

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Konsep ISPA

a. Definisi ISPA

Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) adalah salah satu penyakit yang paling sering menyerang anak-anak. ISPA disebabkan oleh tiga faktor utama, yaitu adanya kuman penyebab (lebih dari 300 jenis bakteri, virus, dan riketsia), kondisi daya tahan tubuh (seperti status gizi dan imunisasi), serta faktor lingkungan (seperti rumah yang lembab, kurang ventilasi, dan padat penghuni), termasuk kualitas udara dalam ruangan yang buruk akibat paparan asap rokok, asap dapur, atau penggunaan obat nyamuk bakar (Waliyyuddin et al., 2024).

ISPA merupakan jenis penyakit infeksi yang bisa menimpa saluran pernapasan atas atau bawah, biasanya dipicu oleh mikroorganisme lain seperti virus dan bakteri (Sagala et al., 2024).

b. Klasifikasi ISPA

Menurut Komala et al (2022) klasifikasi ISPA berdasarkan pneumonia dan non pneumonia, sebagai berikut :

1) Non pneumonia

Non pneumonia terdiri dari kelompok pasien usia di bawah 5 tahun yang mengalami batuk, tidak menunjukkan gejala

peningkatan laju pernapasan atau reaksi paru ke dalam dinding dada.

2) Pneumonia

Pneumonia pernafasan disertai batuk dalam kesulitan bernafas. Kondisi ini tergantung usia. Batas laju pernapasan yang cepat adalah 50 kali per menit untuk anak berusia antara 2 bulan sampai 1 tahun dan 40 kali per menit bagi anak usia 1 hingga 5 tahun.

3) Pneumonia berat

Pneumonia berat pada anak usia 2 bulan hingga lebih dari 5 tahun umumnya ditandai dengan gejala batuk, kesulitan bernapas, sesak napas, dan retraksi atau tarikan dinding dada ke dalam saat bernapas. Laju pernapasan yang menjadi indikator klinis adalah ≥ 50 napas per menit pada anak usia 2 bulan sampai kurang dari 1 tahun, dan ≥ 40 napas per menit untuk anak usia 1 hingga 5 tahun.

c. Etiologi ISPA

Menurut penelitian Wahyuningsih & Astarani (2020) ISPA terjadi karena infeksi atau mikroorganisme. Bakteri penyebab ISPA antara lain *Streptococcus*, *Streptococcus pneumoniae*, *Haemophilus*, *Brudetella*, dan *Corynebacterius*. Selain itu, ada beberapa virus penyebab ISPA diantaranya *myxovirus*,

adenovirus, corona, mycoplasma, dan virus panen. Terdapat juga penyebab ISPA tidak langsung :

1) Tingkat Pendidikan dan pengetahuan

Tingkat pendidikan dan pengetahuan berperan penting dalam membentuk perilaku individu. Semakin tinggi pendidikan seseorang semakin besar pula kesadaran dan pemahamannya dalam merawat anggota keluarga yang mengalami gangguan kesehatan serta lebih proaktif dalam menjaga kesehatan keluarga secara optimal.

2) Lingkungan

Lingkungan mencakup seluruh elemen di sekitar individu yang dapat berdampak terhadap kondisi kesehatan. Lingkungan yang tidak sehat dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit.

3) Status Gizi

Status gizi Status gizi berkaitan erat dengan tahapan kehidupan dan pertumbuhan anak. Oleh karena itu, terpenuhinya kebutuhan gizi menjadi salah satu indikator utama dalam menentukan status gizi anak.

4) Berat Badan Lahir Rendah

Berat badan lahir umumnya berada di atas 2.500 gram. Namun, bayi dengan berat lahir di bawah 2.500 gram

diklasifikasikan sebagai mengalami Berat Badan Lahir Rendah (BBLR).

5) Status Vaksinasi

Vaksinasi merupakan upaya untuk membentuk kekebalan tubuh terhadap penyakit tertentu. Salah satu metode untuk meningkatkan daya tahan tubuh terhadap infeksi adalah melalui vaksinasi.

d. Tanda dan Gejala ISPA

ISPA bisa terjadi akibat infeksi atau adanya mikroorganisme, dimana gejalanya pertama kali adalah demam, sakit tenggorokan, kesulitan menelan, sesak napas, pilek, atau batuk kering maupun berlendir (Aramico & Arifin, 2023).

e. Pencegahan ISPA

Pencegahan ISPA menurut (Yousaf et al., 2023) antara lain :

1) Menjaga kesehatan gizi

Menjaga pola makan dan status gizi yang baik merupakan salah satu langkah penting untuk mencegah penyakit. Hal ini dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang, minum air putih yang cukup, rutin berolahraga, dan menjaga waktu istirahat. Tubuh yang sehat akan memiliki sistem imun yang kuat, sehingga mampu menangkal infeksi dari virus maupun bakteri.

2) Imunisasi

Pemberian imunisasi merupakan langkah penting yang diperlukan bagi semua kelompok usia, baik anak-anak maupun orang dewasa. Imunisasi berperan dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh agar mampu melawan serangan penyakit yang disebabkan oleh virus dan bakteri.

3) Menjaga kebersihan perorangan dan lingkungan

Membuat ventilasi udara serta pencahayaan untuk menguras asap dapur atau asap rokok. Hal tersebut dapat mencegah seseorang menghirup asap yang menyebabkan ISPA. Ventilasi yang memenuhi syarat dapat memelihara kondisi sirkulasi udara.

4) Mencegah anak-anak berhubungan dengan penderita ISPA

ISPA disebabkan oleh virus atau bakteri yang menyebar melalui udara dari individu yang terinfeksi, kemudian masuk ke dalam tubuh orang lain. Oleh karena itu, anak-anak sebaiknya dihindarkan dari penderita ISPA karena sistem kekebalan mereka masih lemah dan rentan tertular.

f. Cara Mengukur ISPA

Untuk melihat kejadian ISPA dengan aspek pengukuran berdasarkan jawaban dari responden yang memiliki balita dengan kejadian ISPA dengan lembar observasi dan menggunakan skala

Guttman, skor yang digunakan yaitu “1” jika jawaban “Ya” dan “0” jika jawaban “Tidak”.

- 1) ISPA 56 diperoleh dari data sekunder puskesmas Geyer I.
- 2) Tidak ISPA 56 diperoleh dari data sekunder puskesmas Geyer I.

2. Konsep Balita

a. Definisi Balita

Balita adalah anak yang berumur antara 0 hingga 59 bulan. Perkembangan balita di bawah usia lima tahun terjadi secara berkesinambungan, baik di fasilitas kesehatan dasar maupun di taman kanak-kanak (Anita et al., 2024).

Balita adalah anak yang berusia dibawah lima tahun, yaitu rentang usia 0-59 bulan. Dalam tahap ini, anak akan semakin memperluas kemampuannya dalam berpikir, berkomunikasi, menggunakan panca indra, dan kemampuan motoriknya. Para orang tua perlu memastikan optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan anak dengan memenuhi kebutuhan gizi anak. Ini disebabkan oleh fakta bahwa anak balita rentan mengalami masalah kesehatan karena usia mereka yang sangat sensitif. Ketidacukupan asupan gizi pada anak usia balita berpotensi menimbulkan masalah gizi serta meningkatkan risiko infeksi (Suhartatik & Al Faiqoh, 2022).

b. Pertumbuhan dan Perkembangan Balita

1) Pertumbuhan (*growth*)

Menurut Maghlifah (2022) pertumbuhan adalah proses bertambahnya ukuran serta jumlah sel dan jaringan interseluler, yang ditandai dengan meningkatnya ukuran dan struktur fisik tubuh secara keseluruhan maupun sebagian, dan dapat diukur menggunakan satuan panjang. Indikator pertumbuhan ini dapat diamati melalui beberapa ukuran tubuh berikut :

a) Berat Badan (BB)

Pada bayi baru lahir berat badan akan mengalami penurunan dan BB tersebut akan kembali ke BB waktu lahir pada hari 10. Kenaikan berat badan anak pada tahun pertama kehidupan, bila asupan gizi anak terpenuhi dengan baik, kenaikan berat badan per bulan diperkirakan sekitar 700–1000 gram pada triwulan pertama, 500–600 gram pada triwulan kedua, 350–450 gram pada triwulan ketiga, dan 250–350 gram pada triwulan keempat.

Secara umum, berat badan bayi akan menjadi dua kali lipat dari berat lahir saat usia 5 bulan, tiga kali lipat pada usia 1 tahun, dan empat kali lipat pada usia 2 tahun. Setelah itu, selama masa prasekolah, berat badan anak rata-rata bertambah sekitar 2 kg setiap tahunnya.

b) Tinggi Badan

Tinggi badan rata-rata saat baru lahir sekitar 50 cm. Pada usianya yang menginjak satu tahun, tingginya mencapai 75 cm. secara garis besar tinggi badan dapat diperkirakan usia 1 sampai 3 tahun $1,5 \times \text{TB lahir}$, usia 4 sampai 5 tahun $2 \times \text{TB lahir}$.

c) Lingkar Kepala

Pengukuran lingkar kepala bayi bertujuan untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan ukuran otaknya. Pengukuran ini dilakukan setiap bulan selama tahun pertama, setiap tiga bulan pada tahun kedua dan setiap enam bulan untuk anak usia 3 hingga 5 tahun.

d) Pertumbuhan Gigi

Pertumbuhan gigi anak berlangsung dalam dua fase, yaitu fase tumbuhnya gigi susu dan masa peralihan menuju gigi tetap. Gigi mulai muncul pada usia 5–9 bulan, dan pada usia 1 tahun umumnya sudah ada 6–8 gigi susu. Di tahun kedua, penambahan 8 gigi membuat jumlah totalnya mencapai 14–16. Saat anak berusia 2,5 tahun, pertumbuhan gigi susu biasanya telah lengkap, berjumlah 20 gigi.

2) Perkembangan

Menurut Misniarti & Haryani (2022) perkembangan adalah suatu perubahan fungsional yang berkualitas, yang mencakup kedua aspek fisik dan mental, yang terjadi sebagai akibat dari interaksi antara individu dan lingkungan sekitarnya. Dalam situasi ini, terjadi proses yang disebut diferensiasi di mana sel-sel tubuh, jaringan, organ, dan sistem organ berkembang dan membentuk fungsi masing-masing dengan baik. Contohnya, sel-sel di tangan mengalami perkembangan atau pematangan untuk dapat menjalankan tugas-tugas seperti makan, menulis, mengambil, dan sebagainya.

Dalam perkembangan ada 4 aspek yang perlu dinilai, yaitu:

a) *Personal social* (kepribadian/tingkah laku sosial)

Pengembangan kemandirian pada anak berkaitan dengan kemampuan mereka dalam hal melakukan aktivitas mandiri, seperti memakai pakaian dan sepatu sendiri, berinteraksi dengan orang lain di luar lingkungan keluarga mereka, serta beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Semua hal ini merupakan bagian dari proses sosialisasi anak yang sangat penting.

b) *Fine motor adaptiv* (gerakan motorik halus)

Yaitu aktivitas fisik yang melibatkan bagian tubuh tertentu dengan dukungan kerja otot-otot halus, seperti dalam kegiatan menggambar, memegang benda kecil, dan aktivitas serupa lainnya.

c) *Language* (bahasa)

Yaitu kemampuan seseorang untuk merespons suara, berbicara, berinteraksi, serta mengikuti arahan yang diberikan.

d) *Gross motor* (motorik kasar)

Yaitu gerakan kasar atau motorik kasar merujuk pada gerakan dan posisi tubuh yang melibatkan penggunaan otot-otot besar seperti berlari, melompat, dan sebagainya.

c. Faktor Yang Memengaruhi Tumbuh Kembang

Menurut Asiva Noor Rachmayani (2020) Proses pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Umumnya, ada dua faktor utama yang memengaruhi perkembangan anak, yaitu:

1) Internal

Yaitu faktor internal yang berasal dari dalam diri anak, di antaranya :

a) Faktor genetik

Faktor ini memiliki peran penting dalam membentuk sifat dasar anak. Karakteristik kemampuan anak umumnya merupakan warisan genetik dari kedua orang tuanya. Terdapat beberapa contoh kondisi bawaan yang memengaruhi pertumbuhan anak, seperti kerdil. Selain itu, anak dari ibu bertubuh gemuk biasanya juga memiliki kecenderungan untuk bertubuh gemuk.

b) Usia

Setiap kelompok usia memiliki tingkat pertumbuhan yang berbeda. Perbedaan dalam pertumbuhan dan perkembangan antara anak yang berusia 5 bulan dengan yang berusia 12 tahun pasti terjadi.

c) Jenis kelamin

Adolescen growth spurt pada remaja laki-laki cenderung berlangsung lebih lambat jika dibandingkan dengan remaja perempuan. Hal ini terjadi karena pertumbuhan pada remaja laki-laki biasanya dimulai ketika mereka berusia 10 tahun, sedangkan pada remaja perempuan dimulai saat usia 8 tahun. Namun, perkembangan fisik anak

perempuan cenderung mencapai puncaknya sekitar usia 18 tahun, sedangkan bagi anak laki-laki, puncak pertumbuhan biasanya terjadi pada usia 20 tahun.

d) Endokrin

Diabetes mellitus yang terjadi pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko komplikasi pada bayi yang dilahirkan, seperti makrosomia, pembesaran jantung (kardiomegali), serta hiperplasia adrenal. Selain itu, gangguan hormon seperti hipotiroid pada anak juga dapat menyebabkan pertumbuhan yang terhambat.

2) Lingkungan / Eksternal

Dalam hal ini, lingkungan berperan penting dalam menyediakan kebutuhan dasar anak selama proses tumbuh kembangnya, mulai dari masa kandungan, intranatal hingga posnatal. Lingkungan yang mendukung akan memberi pengaruh positif pada pertumbuhan anak, sementara lingkungan yang kurang mendukung akan menghambat pertumbuhannya. Yang termasuk faktor ini antara lain:

a) Gizi/nutrisi

Pemenuhan gizi yang baik sejak dalam kandungan hingga masa setelah kelahiran sangat menentukan tumbuh kembang anak. Asupan gizi ibu hamil terutama

pada trimester pertama sangat memengaruhi perkembangan janin karena pada masa ini terjadi pembentukan organ (organogenesis). Sedangkan pada trimester akhir nutrisi akan berdampak pada pertumbuhan janin. Setelah lahir, bayi membutuhkan asupan makanan yang cukup dan sesuai kebutuhan karena kekurangan gizi dapat mengakibatkan kondisi seperti marasmus dan keterlambatan perkembangan.

b) Penyakit

Infeksi TORCH pada trimester pertama dan kedua kehamilan dapat menimbulkan gangguan perkembangan janin, seperti mikrosefali, keterbelakangan mental, dan kelainan lainnya. Selain itu, cedera kepala maupun asfiksia saat proses persalinan dapat merusak jaringan otak. Anak yang mengalami kondisi tersebut berisiko mengidap penyakit kronis atau kelainan bawaan, seperti tuberkulosis, anemia atau penyakit jantung kongenital. Keseluruhan kondisi ini berpotensi menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak.

c) Psikologi

Keadaan ketika kehamilan tidak diinginkan dan perlakuan tidak tepat atau kekerasan psikologis

terhadap ibu hamil dapat mengakibatkan gangguan aliran darah plasenta. Hal ini dapat menyebabkan janin mengalami kekurangan oksigen serta menghambat pertumbuhan dan perkembangannya. Apabila lingkungan pengasuhan anak tidak mendukung sepenuhnya, anak dapat merasa tertekan dan stres dalam kehidupan sehari-hari yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangannya.

d) Sosio ekonomi

Masalah yang dihadapi adalah ketersediaan makanan dan kesehatan yang kurang memadai. Kurang pengetahuan terkait dengan kondisi kurang mampu yang tentu saja bisa menghambat perkembangan anak. Rerata Z-score untuk indeks BB/U, PB/U, dan BB/PB anak dari keluarga kurang mampu cenderung lebih rendah daripada anak dari keluarga yang lebih berada.

e) Stimulasi

Pemberian rangsangan yang tepat sesuai dengan tahap perkembangan dilakukan oleh ibu dan anggota keluarga saat berbagai aktivitas anak seperti memberikan mainan, bersosialisasi, dapat berdampak pada perkembangan mereka. Termasuk stimulasi yang

diberikan dengan tepat pada saat bayi baru lahir oleh bidan atau tenaga medis yang membantu persalinan.

3. Konsep Lingkungan Fisik

a. Pengertian Lingkungan Fisik

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar baik benda hidup maupun tak hidup yang mempengaruhi dan dipengaruhi oleh kehidupan makhluk hidup. Lingkungan fisik adalah segala sesuatu yang berada di sekitar manusia yang tidak bernyawa. Lingkungan fisik meliputi semua faktor alam termasuk udara, air, kelembaban, suhu, dan angin (Fahlevi et al., 2024).

b. Komponen-komponen lingkungan fisik rumah

1) Kelembaban

Kelembaban udara merupakan kadar uap air yang terdapat di atmosfer dan dinyatakan dalam bentuk persentase. Kondisi lingkungan dengan kelembaban yang tidak sesuai standar dapat berdampak negatif terhadap kesehatan. Pengukuran kelembaban dilakukan menggunakan alat *hygrometer* dengan rentang kelembaban ideal menurut standar kesehatan adalah 40–60%. Oleh itu, kelembaban di bawah 40% atau di atas 60% dianggap tidak memenuhi persyaratan kesehatan. Kelembaban juga dapat memperkuat bakteri, tetapi kelembaban yang terlalu rendah atau tinggi bisa mendorong pertumbuhan mikroorganisme secara cepat. Jumlah orang yang ada di

ruangan dapat memengaruhi tingkat kelembaban di sana. Jika ruangan terlalu padat, uap air dan karbon dioksida akan bertambah, sehingga mengurangi kadar oksigen dan memengaruhi kualitas udara. Uap air dari proses bernapas juga meningkatkan kelembaban di ruangan (Waliyyuddin et al., 2024).

2) Pencahayaan

Pencahayaan yang memadai merupakan komponen penting dalam rumah sehat. Cahaya alami membantu menurunkan kelembaban dan membasmi mikroorganisme penyebab ISPA. Tingkat pencahayaan alami bergantung pada ukuran dan frekuensi pembukaan jendela serta ventilasi rumah. Risiko gangguan kesehatan meningkat jika jendela sempit, jarang dibuka, tidak tersedia ventilasi, dan rumah menghadap barat atau utara. Standar kesehatan menetapkan bahwa luas jendela minimal adalah 15–20% dari luas lantai ruangan (Aristatia, 2021).

3) Ventilasi

Ventilasi berfungsi sebagai sistem utama sirkulasi udara di dalam hunian. Untuk memastikan udara segar yang mengandung oksigen (O_2) masuk dan udara kotor dengan karbon dioksida (CO_2) keluar secara optimal, ventilasi harus memiliki luas minimal 10% dari total luas lantai ruangan.

Penempatan ventilasi secara menyilang dianjurkan guna meningkatkan efisiensi pertukaran udara. Ventilasi dapat berupa jendela, pintu, maupun lubang angin. Faktor ini merupakan salah satu komponen lingkungan rumah yang berpengaruh terhadap meningkatnya risiko ISPA pada balita. Oleh karena itu, pemenuhan persyaratan ventilasi sesuai regulasi Kemenkes RI No. 829/Menkes/SK/VII/1999 sangat penting untuk menjamin kualitas udara di dalam rumah (Hadi & Stefanus Lukas, 2024).

4) Kepadatan Hunian

Kepadatan hunian adalah rasio antara luas kamar dengan jumlah penghuni. Sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan RI No. 829/MENKES/SK/VII/1999 tentang kriteria rumah sehat, sebuah kamar berukuran minimal 8 m² hanya layak dihuni oleh dua orang. Ketika jumlah penghuni melebihi kapasitas ruang yang ditentukan sirkulasi udara di dalam ruangan akan terganggu. Keadaan ini menciptakan lingkungan yang sesak dan memperbesar kemungkinan penularan penyakit infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) yang menyebar melalui udara (Banjarnahor & Masdiana, 2024).

Kepadatan hunian yang ideal ditetapkan dengan standar luas minimal 9 m² per individu dan ruang tidur

seluas minimal 8 m². Dalam satu ruang tidur tidak dianjurkan dihuni oleh lebih dari dua orang, kecuali terdapat anak usia di bawah lima tahun. Kepatuhan terhadap ketentuan ini berperan penting dalam mengurangi risiko penularan penyakit menular, termasuk infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), sekaligus memungkinkan aktivitas harian berlangsung lebih optimal di dalam rumah (Zairinayati & Putri, 2020).

5) Jenis Lantai

Lantai merupakan bagian terbawah. Sebuah ruang atau bangunan yang terdiri dari bahan seperti keramik, tanah, ubin, kayu dan lain sebagainya. Lantai merupakan bagian penting dari struktur bangunan yang berfungsi sebagai area yang dikelilingi oleh dinding-dinding tempat berlangsungnya aktivitas. Lantai dari tanah cenderung lembab saat musim hujan, yang bisa mengganggu penghuni serta menjadi tempat ideal bagi perkembangbiakan mikroorganisme, termasuk bakteri yang dapat menyebabkan ISPA. Penting untuk membersihkan lantai secara teratur agar tetap bersih dari debu dan terhindar dari kemungkinan menjadi tempat berkembang biaknya penyakit. Kondisi lantai yang tidak kedap air dapat berdampak pada tingkat kelembaban di dalam rumah.

Kelembaban tersebut kemudian dapat memengaruhi pertumbuhan kuman penyebab ISPA (Saripudin, 2022).

6) Kondisi rumah

Kondisi rumah juga mempengaruhi terjadinya ISPA karena rumah yang tidak memenuhi syarat kesehatan beresiko terjadinya penyakit salah satunya ISPA. Persyaratan kesehatan untuk kondisi rumah diatur dalam Kepmenkes RI No. 829/Menkes/SK/VII/1999 tentang Persyaratan Kesehatan Perumahan (Putra et al., 2022). Berikut adalah beberapa poin penting yang harus diperhatikan:

- a) Jenis lantai : Bahan bangunan harus bebas dari material yang dapat melepaskan zat-zat berbahaya bagi kesehatan serta mendukung pertumbuhan mikroorganisme patogen.
- b) Kelembaban : Kualitas udara di dalam rumah harus dijaga dengan suhu antara 18-30°C, kelembaban antara 40-70%, dan konsentrasi gas CO tidak melebihi 100 ppm dalam jangka waktu 8 jam.
- c) Ventilasi : Ventilasi alami yang permanen harus mencapai minimal 10% dari luas lantai, dan ruang dapur harus dilengkapi dengan saluran pembuangan asap.

- d) Kepadatan hunian : Luas ruang tidur minimal adalah 8 m², dan tidak dianjurkan untuk mengisi ruang tidur tersebut dengan lebih dari 2 orang, kecuali untuk anak di bawah usia 5 tahun.

7) Instrumen Lingkungan Fisik

Instrumen pada lingkungan fisik dengan kejadian ISPA pada balita yang meliputi kelembaban, suhu, ventilasi, kepadatan hunian, jenis lantai, dan kondisi rumah dengan 5 pertanyaan pada lembar observasi dan menggunakan skala Guttman, skor yang digunakan yaitu “1” jika jawaban “Ya” dan “0” jika jawaban “Tidak”.

- a) Lingkungan fisik memenuhi syarat jika nilai skor yang diperoleh responden dari kuisioner $> 4,11$.
- b) Lingkungan fisik tidak memenuhi syarat jika nilai skor yang diperoleh responden dari kuisioner $\leq 4,11$.

4. Konsep Perilaku Merokok

a. Pengertian Perilaku Merokok

Perilaku merokok merupakan kebiasaan yang sering dilakukan oleh banyak orang. Perilaku ini memiliki banyak dampak yang timbul. Perilaku merokok adalah dimana seseorang melakukan tindakan membakar dan menghisapnya, serta turut menimbulkan asap yang dapat mengganggu pihak lain yang berada di sekitarnya (Ferdiansyah et al., 2024).

Perilaku merokok telah menjadi salah satu kegiatan yang umum dilakukan. Masalah kesehatan yang serius, dipertimbangkan dari akibat atau bahaya yang mungkin timbul dari tindakan tersebut. Merokok bisa menyebabkan beberapa penyakit yang serius dan berbahaya. Bagi mereka yang gemar merokok dengan perilaku pasif, asap rokok bisa menimbulkan beberapa dampak (Khairunnisa et al., 2024).

Perilaku merokok merupakan kebiasaan yang berbahaya. Salah satu masalah kesehatan yang kini sudah menjadi kronis di Indonesia. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2021, Indonesia mencatat peningkatan yang signifikan dalam jumlah perokok dewasa selama 10 tahun terakhir, yakni sebanyak 8,8 juta orang (Nurmawaty & Idris, 2024).

Perokok aktif adalah individu yang secara rutin mengonsumsi rokok meskipun dalam jumlah kecil sedangkan perokok pasif adalah individu yang tidak merokok tetapi terpapar oleh asap rokok orang lain (Saputra, 2023).

b. Aspek Perilaku Merokok

Menurut Afif et al (2022) terdapat beberapa aspek perilaku merokok, yaitu:

1) Fungsi Merokok

Perokok menjadikan rokok sebagai penghibur di berbagai keperluan. Rokok mempunyai fungsi yang sangat penting

dalam kehidupannya. Selain itu, fungsi rokok tercermin pada perasaan yang dialami perokok, seperti perasaan positif maupun negatif.

2) Tempat Merokok

Individu tetap merokok dimana saja meskipun tempat tersebut di larang untuk merokok. Hal tersebut menunjukkan bahwa merokok sangat penting baginya.

3) Intensitas Merokok

Individu yang merokok dengan jumlah batang yang banyak merupakan perokok berat. Kategori intensitas merokok dibagi menjadi 3 yaitu :

- a) Perokok berat untuk orang yang menghisap rokok lebih dari 15 batang/ hari.
- b) Perokok sedang untuk orang yang menghisap rokok 5-15 batang/hari.
- c) Perokok ringan untuk orang yang menghisap rokok 1-4 batang/hari.

4) Waktu merokok

Individu yang merokok disegala waktu (pagi, siang, sore, malam) merupakan perilaku merokok yang tinggi. Individu merokok sesuai keadaan yang dialami, misalnya sedang berkumpul dengan teman-teman, cuaca dingin, dan stress.

c. Tipe-tipe Perilaku Merokok

Menurut Budianto & Haryadi Santoso (2018) terdapat 4 tipe perilaku merokok, yaitu :

1) *Habitual smoking* (kebiasaan merokok)

Kebiasaan merokok merupakan kecenderungan merokok yang berakar dari kebiasaan yang terbentuk. Menghisap rokok, membakar, atau memainkan rokok merupakan aktivitas sehari-hari yang dilakukan karena kebiasaan yang terbentuk. Kebiasaan ini terjadi karena terjadi proses yang berulang. Setiap individu yang secara konsisten melakukan tindakan membakar, menghisap, serta bermain-mainkan rokok dapat diklasifikasikan sebagai orang yang memiliki kebiasaan merokok.

2) *Positive affect smoking* (efek positif merokok)

Perokok yang memiliki tipe ini cenderung merokok dengan tujuan untuk merasakan dampak yang positif. Dampak ini terbagi menjadi dua, di mana merokok dapat berfungsi sebagai stimulan yang mampu menciptakan perasaan positif seperti kebahagiaan dan kegembiraan, juga sebagai sarana relaksasi untuk menikmati dampak positifnya.

3) *Negative affect smoking* (efek negatif merokok)

Tipe perokok ini adalah mereka yang merokok untuk mengatasi perasaan kesusahan, ketakutan, malu, kebosanan, atau gabungan dari semuanya itu. Para perokok sedang berusaha merilekskan diri daripada merangsang atau bersantai sendiri. Pada saat segalanya berjalan lancar, ia dapat menahan keinginannya untuk merokok. Namun, jika keinginan itu terlalu kuat ia tak bisa menahan diri. Ada dua tipe perokok yang berbeda, yaitu tipe yang mampu menenangkan diri sebelum mengatasi masalahnya, dan tipe yang hanya mengandalkan rokok untuk menenangkan diri tanpa menyelesaikan masalahnya.

4) *Addictive smoking* (kecanduan merokok)

Dalam keadaan kecanduan merokok, pertama-tama, perokok selalu menyadari bahwa dia sedang tidak merokok. Selanjutnya, kesadaran semacam tersebut menimbulkan dampak negatif pada pecandu rokok, membuatnya merasa menderita tanpa kehadiran rokok. Pikiran ketiga perokok selalu tertuju pada keyakinan bahwa menyalakan sebatang rokok saja sudah cukup untuk mengurangi kesulitan yang dirasakan dan tidak ada hal lain yang bisa menggantikan peran sebatang rokok. Juru bicara keempatnya, hanya

merokok yang dapat memberikan dampak positif karena tak ada yang mampu menyamai kenikmatannya. Ketika dia tetap menjauhi rokok mereka percaya bahwa akan timbul dampak negatif yang semakin membaik dari waktu ke waktu. Pada kesempatan keenam itu, harapan mereka adalah bahwa dengan merokok bersama akan membantu mengurangi penderitaan mereka dan memunculkan dampak positif serta keduanya telah terbukti benar.

d. Tahap-tahap Perilaku Merokok

Menurut (Manafe et al., 2020) terdapat beberapa tahap dalam perilaku merokok, yaitu:

1) *Preparation*

Pada tahap ini, seseorang mengalami suasana yang menyenangkan terkait dengan kebiasaan merokok. Pada tahap persiapan, kita mulai memahami apa yang melibatkan dalam kebiasaan merokok dan fungsi dari kegiatan tersebut. Remaja yang merokok merasa memiliki kebebasan dalam diri, dipengaruhi oleh teman-teman, serta merasa dapat meningkatkan performa dan mengatasi kecemasan, tahap ini memiliki rentang yang berbeda dalam tahap persiapan.

2) *Initiation*

Tahap *initiation* merupakan saat di mana seseorang mencoba merokok untuk pertama kalinya dengan

sungguh-sungguh. Tahap ini sangat penting bagi seseorang dalam perjalanannya menuju tahap menjadi seorang perokok. Pada fase ini, individu akan membuat keputusan apakah akan melanjutkan percobaan atau tidak. Respon fisiologis yang berbeda pada setiap individu bisa memengaruhi keputusan mereka untuk melanjutkan atau menghentikan kebiasaan merokok. Jika dilanjutkan, akan terjadi peningkatan dalam toleransi dan adaptasi terhadap merokok.

3) *Becoming a Smoker*

Proses menjadi perokok berat bervariasi bagi setiap individu. Menurut penelitian, biasanya diperlukan waktu sekitar 2 tahun atau lebih bagi seseorang untuk menjadi perokok berat (yang merokok secara terus-menerus) setelah mulai merokok atau sekadar mencoba rokok secara sporadis. Proses ini dapat disebut sebagai tahap menjadi seorang perokok.

4) *Maintenance of smoking*

Pada tahap ini, merokok telah menjadi bagian dari cara seseorang mengatur diri dalam berbagai situasi dan kesempatan. Merokok dilakukan untuk merasakan sensasi tubuh yang nikmat. Dampak dari kebiasaan

merokok terutama terkait dengan segi relaksasi dan pengalaman sensoris yang menyenangkan.

e. Faktor-faktor Yang Memengaruhi Perilaku Merokok

Menurut Raden Vina Iskandya Putri¹ (2023) ada beberapa faktor yang memengaruhi perilaku merokok , yaitu :

1) Kepuasan psikologis

Seseorang yang sudah familiar dengan kebiasaan merokok mendapat kesenangan, kenikmatan, dan kepuasan bagi individu yang biasa melakukan. Berbeda dengan perokok pemula yang pada awalnya merasakan lidah pahit, mual-mual serta merasa pusing.

2) Sikap permisif orang tua terhadap perilaku merokok remaja

Sikap orang tua yang memberikan kebebasan terhadap anaknya ketika merokok. Hal ini dapat memicu kebiasaan merokok pada anak.

3) Teman sebaya

Teman sebaya dapat menjadi pemicu perilaku merokok. Remaja membutuhkan usaha untuk diterima di lingkungan. Misalnya, remaja akan merokok agar diterima di lingkungan tersebut.

4) Pengaruh orang tua / keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pertama di mana sosial interaksi terjadi, yang membentuk pola perilaku dan

sikap seseorang yang kemudian turut memengaruhi norma dan nilai yang ada di lingkungan keluarga. Seseorang cenderung menjadi perokok lebih sering jika memiliki anggota keluarga yang juga merokok. Dalam penelitian ini penulis menggunakan cara ukur dengan kuisioner penelitian.

f. Dampak Perilaku Merokok

Dampak yang disebabkan dari rokok menurut Utami & Ramadhanintyas (2024), yaitu :

1) Serangan jantung

Individu yang sering merokok, entah secara langsung atau hanya terpapar asap rokok dari orang lain di sekitarnya, memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami penyakit kardiovaskular, seperti serangan jantung dan stroke. Risiko ini dapat bertambah pada perokok yang jarang berolahraga, kurang menjaga pola makan, dan merasakan stres.

2) Aneurisma otak

3) Merokok berpotensi mengganggu kesehatan pembuluh darah serta fungsi otak pada berbagai kalangan, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa. Kanker nasofaring

Merokok dapat menyebabkan timbulnya bau mulut, noda pada gigi, pewarnaan hitam pada gusi, dan berbagai masalah kesehatan pada gusi. Selain itu, merokok juga dapat menimbulkan masalah serius lainnya, seperti kanker pada mulut, bibir, lidah, tenggorokan, dan juga kanker nasofaring.

4) Kanker paru-paru

Salah satu dampak paling serius dari kebiasaan merokok adalah terjadinya kanker paru-paru. Bahan kimia dalam rokok memiliki kemungkinan untuk merusak sel-sel paru-paru dan mengakibatkan perubahan menjadi sel kanker.

5) Asam lambung

Merokok bisa melemahkan otot yang berfungsi sebagai katup pemisah lambung dan bagian bawah kerongkongan. Kondisi ini kemudian akan meningkatkan risiko asam lambung naik kembali ke kerongkongan, atau dikenal dengan istilah penyakit asam lambung atau GERD.

6) *Osteoporosis*

Efek dari racun dalam rokok dapat menyebabkan kelemahan pada tulang. Oleh karena itu, orang yang merokok lebih berisiko mengalami keluhan tulang rapuh atau *osteoporosis*.

7) Penuaan dini

Tanda-tanda penuaan dini, seperti garis halus di sekitar mata dan mulut, cenderung muncul lebih cepat pada perokok aktif. Ini disebabkan oleh kebiasaan merokok yang dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah, sehingga pasokan oksigen ke kulit menjadi berkurang.

8) Masalah kesuburan

Merokok dapat mempengaruhi sistem reproduksi serta kesuburan. Merokok pada pria dapat menyebabkan gangguan ereksi dan menurunkan produksi sperma. Sementara bagi wanita, merokok bisa menurunkan tingkat kesuburan. Selain itu, risiko terjangkit kanker serviks meningkat karena rokok menurunkan daya tahan alami tubuh terhadap infeksi HPV.

9) Gangguan psikologis

Selain penyakit fisik, merokok juga dapat menimbulkan gangguan psikologis, seperti gangguan cemas, susah tidur, dan depresi. Efek ini bisa terjadi karena otak sudah mengalami kerusakan akibat sering terpapar zat beracun dari rokok atau berhenti merokok secara tiba-tiba.

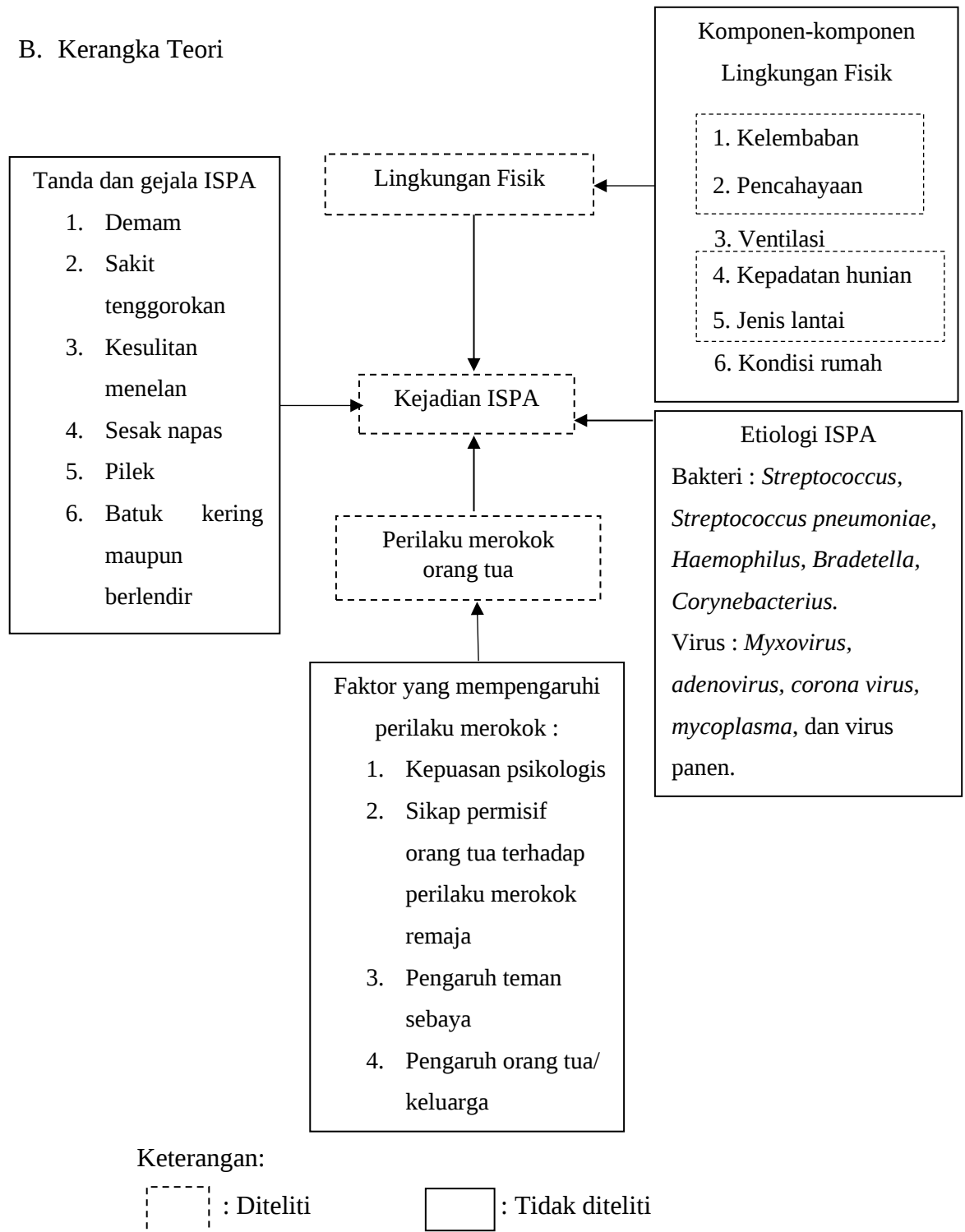
g. Cara ukur perilaku merokok

Pada variabel perilaku merokok menggunakan perhitungan yang sama dengan penelitian sebelumnya

dimana hasil akhir didapatkan 3 kategori perilaku merokok yaitu, perokok ringan, perokok sedang, dan perokok berat. Pilihan jawaban pada kuesioner yang disediakan dalam bentuk skala Guttman, skor yang digunakan yaitu “1” jika jawaban “Ya” dan “0” jika jawaban “Tidak”.

- 1) Perilaku merokok Ya jika nilai skor yang diperoleh responden dari kuisisioner 1.
- 2) Perilaku merokok Tidak jika nilai skor yang diperoleh responden dari kuisisioner 0.

B. Kerangka Teori



Sumber : (Rafaditya et al., 2022); (Raden Vina Iskandya Putri1, 2023)

Gambar 2. 1 Kerangka teori