

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja menurut *World Health Organization* (WHO), merupakan sekelompok penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Secara umum, masa remaja dibagi menjadi tiga periode, yaitu: remaja awal (12-15 tahun), di mana individu mulai lepas dari ketergantungan pada orang tua dan berusaha mengembangkan potensi diri sebagai pribadi yang mandiri; remaja tengah (15-18 tahun), saat kemampuan berpikir meningkat dan individu mulai mampu mengarahkan dirinya sendiri, meskipun pengaruh teman sebaya masih cukup besar; serta remaja akhir (18-21 tahun), yaitu fase terakhir masa remaja yang berfungsi sebagai persiapan dalam menjalani peran dewasa (Fahrurrozi, 2022). Masa remaja merupakan masa transisi yang menandai perubahan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya, di mana seseorang meninggalkan hal-hal lama dan bersiap menyongsong hal-hal baru (Suryana et al., 2022).

Masa remaja merupakan fase kehidupan di mana manusia mengalami perubahan-perubahan yang signifikan, baik secara fisik, psiko-sosial, maupun spiritual (Ruimassa, 2023). Pada usia ini, banyak masalah yang muncul dalam perkembangan fisik dan mental, seperti sikap memberontak, susah diatur, kurang percaya diri, merasa malu dengan penampilan, cepat bosan, dan lain sebagainya. (Waruwu & Hura, 2022).

World Health Organization (2024) mendefinisikan rentang usia remaja adalah 10-19 tahun mencapai 1,3 miliar dari 8 miliar total populasi global. Sementara itu berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Indonesia jumlah penduduk Indonesia tahun 2024 adalah sebesar 44,1 juta jiwa penduduk Laki - laki & Perempuan. Di provinsi Jawa Tengah, jumlah penduduk berdasarkan proyeksi penduduk tahun 2024 sebanyak 5,5 juta jiwa penduduk laki – laki Perempuan. Jumlah penduduk di Klaten tahun 2024 terdapat 1,3 juta jiwa yang terdiri atas usia produktif tercatat 825,78 ribu atau 63,51%, anak-anak 254,89 ribu atau 19,61% dan 16,88% sisanya atau sebanyak 219,47 ribu merupakan penduduk usia lanjut. Pada tahun 2024 diperkirakan jumlah Laki – laki & perempuan di

Klaten yang berusia 10-19 tahun sebanyak 195 ribu jiwa. Berdasarkan data tersebut, menunjukkan bahwa besarnya penduduk usia remaja perlu mendapatkan perhatian.

Secara psikologis, masa remaja merupakan periode ketika individu mulai berintegrasi dengan masyarakat dewasa (Firdaus & Marsudi, 2021). Banyak berbagai macam tindak kenakalan remaja, mulai dari yang ringan seperti bolos sekolah, hingga yang berat seperti narkoba, merokok, dan seks bebas bahkan sampai mencelakai orang lain (Sodik & Anwar, 2024). Berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS), persentase kenakalan remaja yang berkaitan dengan kebiasaan merokok di Kabupaten Klaten menunjukkan tren peningkatan setiap tahunnya. Pada tahun 2022 tercatat sebesar 12,12%, meningkat menjadi 13,52% pada tahun 2023, dan kembali naik menjadi 18,46% pada tahun 2024.

Merokok merupakan salah satu faktor yang dapat menurunkan kadar HDL (kolesterol baik) dalam darah sekaligus meningkatkan kadar kolesterol LDL (kolesterol jahat). Selain itu, rokok juga menunjukkan *efek dosis-respons*, artinya semakin muda seseorang mulai merokok, semakin besar dampak negatif yang akan dirasakan. Kebiasaan merokok ini umum ditemui dalam kehidupan sehari-hari atau *life style* dan menjadi salah satu faktor risiko utama terhadap berbagai penyakit tidak menular (PTM), seperti penyakit kardiovaskular, penyakit paru kronis, berbagai jenis kanker, serta diabetes mellitus (Lily Marleni et al., 2025). Salah satu faktor internal penyebab perilaku merokok adalah rasa keingintahuan yang tinggi tentang rokok, yang memicu dorongan untuk merasakan rokok dan keinginan untuk menyenangkan hati, serta mengurangi dan keraguan (Putri et al., 2025).

Gangguan kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang paling umum dialami oleh remaja. Masa remaja adalah fase perkembangan yang penuh tantangan, di mana individu mengalami perubahan signifikan dalam aspek fisik, emosional, sosial, dan akademik. Perubahan hormon yang terjadi selama fase ini dapat memperkuat respons emosional, menjadikan remaja lebih rentan terhadap stres dan kecemasan (Adit Shaprizal et al., 2025). Kecemasan yang dialami oleh remaja seringkali menjadi pemicu bagi mereka untuk mulai merokok karena merokok dapat merangsang saraf sehingga menimbulkan efek relaksasi, mengurangi ketegangan, membantu fokus, serta mendukung dalam menghadapi masalah sosial (Desy Rosiana & Dhian Riskiana Putri, 2024). Menurut data RISKESDAS RI 2023, terdapat peningkatan perilaku merokok di kalangan remaja berusia 10-18 tahun di Indonesia, dengan persentase sebesar 7,4% pada

tahun 2023. Sementara itu, data dari Badan Pusat Statistik (2023) menunjukkan bahwa tingkat kebiasaan merokok di kalangan remaja Kabupaten Klaten mencapai 13,52%.

Penelitian menunjukkan bahwa masa transisi dari kanak-kanak ke masa remaja menimbulkan berbagai kesulitan dalam menyesuaikan diri baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan sosial. Kesulitan tersebut mempengaruhi sikap remaja yang cenderung masih labil sebagai cerminan kondisi pribadi mereka. Keinginan untuk diakui sebagai individu dewasa sering kali mendorong mereka meniru kebiasaan orang dewasa tanpa mempertimbangkan secara matang. Padahal, keputusan yang diambil pada masa remaja sangat penting karena dapat berdampak langsung pada sikap, perilaku, serta konsekuensi jangka panjang. Dalam lingkungan pergaulan, merokok dipandang sebagai salah satu cara menegaskan eksistensi diri, sehingga muncul sikap acuh terhadap dampak negatifnya (Almaidah et al., 2020).

Gangguan kecemasan merupakan sekumpulan kondisi yang gambaran penting tentang kecemasan yang berlebihan, disertai respons perilaku, emosional, dan fisiologis. Individu yang mengalami gangguan kecemasan dapat memperlihatkan perilaku yang tidak lazim seperti panik tanpa alasan, takut yang tidak beralasan terhadap objek atau kondisi kehidupan, melakukan tindakan berulang-ulang tanpa dapat dikendalikan, mengalami kembali peristiwa yang traumatik, atau rasa khawatir yang tidak dapat dijelaskan atau berlebihan (Pristianto et al., 2022). Tingkat kecemasan dibagi menjadi beberapa tingkatan, antara lain kecemasan ringan yang berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan sedang memungkinkan individu untuk memfokuskan pada hal-hal penting dan mengabaikan hal-hal yang tidak relevan, meski ditandai dengan penurunan perhatian, kegugupan, dan mudah tersinggung dalam menyelesaikan masalah (Kustika, 2021). Kecemasan yang berlebihan dapat menyebabkan stres, yang berdampak nyata pada individu baik secara fisik, psikologis, intelektual, maupun fisiologis. Kecemasan berfungsi sebagai peringatan akan kemungkinan bahaya sehingga memungkinkan individu menyiapkan reaksi adaptif. Namun, kecemasan yang berlebihan dapat memengaruhi perilaku seseorang, seperti menimbulkan rasa takut yang berlebihan (Covid-, 2022)

Remaja yang mengalami kecemasan cenderung mengalami gejala mulai dari rasa gelisah hingga manifestasi jasmani, seperti jantung berdenyut kencang dan tensi tinggi. Beberapa orang dapat menjalani beberapa jam sehari tanpa merasa cemas atau gugup terhadap apa pun. Gejala ini sudah biasa muncul dan seringkali dianggap hal yang

normal oleh banyak individu (Setiawati et al., 2024) Situasi tersebut menimbulkan tekanan secara massif pada masa pertumbuhan. Memahami kondisi kecemasan sejak awal akan mampu menangkal secara dini munculnya potensi dampak negatif. Namun demikian, banyak usia muda memilih untuk memendam sendiri kondisi tersebut dan tidak menceritakan rasa cemas yang dialami kepada orang lain (Sulistyo et al., 2023). Salah satu aspek penting yang seringkali diabaikan dalam upaya pencegahan dan penanganan kecemasan remaja adalah kurangnya kemampuan komunikasi yang sehat dan efektif, baik antar remaja itu sendiri maupun antara remaja dengan pihak-pihak yang berwenang seperti guru, orang tua, dan tokoh masyarakat (Mahesha et al., 2024).

Keluarga merupakan unsur terpenting dalam mengenalkan nilai, norma, serta tujuan-tujuan dalam suatu masyarakat. Tingginya tingkat kriminalitas di kalangan remaja seringkali dianggap sebagai akibat dari kurangnya penerapan aturan dan norma yang ada di masyarakat, yang kemudian menjadi kesalahan keluarga. Salah satu faktor penyebab tingginya kenakalan remaja adalah ketidakberfungsian keluarga. Keluarga dianggap gagal dalam membimbing remaja sehingga menyebabkan mereka melakukan perilaku menyimpang (Jual et al., 2023). Penelitian mengenai faktor keluarga menunjukkan bahwa dukungan dan peran keluarga menjadi penyebab perilaku merokok pada remaja.

Menurut Oktania et al. (2023), status keluarga *broken home* dan keberadaan orang tua yang merokok dapat mendorong remaja untuk merokok. Namun, penelitian ini tidak menemukan bukti bahwa status keluarga *broken home* memiliki pengaruh terhadap perilaku merokok pada remaja. Remaja dari keluarga *broken home* cenderung tidak terpengaruh untuk merokok jika mereka memiliki pemahaman yang baik mengenai bahaya merokok. Sebaliknya, faktor keluarga yang orang tuanya merokok menjadi penyebab utama remaja merokok, karena kurangnya dukungan keluarga untuk mencegah kebiasaan tersebut.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilaksanakan tanggal 05 Agustus 2025 di Desa Planggu Semarapura pada 10 orang remaja yang dilakukan secara wawancara. Didapatkan 20% remaja putra tidak merokok dan 80% remaja putra merokok. Mayoritas perilaku merokok pada remaja faktor kecemasan yang dialami karena adanya beban secara psikologis akibat tugas yang terlalu banyak. Berdasarkan fenomena, jurnal, dan studi pendahuluan yang dilakukan serta masalah yang dialami remaja yang mengakibatkan adanya kebiasaan merokok, sehingga peneliti tertarik meneliti “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Perilaku Merokok pada Remaja”.

B. Urgensi Penelitian

Penelitian mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan perilaku merokok pada remaja memiliki urgensi yang tinggi dalam bidang keperawatan, terutama pada keperawatan jiwa dan komunitas. Masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat rentan terhadap perubahan emosional dan sosial, sehingga sering kali menimbulkan tekanan psikologis seperti kecemasan (Husna et al., 2020). Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat memicu perilaku maladaptif, salah satunya kebiasaan merokok sebagai bentuk mekanisme koping yang keliru (Kustika, 2021). Fenomena ini penting untuk diteliti karena perilaku merokok pada remaja tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga berhubungan erat dengan kesejahteraan psikologis dan sosial mereka.

Dalam konteks keperawatan, penelitian ini menjadi penting karena dapat membantu tenaga perawat dalam mengidentifikasi faktor psikologis yang memengaruhi perilaku berisiko pada remaja, sehingga dapat dilakukan intervensi keperawatan yang tepat. Perawat memiliki peran strategis dalam upaya promotif dan preventif untuk mencegah perilaku tidak sehat melalui pendidikan kesehatan dan konseling mengenai pengendalian kecemasan (Sodik, M., & Anwar, 2024). Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam penyusunan program intervensi keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing*) di bidang kesehatan jiwa dan komunitas.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas perilaku merokok pada remaja menjadi fenomena yang mengkhawatirkan, khususnya di Desa Planggu, yang memiliki jumlah populasi remaja lebih banyak dibandingkan Desa Kalikebo hanya 140 sedangkan di Desa Gaden 158. Munculnya kecenderungan merokok pada kelompok usia remaja tidak semata-mata dipengaruhi oleh faktor lingkungan atau sosial, namun juga erat kaitannya dengan kondisi psikologis, salah satunya tingkat kecemasan yang dialami individu, berdasarkan data tingkat kenakalan remaja yang terkait dengan kebiasaan merokok di Kabupaten Klaten mencapai 13,52%. Dari hasil studi pendahuluan pada 05 Agustus dengan melakukan wawancara di Desa Planggu Semarang pada 10 orang remaja yang dilakukan secara wawancara. Didapatkan 20% remaja putra tidak merokok dan 80% remaja putra merokok.

Berdasarkan rumusan masalah tersebut diatas maka pertanyaan dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada hubungan tingkat kecemasan dengan Merokok pada Remaja di Desa Planggu Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten ?”

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan dengan perilaku merokok pada remaja putra di Desa Planggu.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini :

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden remaja putra di Desa Planggu, Trucuk, Klaten, meliputi aspek usia, pendidikan terakhir, pekerjaan
- b. Mendeskripsikan tingkat kecemasan remaja putra di Desa Planggu, Trucuk, Klaten.
- c. Mendeskripsikan perilaku merokok pada remaja putra di Desa Planggu, Trucuk, Klaten.
- d. Menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan dengan perilaku merokok pada remaja putra di Desa Planggu, Trucuk, Klaten.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi tentang hubungan tingkat kecemasan dengan perilaku merokok pada remaja.

2. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan serta menambah pengetahuan kepada masyarakat luas dan khususnya pada remaja tentang hubungan tingkat kecemasan dengan perilaku merokok.

3. Bagi pelayanan kesehatan

Tenaga kesehatan yang menggunakan penelitian ini untuk mengetahui tentang hubungan tingkat kecemasan dengan banyak remajayang merokok. Serta perawat

juga dapat memberikan penyuluhan untuk remaja agar mengerti dampak rokok bagi kesehatannya apabila terlalu banyak mengkosumsi rokok.

4. Bagi remaja

Penelitian ini diharapkan dapat bergua bagi remaja, dapat memberikan informasi dan menambah wawasan bagi remaja dalam mengurangi perilaku merokok yang dapat mengakibatkan efek tidak baik bagi tubuh.

5. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi penelitian selanjutnya.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama peneliti	Judul (penelitian,tahun)	Metode	Hasil	Perbedaan
1.	Almaidah (2020)	Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dan Perilaku Merokok pada Remaja di Kabupaten Tangerang	Kuantitatif deskriptif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 104 responden dengan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> . Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) dan menggunakan uji statistik <i>Pearson Correlation</i>	Dari hasil uji statistik korelasi menunjukkan terdapat hubungan positif dengan kekuatan sedang antara tingkat kecemasan dan perilaku merokok pada remaja Tangerang ($r=0.431$, $p\text{-value} < 0.05$)	Perbedaan pada penelitian ini terletak pada populasi. Variabel Dependent : Intensitas Perilaku Merokok, pada Teknik sampling penelitian dengan <i>non Probability Sampling</i> , Intrumen penelitian perilaku merokok, dan populasi dan sampel penelitian.
2.	Ni Kadek Rika Zeni Pranawati (2022)	Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan	Desain yang digunakan analitik korelatif dengan	Hasil penelitian ini Menunjukkan mayotitas tingkat kecemasan	Perbedaan pada penelitian ini terletak pada populasi.

No	Nama peneliti	Judul (penelitian,tahun)	Metode	Hasil	Perbedaan
		Perilaku Merokok Pada Remaja di SMA Negeri 1 Semarang	pendekatan <i>crosssectional</i> . Populasi penelitian ini siswa kelas X, XI, dan XII SMA Negeri 1 Semarang yang berjumlah 533 dengan jumlah sampel 223. Teknik sampling yang digunakan adalah <i>cluster sampling</i> . Instrument yang digunakan adalah kuesioner kecemasan dan perilaku merokok. Teknik analisa data menggunakan uji Spearman'rho.	sebagian kategori sebanyak (52,9%) perilaku merokok sebagian kategori tinggi sebanyak (51,1%). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan perilaku merokok pada remaja di SMA Negeri 1 Semarang dengan kekuatan korelasi sangat rendah yaitu 0,191 dan arah korelasi negatif (-).	Variabel Dependent : Intensitas Perilaku Merokok, pada Teknik sampling penelitian dengan <i>Probability Sampling</i> , instrumen perilaku merokok berbeda, dan sampe dan populasi berbeda.
3.	Rumasoreng, Winahyu & Yoyoh (2023)	Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Perilaku Merokok pada Remaja SMA di Kabupaten Tangerang	Kuantitatif korelasi dengan desain <i>cross sectional</i> . Sampel 104 siswa SMA. Instrumen HARS untuk kecemasan dan kuesioner perilaku merokok (Feny, 2020). Analisis menggunakan Spearman rho	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 104 responden terdapat 19 responden dengan tingkat kecemasan ringan dan perilaku merokok rendah (82,6%) dan 34 responden dengan tingkat kecemasan sedang dan perilaku merokok sedang (34%). Dari hasil uji Pearson Correlation Koefisien korelasi sebesar 0,431 menunjukkan bahwa hubungan antara keduanya sedang dan tingkat	Penelitian saya berbeda karena fokus pada remaja putra di Desa Planggu, bukan siswa SMA. Selain itu, penelitian saya ingin melihat konteks sosial desa sehingga hasilnya diharapkan berbeda dengan daerah perkotaan.

No	Nama peneliti	Judul (penelitian,tahun)	Metode	Hasil	Perbedaan
				kemaknaan $\alpha= 0,05$ didapatkan p - value =	

