

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandemi virus corona tahun 2019 atau COVID-19 mempunyai dampak yang beragam kepada kehidupan manusia. Dampak tersebut menyerang kesehatan fisik dan psikologis suatu individu.¹ Hal ini dapat terjadi karena adanya perubahan-perubahan cukup drastis yang terjadi di kehidupan seseorang. Perubahan tersebut dapat membuat masalah-masalah psikologis seperti stres, ansietas, depresi, insomnia, marah, dan lainnya.²

Dalam kacamata psikopatologi, pandemi COVID-19 ini dapat menjadi bentuk *stressor* yang baru kepada manusia.² *Stressor* tersebut bisa datang dalam bentuk ketakutan akan terkena infeksi, frustrasi dan kebosanan, durasi karantina, perekonomian dan lainnya.³ Pada level individu, seseorang dapat merasakan perasaan seperti ketakutan akan kematian, ketakutan akan terkena infeksi, perasaan tidak berdaya dan ketakutan akan dihakimi oleh masyarakat.⁴

Pandemi ini mempunyai dampak yang sangat besar terhadap kesehatan mental suatu populasi. Apabila hal ini terus berkembang dan tidak terkendali, dapat menyebabkan krisis psikologis.⁵ Sebuah penelitian yang dilakukan di beberapa negara menemukan bahwa, saat pandemi ini, terdapat prevalensi yang relatif tinggi untuk stres (8,1% - 81,9%). Angka tersebut mengalahkan prevalensi masalah psikologis lainnya seperti ansietas, depresi, gangguan psikologis, dan *post-traumatic stress disorder*. Pada penelitian tersebut juga ditemukan bahwa salah satu faktor resiko dari tingginya tingkat stres adalah kelompok pelajar dengan usia dibawah 40 tahun.⁶

Kebiasaan merokok adalah salah satu gejala psikologis yang dapat muncul apabila seseorang mendapat paparan terhadap stres.⁷ Bagi sebagian orang, merokok

adalah salah satu bentuk *coping* terhadap stres. Hal ini bisa terjadi karena adanya zat nikotin yang memberikan perasaan nyaman kepada individu tersebut.⁸ Pada penelitian sebelumnya juga ditemukan bahwa subjek yang mempunyai tingkat stres yang tinggi, cenderung untuk mempunyai perilaku kebiasaan merokok yang lebih berat. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa paparan stres atau *stressor* dapat datang dari pekerjaan, ekonomi, dan hubungan dengan pasangan.⁹⁻¹²

Pada penelitian lainnya yang dilakukan di masa pandemi, didapatkan juga bahwa tingkat kesuksesan berhenti merokok sebelum dan sesudah pandemi memiliki peningkatan. Ditemukan bahwa di suatu klinik berhenti merokok, angka kesuksesan berhenti merokok sebelum pandemi adalah 23,7% dan angka kesuksesan berhenti merokok saat pandemi adalah 31,1%.¹³ Hal ini menimbulkan beberapa pertanyaan karena penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang ada sebelumnya dimana peningkatan tingkat stres akan berpengaruh positif kepada intensitas merokok.

Oleh karena semua hal diatas, penelitian ini dibuat untuk mencari tahu hubungan antara stres pada saat pandemi COVID-19 dan perilaku merokok pada pelajar. Pada penelitian ini, harapan penulis adalah untuk mencari tahu respon intensitas perilaku merokok terhadap tingkat stres pada masa pandemi COVID-19.

1.2 Perumusan Masalah

Pada penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa tingkat stres individu dan perilaku kebiasaan merokok mempunyai perbandingan yang lurus.^{14,15} Ditemukan juga dipenelitian lain bahwa pada saat pandemi COVID-19, tingkat stres seseorang relatif tinggi.^{1,6} Namun, pada penelitian lainnya, ditemukan bahwa pada masa pandemi ini, tingkat kesuksesan berhenti merokok pada suatu individu justru meningkat.¹³ Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilaksanakan untuk mengetahui hubungan dari tingkat stres akibat pandemi COVID-19 dan perilaku kebiasaan merokok.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- Apakah terdapat hubungan antara stres pada masa pandemi COVID-19 dan perilaku merokok?
- Bagaimana prevalensi tingkat stres akibat pandemi COVID-19?
- Bagaimana prevalensi perilaku merokok saat pandemi COVID-19?

1.4 Tujuan Penelitian.

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui ada tidaknya hubungan dan tipe hubungan antara stres akibat pandemi COVID-19 dan perilaku merokok pada pelajar.

1.4.2 Tujuan Khusus

- Mengetahui prevalensi tingkat stres akibat pandemi COVID-19 pada pelajar.
- Mengetahui prevalensi perilaku merokok pada pelajar saat pandemi COVID-19.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

- Diharapkan penelitian ini bisa menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya yang mengambil topik tentang korelasi kebiasaan merokok dan tingkat stres di masa pandemi COVID-19.

1.5.2 Manfaat Praktis

- Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini, penanganan kesehatan mental pada pandemi COVID-19 ini bisa ditingkatkan kembali.
- Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini, kampanye tentang pentingnya kesehatan mental tetap dilaksanakan.
- Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini, kampanye tentang berhenti merokok tetap harus dilaksanakan pada masa pandemi ini.