampak merokok terhadap asupan dan pemenuhan zat Gizi, Sedangkan penelitian yang peneliti angkat berfokus untuk meneliti Perbandingan Kualitas hidup Mahasiswa Merokok dan tidak Merokok, yang mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan.
2.	Jenni Inggrit Yarangga, Fiane de Fretes, dan Heri Setiawan	Kesejahteraan Psikologis pada Perokok dan Non Perokok di Salatiga	Desain: kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelatif dan tipe studi cross-sectional.	Penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dalam kesejahteraan	Penelitian ini berfokus pada aspek kesejahteraan psikologis (<i>psychological well-being</i>) antara perokok dan non-perokok di wilayah Salatiga, di mana

	(2021)		Sampel : Mahasiswa Variabel Independen : Kebiasaan Merokok Variabel Dependen : tingkat kesejahteraan psikologis. Alat Ukur: Pengukuran IMT	psikologis antara mahasiswa perokok dan non-perokok. Keduanya umumnya berada pada tingkat kesejahteraan sedang, dipengaruhi oleh faktor seperti pengendalian diri dan alasan merokok atau tidak merokok.	variabel yang diteliti lebih mengarah pada kondisi mental dan emosional individu, seperti tingkat stres, kecemasan, dan kepuasan hidup secara psikologis, Sedangkan penelitian yang peneliti angkat berfokus untuk meneliti Perbandingan Kualitas hidup Mahasiswa Merokok dan tidak Merokok. yang mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan.
3.	Verren Natalie dan Susy Olivia Lontoh. (2020)	Perbandingan Fungsi Paru antara Mahasiswa Perokok dan bukan Perokok di Fakultas Teknik Universitas Tarumanagara	Desain: Analitik Observasional Dengan Metode Cross-Sectional Sampel: Mahasiswa Variabel Independen: Status Merokok Variabel Dependen: Fungsi Paru.	Penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan signifikan fungsi paru antara perokok dan non-perokok Kebiasaan merokok terbukti memengaruhi fungsi paru, meski faktor risiko lain juga berperan.	Penelitian ini berfokus pada Perbandingan Fungsi Paru antara Mahasiswa Perokok dan bukan Perokok, dengan menilai dampak merokok terhadap kapasitas dan kesehatan paru-paru. Sedangkan penelitian yang peneliti angkat berfokus untuk meneliti Perbandingan Kualitas hidup Mahasiswa Merokok dan tidak Merokok. yang mencakup

			Alat Ukur: parameter fungsi paru yang meliputi kapasitas vital paru (VC), kapasitas vital paksa (FVC), dan nilai volume ekspirasi paksa detik pertama (FEV1).		dimensi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan.
4.	Sri Suharti dan Marliyana (2025)	Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku merokok pada remaja	Desain: kuantitatif dengan desain cross sectional. Sampel: siswa SMA Negeri 2 Punduh Pedada Variabel Independen: Pengetahuan dan sikap remaja terhadap perilaku merokok Variabel Dependen: Perilaku merokok pada remaja.	Terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap perilaku merokok pada remaja. Sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan yang baik dan sikap yang negatif terhadap merokok, yang berpengaruh pada perilaku mereka.	Penelitian ini berfokus pada Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku merokok pada remaja, Sedangkan penelitian yang peneliti angkat berfokus untuk meneliti Perbandingan Kualitas hidup Mahasiswa Merokok dan tidak Merokok, yang mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan.

			Alat Ukur: Kuesioner		
5.	Hanif Azis Budiarto, Nia Nuryanti Permata, Narwikant Indroasyoko, dan Achmad Muhammad (2023)	Perilaku Merokok Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Polman Bandung	Desain: deskriptif kualitatif dengan Metode survei digunakan untuk mengumpulkan data terkait kebiasaan merokok dan prestasi belajar mahasiswa di Polman Bandung. Sampel: simple random sampling, dengan jumlah responden sebanyak 207 siswa yang valid dari 217 yang mengisi kuesioner. Variabel Independen : Perilaku merokok Variabel Dependen : Prestasi belajar siswa	Menunjukkan bahwa mahasiswa non-perokok di Polman Bandung menunjukkan prestasi belajar yang secara signifikan lebih baik dibandingkan mahasiswa perokok. Hal ini terlihat dari persentase mahasiswa non-perokok yang mencapai $IPK \geq 3,5$ sebesar 19,85%, sedangkan pada kelompok perokok hanya sebesar 5,63%.	Penelitian ini berfokus pada Perilaku Merokok Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa, dengan menitikberatkan pada hubungan antara kebiasaan merokok dan capaian akademik. Sedangkan penelitian yang peneliti angkat berfokus untuk meneliti Perbandingan Kualitas hidup Mahasiswa Merokok dan tidak Merokok, yang mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan.

202210490311030
M. Raiz Muthohiry
Prodi Fisioterapi

			Alat Ukur : Kuesioner yang disebarkan melalui Google Form.		
--	--	--	---	--	--

