

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak dan dewasa, dimana terjadi perubahan secara cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian (Fagan, 2006). Sebagian dari remaja mampu mengatasi transisi ini dengan baik namun beberapa bisa jadi mengalami penurunan pada kondisi psikis, fisiologis, dan sosial. Remaja berada dalam kondisi di bawah tekanan atau stres dan terjadi permasalahan lainnya jika remaja tidak mampu mengatasi perubahan-perubahan tersebut dengan baik dan ketidaksesuaian antara perkembangan psikis dan sosial sehingga berakibat pada perilaku-perilaku negatif.

Seseorang akan mencari cara untuk meredakan ketegangan yang sedang dihadapinya ketika mengalami stres. Cara atau strategi yang dilakukan seseorang atau individu dalam menyelesaikan masalah, mengatasi perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik kognitif maupun perilaku disebut koping (Nasir & Muhith, 2011). Individu akan melakukan koping untuk mengatasi stressor yang mereka hadapi dan memilih strategi koping yang paling nyaman. Dengan melakukan strategi koping yang baik maka individu tidak hanya dapat mengatasi stres kehidupannya namun juga dapat tumbuh dari waktu ke waktu karena peristiwa negatif yang dialaminya (Lazarus dan Folkman, 2007).

Menurut Herwina (2006) dalam penelitiannya menyatakan bahwa koping berfokus pada emosi yang digunakan sebagian remaja dalam mengatasi stresnya. Remaja lebih cenderung memilih untuk mengatasi stres dengan melakukan hal-hal yang menyenangkan yang bersifat sementara agar dapat melupakan stres yang dirasakan. Mekanisme koping yang tidak produktif yaitu dengan mengabaikan masalah dengan menghindar, mengalihkan, dan penolakan karena tidak ada usaha yang dibuat untuk menyelesaikan masalah atau mengurangi stres.

Koping yang dipilih remaja bisa koping yang baik dan koping yang tidak baik. Perilaku beresiko yang paling sering dilakukan oleh remaja adalah mengkonsumsi rokok, alkohol dan narkoba (Rey, 2002). Keadaan yang menyebabkan remaja merokok salah satunya yaitu karena stres. Remaja laki-laki yang stres akan lebih sering merokok dan minum alkohol. Individu yang merokok banyak beranggapan bahwa rokok dapat membantunya merasa lega dan santai saat stres, padahal yang dirasakan itu merupakan bentuk ketergantungan terhadap nikotin (Nasution, 2007). Pada saat perokok aktif mengalami stres maka stres ini akan memicu peningkatan konsumsi nikotin (Childs & Wit, 2010).

Jumlah perokok dunia mencapai 2,8 miliar orang, dimana setiap tahun ada 5 juta orang meninggal akibat penyakit yang disebabkan oleh rokok (WHO, 2015). Sedangkan perokok di Indonesia meningkat dan menempati peringkat kedua di dunia mencapai 57%. Perokok di masyarakat Indonesia ternyata tidak hanya di kalangan dewasa saja, namun sudah merambah ke kalangan remaja. Usia remaja di Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) dilaporkan ada peningkatan perilaku merokok dari 34,2% menjadi 36,3%

(Riskesdas, 2013). Sedangkan perokok di Provinsi Jawa Tengah sendiri mencapai 62,7% dan menempati peringkat kelima dari prevalensi perokok tertinggi di Indonesia. Sedangkan di Kabupaten Pati khususnya terdapat 26,7% (Riskesdas, 2013).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 3 Pati pada tanggal 31 Agustus dengan melakukan wawancara dengan 12 siswa laki-laki didapatkan informasi bahwa 6 diantaranya adalah perokok. Mereka mengatakan merokok dapat menenangkan dan mengurangi permasalahan yang dirasakan jadi merokok dapat membuat mereka menjadi lebih baik. Sedangkan 6 siswa lainnya mengatakan bukan perokok. Menurut mereka merokok dapat mengganggu kesehatan maka ketika mereka mengalami stres lebih memilih main *game* atau dengan jalan-jalan dan berkumpul dengan teman-temannya dan itu dianggap menjadi cara yang baik untuk mengatasi stres yang ditandai dengan pikiran mereka yang merasa tenang.

Dari keterangan-keterangan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Perbedaan Mekanisme Koping Dan Tingkat Stres Antara Remaja Laki-Laki Perokok Dan Bukan Perokok kelas X Di SMA Negeri 3 Pati”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian data-data diatas penelitian ini akan menjawab dan menguraikan permasalahan dari fenomena yang diangkat oleh peneliti yang telah dituangkan dalam latar belakang masalah. Adapun rumusan masalah dalam penelitian sebagai berikut: “Apakah ada Perbedaan Mekanisme Koping Dan Tingkat Stres Antara Remaja Laki-Laki Perokok Dan Bukan Perokok Kelas X Di SMA Negeri 3 Pati ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Perbedaan Mekanisme Koping Dan Tingkat Stres Antara Remaja Laki-Laki Perokok Dan Bukan Perokok Kelas X Di SMA Negeri 3 Pati.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik remaja laki-laki perokok dan bukan perokok kelas X di SMA Negeri 3 Pati.
- b. Mengetahui mekanisme koping remaja laki-laki perokok dan bukan perokok kelas X di SMA Negeri 3 Pati.
- c. Mengetahui tingkat stres remaja laki-laki perokok dan bukan perokok kelas X di SMA Negeri 3 Pati.
- d. Menganalisis perbedaan mekanisme koping terhadap stress antara remaja laki-laki perokok dan bukan perokok kelas X di SMA Negeri 3 Pati.

D. Manfaat Penelitian

Peneliti berharap adanya penelitian tentang perbedaan mekanisme koping dan tingkat stres antara remaja laki-laki perokok dan bukan perokok kelas X di SMA Negeri 3 Pati dapat membawa manfaat sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat khususnya bagi remaja laki-laki mengenai mekanisme koping terhadap tingkat stres antara remaja laki-laki perokok dan bukan perokok.

2. Bagi Fakultas Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan konstribusi keilmuan bagi institusi pendidikan sebagai bahan masukan dalam mengembangkan ilmu keperawatan yang berkaitan dengan mekanisme koping dan tingkat stres antara remaja laki-laki perokok dan bukan perokok.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi, menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti apabila ingin melakukan penelitian yang serupa dengan populasi, pendekatan penelitian, serta instrument pengumpulan data yang lebih teliti.