



Hubungan Motivasi Perawat dengan Upaya Berhenti Merokok pada Perawat di RSUD Kota XYZ Tahun 2024

¹Mitha Erlisya Puspandhani

*^{1,2}Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada
Email: mitha_m3p@yahoo.com*

Abstrak

Pendahuluan: Perilaku merokok merupakan hal yang biasa bagi kebanyakan masyarakat di Indonesia. Rokok secara luas menjadi salah satu penyebab kematian terbesar di dunia. Adapun penyebab kematian utama para perokok tersebut adalah kanker, penyakit jantung, paru-paru, dan stroke. **Tujuan Penelitian:** Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara motivasi perawat dengan upaya berhenti merokok pada perawat di RSUD Kota XYZ tahun 2024. **Metode Penelitian:** Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat Kota XYZ yang berjumlah 265 orang dan pengambilan sampel menggunakan metode total sampling berjumlah 49 orang perawat yang merokok. Pengambilan data penelitian dengan menggunakan kuesioner. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden (85,3%) dengan motivasi tinggi, lebih dari setengah responden (53,1%) memiliki upaya berhenti merokok yang tinggi dan berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan Chi Square menunjukkan bahwa ada hubungan antara motivasi perawat dengan upaya berhenti merokok pada perawat di RSUD Kota XYZ (ρ value = 0,016 ; α = 0,05). **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa motivasi perawat berhubungan dengan upaya berhenti merokok pada perawat di RSUD Kota XYZ.

Kata Kunci : Berhenti Merokok, Motivasi, Perawat.

Abstract

Smoking behavior is common to most people in Indonesia. Smoking is widely becoming one of the biggest causes of death in the world. The main causes of death are smokers cancer, heart disease, lung and stroke. In developing countries, such as Indonesia's number of smokers over time has increased and reached 65 million people. Similarly, among nurses, which smoking behavior is very easy to find. The purpose of this study to determine the relationship between motivation nurse with effort to stop smoking on hospital nurses in Hospital XYZ City. This type of research is penelitian descriptive cross-sectional approach. The population in this study were all nurses in Hospital XYZ City, amounting to 265 people and sampling using sampling methods amounted to a total of 49 nurses who smoke. Data retrieval research using questionnaires. The results showed that more than half of the respondents (85.3%) with high motivation, more than half of respondents (53.1%) had a high effort to stop smoking and based on test results using the Chi Square statistic indicates that there is a relationship between motivation nurses with effort to stop smoking on hospital nurses in XYZ City (p value = 0.016; α = 0.05) Based on these results it can be concluded that the motivation of nurses associated with effort to stop smoking on hospital nurses in XYZ City.

Keywords : Effort to Stop Smoking, Motivation, Nurse.

Pendahuluan

Meningkatnya prevalensi merokok menyebabkan masalah rokok menjadi semakin serius. Jumlah perokok dunia mencapai 1,35 miliar orang (WHO, 2008). Di negara-negara berkembang, seperti di Indonesia jumlah perokok dari waktu ke waktu semakin meningkat. Pada tahun 1995 prevalensi perokok penduduk ≥ 15 tahun adalah 26,9. Pada tahun 2001 meningkat menjadi 31,5 (Lensa Indonesia, 2011). Pada tahun 2007 mencapai 34,2 (Riskesdas, 2007), kemudian pada tahun 2010 meningkat menjadi 34,7 (Riskesdas, 2010).

Perilaku merokok ini berkaitan erat dengan kondisi emosi. Kondisi yang paling banyak perilaku merokok yaitu ketika subjek dalam tekanan atau stres yaitu 40,9% (Komalasari & Helmi, 2000). Individu yang merokok banyak beranggapan bahwa rokok dapat membantunya merasa lega dan santai saat stress, padahal yang dirasakan itu merupakan bentuk ketergantungan terhadap nikotin.

Banyak orang yang mencoba berhenti merokok tetapi tidak berhasil, dan yang banyak terjadi orang dapat berhenti merokok tetapi tidak dapat mempertahankannya sehingga kembali merokok. Di Indonesia dilaporkan dari 17 juta orang yang mencoba berhenti tiap tahunnya, 90% gagal dalam kurun waktu satu tahun, dan di Amerika hampir 50% pasien yang telah melakukan pembedahan kanker paru-paru askibat rokok kembali melakukan kebiasaan merokoknya (Christanto, 2005). Berhenti merokok menyangkut suatu perubahan yang radikal, yang berarti segala aktivitas yang menyertai perilaku merokok juga harus diubah, dimana keberhasilan dalam berhenti merokok ditentukan oleh besarnya motivasi untuk berhenti.

Sikap negatif terhadap perilaku merokok didasarkan pada keyakinan-keyakinan bahwa merokok akan memberikan konsekuensi negatif bagi dirinya. Diantaranya merokok dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan bagi si perokok maupun orang-orang di sekitarnya. Keyakinan yang demikian dapat memprediksi motivasi berhenti merokok. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Astuti (2004) bahwa sikap terhadap perilaku beresiko kesehatan berhubungan dengan rendahnya

perilaku beresiko kesehatan termasuk diantaranya adalah merokok.

Salah satu hal yang dapat mempengaruhi seseorang untuk berhenti merokok adalah motivasi. Keinginan seseorang berhenti merokok timbul disebabkan oleh pengetahuan seseorang terhadap bahaya rokok yang disertai dengan keinginan dan motivasi yang kuat untuk melaksanakannya (Nainggolan, 2004). Namun berdasarkan fenomena yang ada, banyak perokok yang gagal berhenti merokok meskipun telah mengetahui bahaya yang dapat ditimbulkan oleh rokok.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada 30 Maret 2024 di dapatkan 40 poster dan 6 banner berisi larangan merokok dan dampak negatif merokok terhadap kesehatan yang dibuat oleh Pemerintah dan Pihak RSUD di Kota XYZ yang diletakkan di beberapa tempat strategis, bahkan di bagian depan dan di bagian dalam ruang perawatan, tetapi ironisnya masih banyak terdapat perawat khususnya laki-laki yang bekerja di rumah sakit yang masih memiliki kebiasaan merokok selama bertugas pada shift kerjanya.

Dari hasil wawancara dengan petugas kesehatan pada tanggal 16 April 2024 di RSUD X didapatkan 49 perawat laki-laki yang berprilaku kebiasaan merokok, beberapa usaha untuk mengubah atau berhenti merokok dilakukan sebagian perawat yang aktif merokok akan tetapi usaha tersebut masih belum menemui hasil yang maksimal dan tetap membiasakan merokok.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara motivasi perawat dengan upaya berhenti merokok pada perawat di RSUD X Kota XYZ.

Metode

Jenis penelitian ini yaitu penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat yang merokok di RSUD X Kota XYZ yang berjumlah 49 orang. Teknik dalam pengambilan sampel ini menggunakan teknik total sampling yaitu semua perawat laki-laki dari 18 ruangan/pelayanan yang berjumlah 49 orang. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner yang memuat pertanyaan-pertanyaan tentang motivasi perawat dan upaya berhenti merokok pada perawat.

Analisa data dalam penelitian ini meliputi analisa univariat dan bivariat. Analisis univariat dalam penelitian untuk mendeskripsikan masing-masing variabel penelitian menggunakan distribusi frekuensi dan rata-rata. Analitik bivariat untuk mengetahui antara variabel bebas (Motivasi) dengan variabel terikat (Berhenti merokok di RSUD X Kota XYZ)

Hasil

1. Motivasi Perawat

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Motivasi Perawat

Motivasi	Frekuensi	%
Tinggi	32	85,3%
Rendah	17	34,7%
Total	49	100%

2. Upaya Berhenti Merokok

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Upaya Berhenti Merokok
Pada Perawat

Upaya Berhenti Merokok	Frekuensi	%
Tinggi	26	53,1%
Rendah	23	46,9%
Total	49	100%

3. Hubungan Motivasi Perawat dengan Upaya Berhenti Merokok

Tabel 3
Distribusi Responden Menurut Motivasi Perawat dengan Upaya Berhenti Merokok
Pada Perawat

Motivasi	Upaya Berhenti Merokok						P Value	
	Tinggi		Rendah		Jumlah			
	n	%	N	%	n	%		
Tinggi	21	42,9	11	22,4	32	65,3	0,016	
Rendah	5	10,2	12	24,5	17	34,7		
Jumlah	26	53,1	23	46,9	49	100		

Pembahasan

Motivasi Perawat di RSUD X Kota XYZ

Berdasarkan tabel 1, terlihat bahwa lebih dari setengah responden (85,3%) dengan motivasi tinggi. Hal ini disebabkan karena adanya faktor-faktor yang mendorong perawat untuk berhenti merokok meliputi faktor intrinsik, ekstrinsik dan terdesak.

Hal ini sesuai dengan pendapat Rusmi (2008) yang menyatakan bahwa sumber motivasi meliputi motivasi intrinsic, ekstrinsik dan terdesak. Motivasi intrinsic yaitu motivasi yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri, motivasi ekstrinsik yaitu motivasi yang datangnya dari luar individu, misalnya saja dukungan verbal dan non verbal yang diberikan oleh teman dekat atau keakraban sosial dan motivasi terdesak yaitu motivasi yang muncul dalam kondisi terjepit dan munculnya serentak serta menghentak dan cepat sekali.

Menurut Swanburg, (2006) motivasi adalah konsep yang menggambarkan baik kondisi ekstrinsik yang merangsang perilaku tertentu dan respon instrinsik yang menampakkan perilaku-perilaku manusia. Sedangkan menurut pendapat Poerwodarminto, (2006) menyatakan bahwa motivasi adalah kecenderungan yang timbul pada diri seseorang secara sadar maupun tidak sadar melakukan tindakan dengan tujuan tertentu atau usaha-usaha yang menyebabkan seseorang atau kelompok orang tergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang dikehendaki.

Upaya Berhenti Merokok Pada Perawat di RSUD X Kota XYZ

Berdasarkan tabel 2, terlihat bahwa lebih dari setengah responden (53,1%) memiliki upaya berhenti merokok yang tinggi. Hal ini disebabkan karena adanya kesadaran dari responden mengenai bahaya dari merokok seperti kematian, penyakit jantung dan impotensi.

Menurut Sugito (2009) rokok mengandung nikotin yang membawa ketenangan dan kenikmatan. Merokok dapat terlihat lebih laki-laki (jantan), sebenarnya perasaan jantan karena terpengaruh iklan, padahal rokok dapat menyebabkan impotensi. Alasan kesehatan biasanya menjadi hal utama dalam berhenti merokok, alasan selanjutnya adalah keluarga dan ekonomi. Motivasi

berhenti merokok saja tidaklah cukup, harus ada tindakan nyata dalam usaha berhenti merokok (Sugito, 2009). Perokok dapat menggantikan rokok dengan hal lain, misalkan mengunyah permen, sehingga pikiran bisa dialihkan dari rokok.

Keuntungan setelah berhenti merokok, yaitu 20 menit pertama, tekanan darah dan denyut nadi mulai turun dalam keadaan normal, dua minggu sampai satu bulan setelah berhenti merokok sirkulasi tubuh mulai membaik, resiko terkena serangan jantung berkurang (Satiti, 2009).

Hubungan Antara Motivasi Perawat Dengan Upaya Berhenti Merokok Pada Perawat di RSUD X Kota XYZ

Hasil analisa motivasi perawat dengan upaya berhenti merokok pada perawat dari tabel 4.3 diperoleh bahwa sebagian besar responden 42,9% dengan motivasi tinggi memiliki upaya berhenti merokok yang tinggi. Hasil uji statistik didapatkan $\rho < \alpha$, maka Ha diterima artinya ada hubungan antara motivasi perawat dengan upaya berhenti merokok pada perawat di RSUD X Kota XYZ (ρ value = 0,016 ; $\alpha = 0,05$).

Menurut Rusmi, (2008) menyatakan bahwa motivasi ada atau terjadi karena adanya kebutuhan seseorang yang harus segera beraktivitas segera. Motivasi yang ada didalam diri individu yang mendorong untuk bertindak dalam rangka memenuhi kebutuhan fisik seperti kebutuhan jasmani, raga, materi, benda atau berkaitan dengan alam. Faktor fisik merupakan faktor yang berhubungan dengan kondisi lingkungan dan kondisi seseorang, meliputi : kondisi fisik lingkungan, keadaan atau kondisi kesehatan, umur dan sebagainya.

Proses berhenti merokok sangat sulit dilakukan dengan berbagai alasan. Alasan sejumlah orang untuk tidak berhenti merokok dikarenakan bahwa bila tidak merokok, akan susah berkonsentrasi, gelisah, bahkan bisa jadi gemuk. Sedangkan bila merokok, akan merasa lebih dewasa dan bisa timbul ide-ide atau inspirasi (Rochadi, 2004). Sulitnya menghentikan perilaku merokok perlu dilakukan upaya peningkatan motivasi, ini sangat penting untuk dipertimbangkan dan dikembangkan dimana keinginan responden untuk berhenti merokok harus didukung lingkungan sosialnya.

Menurut Lawrence Green (1980) dalam Notoatmodjo (2003) menyatakan bahwa perilaku kesehatan seseorang atau masyarakat dipengaruhi oleh dua faktor pokok, yakni faktor perilaku (behavior causes) dan faktor di luar perilaku (non behavior causes). Selanjutnya perilaku itu sendiri ditentukan atau terbentuk dari tiga faktor, yaitu faktor-faktor pendorong (predisposing factors), faktor-faktor pendukung (enabling factors) dan faktor-faktor yang memperkuat (reinforcing factors).

Menurut Rochadi (2004) untuk meningkatkan motivasi dan upaya berhenti merokok seseorang sangat dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain niat (keinginan) dari individu itu sendiri untuk segera menghentikan perilaku merokok, faktor usia dimana semakin tua usia maka keinginan seseorang untuk berhenti merokok maka akan semakin kuat. Faktor lain yaitu lama merokok dan jumlah rokok yang dikonsumsi dipakai untuk melihat tingkat ketergantungan. Rochadi (2004) juga menyatakan bahwa tingkat ketergantungan pada rokok dipengaruhi oleh nikotin yang ada didalam rokok tersebut yang menyebabkan mereka kecanduan dan selalu ingin merokok, semakin lama seseorang merokok maka akan semakin sulit mereka menghentikan perilaku merokoknya dan jumlah rokok yang dikonsumsi. Pengetahuan juga mempengaruhi motivasi dan upaya berhenti merokok, dimana pengetahuan yang diperoleh baik dari institusi pendidikan maupun media informasi (elektronik, cetak, majalah) yang membantu mereka memperoleh informasi tentang dampak buruk yang diakibatkan oleh rokok tersebut.

Saran

Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada penelitian selanjutnya perlu dipertimbangkan jumlah sampel yang lebih banyak. Selain itu peneliti bisa menggunakan metode kualitatif serta menganalisa faktor-faktor lain yang bisa meningkatkan motivasi dan upaya berhenti merokok baik internal maupun eksternal.

Bagi RSUD Kota XYZ

Disarankan bagi rumah sakit mulai membuat kebijakan bagi perokok yang merokok dirumah sakit akan diberikan sanksi terkecuali di area khusus merokok, sebagai masukan bagi institusi untuk lebih banyak memberikan informasi baik secara langsung

maupun tidak langsung kepada perawat sebagai role model untuk keluarga dan masyarakat dalam upaya meningkatkan motivasi untuk berhenti merokok.

Bagi Responden

Untuk responden penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam menciptakan perilaku hidup sehat dengan menghentikan segera perilaku merokok di lingkungan pelayanan kesehatan.

Kesimpulan

Lebih dari setengah responden (85,3%) dengan motivasi tinggi. Lebih dari setengah responden (53,1%) memiliki upaya berhenti merokok yang tinggi. Ada hubungan antara motivasi perawat dengan upaya berhenti merokok pada perawat di RSUD Gunung Jati Kota XYZ (p value = 0,016 ; α = 0,05).

Daftar Pustaka

- Astuti 2004. Mencari Prediktor Perilaku Merokok pada Remaja Awal. Fakultas Psikologi, Universitas Wangsa Manggala Yogyakarta. Dalam Jurnal Riset Daerah Kabupaten Bantul 2007.
- Christanto, A. 2005. Merokok: Antara Ya dan Tidak (Suatu Kajian Praktis Filsafat Ilmu), (online), (<http://www.mailarchive.com/dokter@yahood-groups.com/msg0035.html>).
- Depkes RI. 2012. Laporan Nasional Riskesdas 2010. <http://www.riskesdas.litbang.depkes.go.id>
- Komalasari, D. & Helmi, A.F. 2000. Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Nainggolan, R.A. 2004. Anda Mau Berhenti Merokok? Pasti Berhasil. Bandung: Indonesia Publishing House.
- Notoatmodjo, S. 2003. Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka. Cipta. Jakarta
- Rochadi, K. 2004. Disertasi Hubungan Konformitas Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Sekolah SMU Negeri di 5 Wilayah DKI Jakarta. Depok: Program Pascasarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat UI
- Rusmi. 2008. Teori Motivasi. Jakarta: Bintang Pustaka
- Satiti, Alfi. 2009. Strategi Rahasia Berhenti Merokok. Yogyakarta: Data Media.
- Sugito. 2009. Stop Rokok. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Swanburg. 2006. Motivasi. Jakarta: Bintang Pustaka.
- Sabarani, R. Y. (2018). Persuasi, Perilaku Merokok, dan Preferensi Anak Muda Terhadap Pesan Kampanye Berhenti Merokok. Jurnal ASPIKOM. Vol.3. No.5: 986-1001.
- Safitri, A. M. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Remaja. Journal of Psychology. Vol. 18. No.1: 47-65.
- Sebayang, W. D. (2018). Perilaku Seksual Remaja. Deepublish: Yogyakarta.
- Sudianto, J. (2008). Pemeriksaan Patologi Untuk Diagnosis Neoplasma Mulut. EGC: Jakarta.
- Sukmana, T. (2011). Mengenal Rokok dan Bahayanya. Kelompok Gramedia: Jakarta.
- Surbakti. (2011). Question and Answer Teenagers. Kelompok Gramedia: Jakarta.
- Surya, H. (2010). Jadilah Pribadi yang Unggul. Kelompok Gramedia: Jakarta.
- Taufan, B. (2016). Sosiologi Hukum Islam: Kajian Empirik Komunitas Sempalan. Deepublish: Yogyakarta.
- Tobacco Control Support Center-Ikatan Ahli Masyarakat Indonesia. (2018). Hubungan Terpaan Iklan, Promosi, Sponsor Rokok dengan Status Merokok di Indonesia.
- Tridhonanto, A. B. (2010). Meraih Sukses dengan Kecerdasan Emosional. Kelompok Gramedia: Jakarta Trisnaniar, I. (2015). Studi Fenomenologi: Intensi Merokok Pada Remaja. NASKAH PUBLIKASI. SKRIPSI.
- Wahyuni, I. B. (2017). Bahasa Indonesia Kesehatan. Andi: Yogyakarta
- WHO. (2015). WHO report on the global tobacco epidemic: Raising taxes on tobacco. World Health Organization, 52–53.
- Wulandari, I. A. (2012). Pengalaman Merokok Pada Mantan Perokok. JURNAL NURSING STUDIES. Vol. 1 No.1: 36-42.