

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu negara dengan populasi perokok aktif terbanyak di dunia adalah Indonesia. Menurut data yang dikumpulkan dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menyatakan jumlah orang yang merokok di Indonesia telah mencapai 70 juta orang, yang dimana 7,4% diantaranya merupakan anak-anak dan remaja berusia antara 10-18 tahun. Data tersebut menunjukkan bahwa perilaku merokok tidak hanya ditemukan pada orang dewasa, tetapi juga telah terjadi pada kelompok anak dan remaja (SKI, 2023).

Merokok merupakan kebiasaan yang sudah umum dijumpai, dan hal ini membuat perilaku merokok pada remaja cenderung mengalami peningkatan seiring dengan perkembangan, yang biasanya terlihat dari bertambahnya frekuensi serta intensitas merokok. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS), perilaku konsumsi rokok masih ditemukan pada penduduk di Provinsi Jawa Tengah, khususnya kelompok usia di atas 15 tahun. Pada tahun 2022, proporsi penduduk berusia lebih dari 15 tahun yang tercatat mengonsumsi rokok dalam satu bulan terakhir mencapai 20,28%. dalam sebulan terakhir, prevalensi konsumsi rokok di Jawa Tengah pada penduduk usia >15 tahun yang merokok mencapai 20,28% pada tahun 2022 dan mengalami peningkatan pada tahun 2023 menjadi 21,11%. Hal tersebut dapat mengkhawatirkan karena menunjukkan bahwa konsumsi rokok remaja akan terus meningkat. Peningkatan prevalensi tersebut perlu menjadi perhatian karena menunjukkan

bahwa perilaku konsumsi rokok masih cukup tinggi dan berpotensi memberikan dampak terhadap kelompok usia yang lebih muda, termasuk remaja (BPS, 2023).

Beberapa kabupaten di Provinsi Jawa Tengah tercatat memiliki tingkat konsumsi rokok yang cukup tinggi, salah satunya adalah Kabupaten Grobogan. Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Jawa Tengah, yang diperbarui pada 12 Desember 2025, persentase penduduk Jawa Tengah yang berusia di atas 15 tahun yang merokok mencapai 28,48%. Kabupaten Grobogan menempati peringkat keenam, dengan 23,35% penduduknya memiliki kebiasaan merokok. Ini menunjukkan bahwa perilaku merokok masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang perlu diperhatikan di Kabupaten Grobogan.

Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, persentase penduduk usia di atas 15 tahun di Kabupaten Grobogan yang merokok dalam kurun waktu satu bulan terakhir dikelompokkan berdasarkan rentang usia 15-24 dengan total 21,22 %, usia 25-34 dengan total 32,96%, usia 35-44 dengan total 32,73%, usia 45-54 dengan total 29,94%, usia 55-64 dengan total 30,64%, usia 65+ dengan total 18,54%. Hal ini dapat disebabkan karena kebiasaan masyarakat terutama remaja yang suka berinteraksi sosial sambil merokok (BPS, 2023).

Di Indonesia, jumlah kematian akibat konsumsi rokok diperkirakan mencapai antara 217.000 hingga 240.000 jiwa setiap tahunnya. Tembakau diketahui berkontribusi terhadap 25,3% angka kematian pada laki-laki serta 7,2% pada perempuan. Dengan demikian, tembakau menjadi faktor penyebab

sekitar seperempat dari total kematian pria di Indonesia (Prabawati et al., 2024). Seorang dengan riwayat merokok memiliki resiko lebih tinggi terhadap berbagai penyakit kardiovaskular diantaranya infark miokard akut sebanyak 4.548 kasus, serebrovaskular sebanyak 3.991 kasus, gagal jantung sebanyak 3.847 kasus dan penyakit arteri perifer sebanyak 2.311 kasus

Merokok merupakan aktivitas mengonsumsi produk tembakau dengan cara membakar kemudian menghisap atau menghirup asap yang dihasilkan. Pembakaran rokok menghasilkan asap yang mengandung lebih dari 7.000 senyawa kimia yang dapat memberikan dampak buruk terhadap kesehatan. Di antara berbagai kandungan tersebut terdapat nikotin, tar, dan karbon monoksida, yang dikenal sebagai komponen berbahaya dalam asap rokok dan berpotensi menimbulkan gangguan kesehatan. Nikotin memiliki sifat adiktif yang dapat menimbulkan ketergantungan, sedangkan berbagai kandungan kimia lainnya berpotensi memberikan dampak negatif dan menyebabkan kerusakan pada hampir seluruh organ tubuh. Menurut laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), penggunaan produk tembakau adalah salah satu faktor yang menyebabkan lebih dari 8 juta kematian setiap tahun di seluruh dunia. Dari jumlah itu, sekitar 1,2 juta kematian terjadi pada orang yang tidak merokok tapi terpapar asap rokok dari lingkungan sekitar mereka. Paparan ini dikenal sebagai merokok pasif atau paparan asap rokok. Selain memberikan dampak terhadap individu yang tidak merokok, kebiasaan merokok juga memiliki keterkaitan yang kuat dengan meningkatnya risiko berbagai penyakit serius. Beberapa kondisi kesehatan yang berhubungan dengan kebiasaan

tersebut antara lain kanker paru, penyakit jantung koroner, stroke, serta penyakit paru obstruktif kronis (PPOK). Selain memengaruhi kesehatan secara keseluruhan, merokok juga memungkinkan lebih tinggi mengalami berbagai masalah kesehatan, termasuk komplikasi kehamilan, berat lahir rendah, impotensi, dan sistem kekebalan tubuh yang melemah. Informasi yang diterbitkan oleh *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) menunjukkan bahwa orang yang merokok memiliki risiko penyakit jantung dan stroke dua hingga empat kali lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak merokok. Ini menunjukkan bahwa merokok adalah salah satu faktor yang berhubungan dengan peningkatan risiko masalah kardiovaskular. (WHO, 2021).

Kebiasaan merokok masih banyak dijumpai pada remaja, terutama ketika mereka sedang berkumpul dan melakukan interaksi sosial. Bagi sebagian remaja, merokok dianggap sebagai kebiasaan yang wajar dalam pergaulan, sehingga belum banyak yang menyadari bahwa penggunaan rokok dapat menimbulkan ketergantungan terhadap nikotin. Nikotin memiliki efek stimulan yang dapat meningkatkan kewaspadaan dalam waktu tertentu. Ketika dikonsumsi menjelang waktu tidur, efek tersebut dapat membuat seseorang tetap terjaga dan mengalami kesulitan untuk tidur (Nurlani, 2023).

Kebiasaan merokok yang dilakukan secara terus-menerus dapat mengganggu pola tidur dan meningkatkan risiko terjadinya insomnia. Insomnia pada remaja dapat ditandai dengan adanya hambatan dalam mengawali tidur, mempertahankan kondisi tidur, ataupun memenuhi kebutuhan durasi tidur yang

memadai pada malam hari. Gangguan tersebut berpotensi menimbulkan rasa lelah dan kantuk pada siang hari, yang pada akhirnya dapat memengaruhi serta menghambat pelaksanaan aktivitas sehari-hari. Insomnia yang terjadi dalam jangka waktu panjang berpotensi memberikan berbagai dampak terhadap remaja, baik pada aspek kesehatan fisik, kemampuan berkonsentrasi dalam belajar, keterlibatan dalam kegiatan akademik, maupun kondisi psikologis. Dengan demikian, perilaku merokok dan permasalahan tidur yang dialami remaja perlu menjadi perhatian serius serta memperoleh upaya penanganan yang sesuai dan tepat (Nurlani, 2023).

Remaja adalah salah satu kelompok umur yang perlu diperhatikan terkait perilaku merokok. Penelitian oleh Thursina dkk. (2020) menunjukkan bahwa dari 32 responden dengan perilaku merokok yang buruk, 22 responden (68,8%) mengalami insomnia, sedangkan 10 responden (31,3%) tidak mengalami insomnia. Distribusi ini menunjukkan bahwa proporsi kasus insomnia lebih tinggi pada remaja dengan perilaku merokok yang buruk. Temuan ini memberikan gambaran adanya hubungan antara kebiasaan merokok yang buruk dan insomnia pada remaja (Thursina, 2022). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori perokok ringan merupakan kelompok yang paling banyak dijumpai, yaitu sebanyak 34 responden (42%). Di sisi lain, sebagian besar responden diketahui mengalami insomnia, dengan jumlah mencapai 69 responden (85,2%). Berdasarkan distribusi tersebut, dapat diketahui bahwa kejadian insomnia memiliki proporsi yang cukup tinggi dan

menjadi kondisi yang dominan pada kelompok siswa yang menjadi subjek penelitian (Vaora et al., 2020).

Berdasarkan hasil survei yang bersumber dari data Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan tahun 2025, diketahui bahwa jumlah kasus merokok di Kabupaten Grobogan mencapai 197.463 kasus dan mayoritas perokoknya adalah remaja laki-laki dari kasus tersebut dengan urutan tertinggi 1 Puskesmas Purwodadi I 15.177, tertinggi ke 2 Puskesmas Toroh 12.077, dan tertinggi ke 3 adalah puskesmas Grobogan 11.439.

Kelurahan Grobogan dipilih sebagai tempat penelitian karena berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan tahun 2025, wilayah kerja Puskesmas Grobogan termasuk dalam tiga besar wilayah dengan jumlah kasus perokok tertinggi di Kabupaten Grobogan. Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Kelurahan Grobogan menunjukkan bahwa kebiasaan merokok masih ditemukan pada sebagian besar remaja. Selain itu, sebagian besar remaja yang menjadi sasaran studi pendahuluan juga menunjukkan adanya gangguan pola tidur berupa insomnia. Berdasarkan pengamatan peneliti, kebiasaan merokok di kalangan remaja di daerah tersebut sudah menjadi bagian dari pola interaksi sosial dalam kehidupan sehari-hari. Situasi ini bisa memengaruhi kesehatan, terutama dengan meningkatkan kemungkinan gangguan pola tidur. Dengan pertimbangan tersebut, Kelurahan Grobogan dinilai tepat untuk dipilih sebagai tempat pelaksanaan penelitian mengenai hubungan perilaku merokok dengan kejadian insomnia pada remaja.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti dengan membagikan beberapa pertanyaan kepada 10 remaja pada tahun 2025 di Kelurahan Grobogan didapatkan 8 responden termasuk dalam kategori merokok serta mengalami insomnia, 2 responden lainnya dalam kategori merokok serta tidak mengalami insomnia sehingga berdasarkan temuan pada latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui “apakah ada hubungan antara perilaku merokok dengan kejadian insomnia di Kelurahan Grobogan”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang yang telah dijelaskan dan didukung oleh berbagai data relevan, masalah-masalah yang menjadi dasar penelitian ini ialah “Adakah hubungan antara perilaku merokok dengan kejadian insomnia pada remaja di Kelurahan Grobogan”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan perilaku merokok dengan kejadian insomnia pada remaja di Kelurahan Grobogan”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi perilaku merokok pada remaja di Kelurahan Grobogan.
- b. Mengidentifikasi kejadian insomnia yang dialami remaja di Kelurahan Grobogan.
- c. Menganalisa hubungan antara perilaku merokok dengan kejadian insomnia remaja di Kelurahan Grobogan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa memperluas pengetahuan dan pemahaman tentang hubungan antara kebiasaan merokok dan terjadinya insomnia di kalangan remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai upaya pencegahan serta penanganan berbagai gangguan kesehatan yang berkaitan dengan perilaku merokok.

b. Bagi Mahasiswa

Dalam bidang akademik, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi untuk memperkaya pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai hubungan antara perilaku merokok dan terjadinya insomnia pada remaja.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi salah satu sumber referensi bagi peneliti di masa depan yang tertarik mengembangkan studi yang lebih mendalam tentang hubungan antara perilaku merokok dan terjadinya insomnia pada remaja.

E. Sistematika Penulisan

Bagan ini merupakan bagan yang menjelaskan sistem penyusunan skripsi. Secara umum sistematika penulisan proposal penelitian sebagai berikut:

Tabel 1.1 Sistematika Penulisan Proposal Penelitian

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan, berisi uraian mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, sistematika penulisan dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan Pustaka, berisi tentang landasan teori dan desain penelitian serta kerangka teori penelitian.
BAB III	Metodologi Penelitian, berisi tentang konsep metodologi jenis, desain, dan rancangan penelitian, populasi, sampel, definisi operasional, uji instrument penelitian dan analisa data serta etika dalam penelitian.
BAB IV	Hasil dan Pembahasan, berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisa data penelitian (Hasil Statistik).
BAB V	Pembahasan, berisi tentang hasil penelitian sesuai dengan tujuan dari penelitian serta keterbatasan penelitian.
BAB VI	Penutup, berisi tentang simpulan data dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil penelitian.

F. Penelitian Terkait

Berdasarkan penelusuran penulis terhadap sejumlah penelitian terdahulu yang memiliki topik serupa, ditemukan beberapa hasil penelitian yang mengkaji hubungan antara perilaku merokok dan kejadian insomnia pada remaja, di antaranya sebagai berikut:

1. Wilson Fredy Siahaan (2022), melalui sebuah studi berjudul "Hubungan Antara Kebiasaan Merokok dan Gangguan Pola Tidur pada Remaja," menggunakan metode analitik deskriptif dengan pendekatan cross-

sectional. Hasil analisis menunjukkan nilai p sebesar 0,884 ($>0,05$), jadi tidak ditemukan hubungan signifikan antara kebiasaan merokok dan gangguan pola tidur pada remaja. Perbedaan antara studi tersebut dan penelitian yang akan datang mencakup lokasi penelitian, karakteristik dan jumlah responden, teknik pengumpulan data, serta desain penelitian. Penelitian yang akan datang akan menggunakan desain case-control dengan membandingkan kelompok kasus dan kelompok kontrol (Wilson Fredy, 2022).

2. Inne Nurlani (2023) dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan antara Perilaku Merokok dan Terjadinya Insomnia pada Remaja Laki-laki di Wilayah Muara Park RW 09, Desa Pasir Jaya, 2022” menggunakan metode observasional dengan pendekatan potong lintang. Hasil penelitian menunjukkan nilai p 0,000, yang mengindikasikan bahwa ada hubungan antara perilaku merokok dan terjadinya insomnia pada remaja. Perbedaan antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan terutama terletak pada lokasi penelitian, variabel yang diteliti, dan desain penelitian. Penelitian yang akan datang akan meneliti hubungan antara kebiasaan merokok dan kualitas tidur menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dan desain kasus-kontrol (Nurlani et al., 2023).
3. Ardi Bagus Setiawan (2023) yang berjudul “Kebiasaan Merokok dan Gangguan Pola Tidur pada Remaja di SMK Taruna Jaya Prawira (TJP) Tuban” menggunakan metode analitik korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Hasil analisis melalui uji korelasi Spearman menunjukkan

nilai p sebesar 0,017 dengan $p\text{-value} < 0,05$ dan koefisien korelasi 0,186. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan merokok dan gangguan pola tidur pada remaja. Perbedaan antara studi tersebut dan studi yang akan dilakukan meliputi lokasi penelitian, metode yang digunakan, dan desain studi. Studi yang akan dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan desain kasus-kontrol (Setiawan et al., 2023).