

The Relationship Between Active Smoker and the Nutrition Status of Adolescent in the Faculty of Nursing and Health Science Muhammadiyah University Banjarmasin

Milasari¹, Pani Azhari²

¹²Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: milasari1989@gmail.com

ABSTRACT

Teenagers still looking for lifestyle that suitable for them and always want to try new things, behavior lead to juvenile delinquency which is dominant one of which addiction addictive substances including cigarette consumption. Smoking behavior by relationships and peers, Indonesia is largest number of adolescent smokers in the world. This fact puts Indonesia third place in terms of the highest tobacco consumption epidemic in the world. The purpose to determine the relationship between active smokers and the nutrition status of adolescents at Faculty of Nursing and Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin. The research method is descriptive correlation with quantitative, total sampling technique. The results a significant relationship between active smokers and the nutrition status of adolescents at the Faculty of Nursing and Health Science University of Muhammadiyah Banjarmasin with p value $0.033 < 0.05$ and Spearman's rho value -0.232 which indicates that higher status of active smokers, lower status of active smokers. This is line with Nila research, 2020 which states that smoking can reduce appetite. Conclusion this study is relationship between active smokers and nutrition status in adolescents at the Faculty of Nursing and Health Sciences University of Muhammadiyah Banjarmasin.

Keywords : Active smoker, Nutrition status, Teenager

PENDAHULUAN

Remaja adalah periode dimana perkembangan seksual sekunder dan mulainya pencapaian kematangan seksual, remaja juga mengalami kematangan secara fisik, kognitif, psikologis, dan juga sosial (Pusdatin, 2017). Remaja merupakan seseorang yang memiliki rentang usia 10-24 tahun (WHO, 2017). Remaja masih mencari pola hidup yang paling sesuai baginya dan ingin mencoba hal-hal baru. Perilaku ingin mencobacoba juga dapat mengakibatkan remaja mengalami ketergantungan NAFZA dan zat adiktif lainnya termasuk megkonsumsi rokok. Perilaku anak usia remaja pada umumnya merupakan suatu pengembangan jati diri, dimana anak usia remaja ingin diberikan kebebasan dalam melakukan sesuatu yang mereka ingin (Bimantara, 2020).

Kenakalan remaja yang domain salah satunya adalah merokok, perilaku merokok pada remaja salah satunya bisa dipengaruhi oleh pergaulan dan teman sebaya. Kebanyakan remaja merokok merasa ingin mendapatkan pengakuan dari teman sebayanya. Negara yang jumlah perokok remaja terbesar adalah Indonesia tercatat sebagai Negara dengan jumlah perokok remaja terbesar di dunia. Perilaku merokok di Indonesia masih dianggap sebagai perilaku yang wajar, serta sebagai bagian dari kehidupan sosial dan gaya hidup, tanpa memahami risiko yang dapat terjadi dan bahaya terhadap diri sendiri serta masyarakat disekitarnya. (Bima, 2018).

Menurut *World Health Organization* (WHO) jumlah perokok aktif terbanyak pada usia remaja (10-18 tahun) mengalami peningkatan setiap tahunnya, Fakta ini menempatkan Indonesia diperingkat ketiga dalam hal epidemik konsumsi rokok tertinggi didunia (Yeni Riza, 2019). Menurut Riskesdas, 2015 prevalensi perokok di Kalimantan Selatan mencapai 30,5%, prevalensi tersebut hampir sama dengan angka prevalensi nasional

sebesar 34,7%. Dimana perokok terbesar berada pada kelompok usia 5-19 tahun sebanyak 41,3% (Tufik Hidayat, 2015).

Remaja yang perokok aktif pada umumnya akan mengalami penurunan berat badan dari pada remaja yang tidak merokok, meskipun asupan kalorinya sama atau lebih dari pada seorang perokok aktif. Hal ini dapat terjadi karena saat pembakaran rokok, nikotin akan masuk sirkulasi darah sebesar 25% dan masuk ke otak manusia kurang lebih 15 detik yang kemudian nikotin akan diterima oleh reseptor asetilkolin-nikotinik untuk memacu sistem dopaminergik sehingga akan memengaruhi penekanan nafsu makan yang menyebabkan perubahan status nutrisi (Oktaviani.J, 2020). Nikotin dalam rokok dapat memberikan efek supresi pada nafsu makan sehingga mengurangi nafsu makan dan menurunkan asupan makan pada perokok. Penurunan nafsu makan dapat berdampak kepada tingkat konsumsi makan yang menyebabkan kebutuhan asupan makan perokok tidak tercukupi (Effendi & Widiastuti, 2020).

Kebiasaan merokok merupakan perilaku merokok yang dilakukan bukan karena untuk mengendalikan perasaan melainkan karena sudah menjadi suatu kebiasaan rutin yang dilakukan setiap hari (Mu'tadin, 2007). Kebiasaan merokok memberikan pengaruh negatif terhadap perubahan status gizi, perilaku merokok cenderung memiliki indeks massa tubuh (IMT) kurang dari nilai normal.

Salah satu cara untuk mencegah perilaku merokok kepada seorang remaja adalah dengan cara dibentuknya konselor atau konseling kesehatan yang berasal dari mahasiswa itu sendiri. Konseling teman sebaya adalah salah satu cara untuk memberikan informasi edukasi dan komparasi tentang dunia diluar keluarga, melalui metode ini para remaja dapat saling menerima masukan atau umpan balik dari setiap teman-temannya tentang kemampuannya dalam menilai apa saja yang dilakukannya dengan apa yang remaja lain kerjakan program konseling sebaya ini sangat efektif dalam upaya agar bisa berhenti mrokok (Mustofa, 2018).

Berdasarkan studi pedahuluan yang dilakukan pada bulan Februari 2021 di Kampus Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin dari hasil wawancara terhadap 10 orang mahasiswa putra didapatkan 5 orang dari mahasiswa mengaku sebagai perokok aktif dan 3 orang mengaku perokok sedang dan 2 orang diantaranya perokok ringan. Hasil pengukuran IMT berdasarkan umur dari 10 mahasiswa didapatkan 5 orang memiliki status gizi kurus, 2 orang memiliki status gizi normal dan 3 orang memiliki status gizi lebih.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan *deskriptif correlation* dengan metode kuantitatif, desain penelitian menggunakan *cross-sectional*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling* dengan *total sampling*, sampel dalam penelitian ini remaja yang berusia 18-23 tahun di Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin sebanyak 85 orang dengan kriteria inklusi mahasiswa berumur 18 – 23 tahun dan perokok aktif. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu mahasiswa yang tidak merokok dan yang mempunyai penyakit kronis seperti asma, paru-paru dan penyakit jantung. Perokok dan status gizi di ukur menggunakan instrumen *The Fangerstorm Test For Nicotine Dependence* dan IMT. Analisis penelitian menggunakan *Uji Sperman Rank*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perokok aktif

Tabel 1. Perokok Aktif

No	Perokok Aktif	Frekuensi (n)	(%)
1.	Ringan	47	55.3
2.	Sedang	38	44.7
3.	Berat	0	0.0
	Total	85	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil penelitian tentang perokok aktif pada remaja di Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin terbanyak adalah status perokok aktif ringan sebanyak 47 responden (55.3%). Data WHO juga mempertegas bahwa seluruh jumlah perokok yang ada di dunia sebanyak 30% adalah kaum remaja. Terdapat banyak alasan yang melatarbelakangi remaja merokok, secara umum berdasarkan kajian Kurt Lewin, merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya perilaku merokok selain disebabkan dari faktor lingkungan juga disebabkan oleh faktor diri atau kepribadian. Prevalensi merokok laki-laki paling tinggi pada umur 15-19 tahun, pada umumnya remaja mengonsumsi 11-20 batang/hari (49,8%) dan yang mengonsumsi lebih dari 20 batang/hari sebesar 5,6%. Yayasan Kanker Indonesia (YKI) menemukan 27,1% dari 1961 responden pelajar pria SMA/SMK sudah mulai atau bahkan terbiasa merokok (Sirait dkk, 2001)

Angka perilaku merokok yang tinggi pada remaja awal berasal dari persepsi atau pandangan yang dipercayai mengenai merokok itu sendiri. Menurut Skinner perilaku merokok adalah respon terhadap stimulus (Notoatmodjo, 2007). Persepsi dapat menjadi stimulus tersebut sehingga persepsi akan merefleksikan perilaku. Terdapat banyak persepsi mengenai rokok, seperti persepsi bahwa pria yang merokok mempunyai teman yang lebih banyak, persepsi bahwa wanita yang merokok terlihat lebih menarik dibandingkan dengan yang tidak merokok, dan persepsi positif terhadap iklan rokok.

Status Gizi

Table 2. Status Gizi

No	Status Gizi	Frekuensi (n)	(%)
1.	Kurang	4	4.7
2.	Normal	64	75.3
3.	Lebih	17	20.0
	Total	85	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil analisis status gizi pada remaja di Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin Sebagian besar dengan status gizi normal sebanyak 64 responden (75.3%). Hal ini sejalan dengan penelitian Marfiah, 2019 dengan sampel sebanyak 39 responden menunjukkan hampir setengahnya mengalami gizi kurang sebanyak 19 responden (48,7%). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Shara (2017) pada remaja putri di SMA 2 Sawahlunto juga menunjukkan sebagian besar responden memiliki status gizi kurang sebanyak 52 orang (42,3%), dengan status gizi kurang dengan IMT paling rendah 16,01 kg/m².

Pengetahuan gizi yaitu salah satu penyebab kurangnya status gizi remaja. Remaja seringkali kurang mengerti bahwa makanan memiliki zat gizi berbeda dan peranan zat tersebut didalam tubuh. Jika seseorang tidak mengerti prinsip dasar gizi dan tidak sadar kandungan dan zat gizi pada setiap makanan berbeda maka mereka sulit menentukan makan-makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi mereka (Siswanto & Lestari, 2020).

Hubungan perokok aktif dengan status gizi

Tabel 3. Tabulasi Silang Hubungan Perokok Aktif dengan Status Gizi.

Perokok Aktif	Status Gizi						Jumlah	
	Kurang		Normal		Lebih			
	N	%	N	%	N	%	N	%
Ringan	0	0	35	74.5	12	25.5	47	100
Sedang	4	10.5	29	76.3	5	13.2	38	100
Berat	0	0	0	0	0	0	0	100

P Value = 0,033 / Correlation Coefficient = -0.232*

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 85 orang responden remaja di Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin tahun 2021 di dapatkan hasil perokok aktif dengan status gizi remaja berdasarkan data tertinggi adalah kategori ringan dengan status gizi normal sebanyak 35 responden (74.5%). Hasil uji statistik *Spearman rank* menunjukkan hasil signifikan yakni sebesar $0,033 < 0,05$ ($p < \alpha$), secara uji statistik terdapat hubungan yang signifikan antara perokok aktif dengan status gizi pada remaja di Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin. Hubungan kedua variabel ini menunjukkan bahwa arah korelasi negatif dengan nilai *Spearman's rho* yaitu -0.232 yang menunjukkan bahwa semakin tinggi status perokok aktif maka akan semakin rendah status gizi remaja tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Ab Rahman, 2019) saat ini pengguna rokok terbanyak adalah pada kalangan muda usia produktif sebagian besar merupakan mahasiswa yang memiliki peluang tinggi untuk mencoba merokok, mereka beranggapan bahwa merokok kurang dapat membuat ketergantungan. Nikotin merupakan psikotropika stimultan yang mendatangkan ketenangan, akan tetapi dapat membuat pengguna menjadi ketergantungan. Ketergantungan nikotin adalah dengan FTND yang terdiri dari enam item pertanyaan yang menilai aspek merokok selama periode merokok terberat (Fangerstrom dan Furberg, 2008).

Salah satu penyebab seorang perokok mengalami gizi kurang adalah asupan gizi yang kurang. Nikotin dalam rokok dapat menekan nafsu selera makan sehingga memicu perubahan perilaku yang mendorong perokok untuk mengurangi porsi makan atau frekuensi makan. Nikotin dalam rokok dapat memberikan efek supresi pada nafsu makan sehingga mengurangi nafsu makan dan menurunkan asupan makan pada perokok. Penurunan nafsu makan dapat berdampak kepada tingkat konsumsi makanan yang menyebabkan kebutuhan asupan makanan perokok tidak tercukupi (Gasany dan Fadiyah, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Chiore et al 2008, berat badan yang lebih rendah pada perokok ringan dan berat, dijelaskan karena adanya perubahan jalur metabolisme yang menghasilkan penyimpanan kalori dalam tubuh yang menjadi lebih sedikit. Penyimpanan kalori dalam tubuh perokok dilakukan sebagai penyimpanan energi dalam bentuk protein dari pada lemak. Penyimpanan kalori dalam bentuk protein jauh lebih membutuhkan energi yang sangat besar dibandingkan dengan lemak dengan kalori yang sama. Metabolisme protein dilakukan untuk memperbaiki sel-sel atau jaringan yang rusak

KESIMPULAN

Perokok aktif dengan status gizi pada remaja di Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin memiliki hubungan antara perokok aktif dengan status gizi pada remaja. Semakin semakin tinggi status perokok aktif maka semakin rendah status gizi pada remaja..

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, A. (2017). Determinan Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Endurance*, 2(1), 25. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i1.1372>
- Alamsyah AN. Determinan Perilaku Merokok pada Remaja. Prodi IKM STIKes Hang Tuah Pekanbaru, Tangkerang Selatan Pekanbaru Riau. *Journal Endurance* 2. 2019; 1: 25-30.
- Amany, Tazkya dan Sekartini, Rini., 2017. Sari Pediatri. Hubungan Antara Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa SDN 03 Pondok Cina Depok Tahun 2015. Vol. 18, No. 6 April 2017. [Online]. <https://saripediatri.org/index.php/sari-pediatri/article/view/381>.
- Arisanty Nursetia, R., & A.L.Suryana. (2018). Asupan protein dan parameter hematologi pada perokok. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 22–25.
- Bima, S. Y. (2018). The Relationship Of Smoking Behavior Towards Decreased Appetite (Anorexia) In S1 Nursing Students Stikes Yahya Bima Hubungan Perilaku Merokok Terhadap Penurunan Nafsu Makan (Anoreksia) Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Yahya Bima. *Jurnal Kesehatan*, 6, 10–18.
- Bimantara, S. (2020). Studi Perilaku Remaja Merokok Di Kelurahan Jawa Kecamatan Sanga Sanga Kabupaten Kutai Kartanegara. *EJournal Sosiatri-Sosiologi*, 2020(1), 58–71. https://ejournal.ps.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2020/01/01_format_artikel_ejournal_mulai_hlm_Genap (01 (B.Hurlock, 2014)-22-20-03-45-47).pdf
- Effendi, N., & Widiastuti, H. (2020). Jurnal Kesehatan. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 353–

360.<https://doi.org/10.24252/kesehatan.v7i2.54>

- Immawan, S., & Sodik, M. A. (2020). Pengaruh Merokok Terhadap Perilaku Remaja. *Pengaruh Merokok Terhadap Perilaku Remaja*.
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Edukasi Nonformal*, 1(Vol 1 No 2 (2020): Jurnal Edukasi NonFormal), 1–12. <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/434>
- Mustofa, S. (2018). *Pemberdayaan Siswa sebagai Peer Educator dalam Rangka Upaya Pencegahan Perilaku Merokok Siswa Sekolah Dasar*. 77–83.
- Oktaviani, J. (2020). Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu. *Sereal Untuk*, 8(1), 51.
- Rochka, Mega Marindrawati (2019) *Kawasan Tanpa Rokok Di Fasilitas Umum Uwais Inspirasi Indonesia*