

**HUBUNGAN PERILAKU MEROKOK DENGAN STRES PADA
MASYARAKAT BERDASARKAN STUDI LITERATUR**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh:

Albertdamen Josal Reverdy Pirri

NPM : 15700048

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN PERILAKU MEROKOK DENGAN STRES PADA
MASYARAKAT BERDASARKAN STUDI LITERATUR**

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

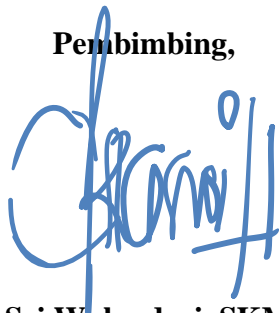
Albertdamen Josal Reverdy Pirri

NPM : 15700048

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal : 2 Juni 2022

Pembimbing,



Dr. Atik Sri Wulandari, SKM., MKes.

NIK. 93195 – ET

Penguji,



dr. Ayu Cahyani Noviana, M.KKK

NIK. 11555 – ET

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN PERILAKU MEROKOK DENGAN STRES PADA
MASYARAKAT BERDASARKAN STUDI LITERATUR**

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

Albertdamen Josal Reverdy Pirri

NPM : 15700048

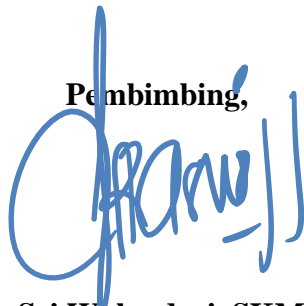
Telah diuji pada

Hari : Sabtu

Tanggal : 2 Juli 2022

Dan dinyatakan lulus oleh,

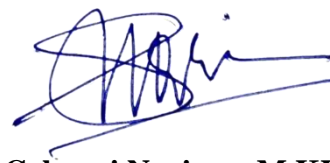
Pembimbing,



Dr. Atik Sri Wulandari, SKM., MKes.

NIK. 93195 – ET

Penguji,



dr. Ayu Cahyani Noviana, M.KKK

NIK. 11555 – ET

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang memudahkan menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan Perilaku Merokok Dengan Stres Pada Masyarakat Berdasarkan Studi Literatur”. Dalam penyusunan Skripsi ini penulis mendapat bantuan dari berbagai pihak, Tidak lupa penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada berbagai pihak yang membantu terwujudnya laporan ini di antaranya :

1. Prof. Dr. Sri Harmadji, dr., Sp.THT - KL (K), selaku Rektor Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. Prof. Dr. Suhartati, dr., MS. selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
3. Dr. Atik Sri Wulandari, SKM., MKes. selaku Pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, dorongan, serta nasihat kepada penulis demi kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. dr. Ayu Cahyani Noviana, M.KKK selaku penguji skripsi ini yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, demi kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada semua teman dan sahabat saya yang telah mendukung pengerjaan tugas akhir saya selama ini.
6. Semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu per satu yang telah membantu dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Peneliti menyadari bahwa penulisan Skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu peneliti mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini sehingga dapat diterima.

Surabaya,

Peneliti

ABSTRAK

Berbagai macam cara seseorang untuk mengatasi stres seperti perubahan mood yang mendadak, tidak semangat dalam menjalani aktivitas, serta adanya perilaku merokok, sehingga banyak orang yang merokok untuk mengurangi stress. Anggapan bahwa rokok menghilangkan stres memang sudah beredar luas di masyarakat. Mengingat masih tingginya perilaku merokok dan fenomena yang terjadi di kalangan masyarakat, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui hubungan perilaku merokok dengan stress pada masyarakat berdasarkan studi literatur beberapa penelitian yang pernah dilakukan. Desain Penelitian ini adalah *Study Literatur review* yang menggunakan metode *systematic review*, untuk merangkum hasil-hasil penelitian sebelumnya. Sumber data berasal dari jurnal nasional dan jurnal internasional dengan publikasi antara tahun 2016 - 2022. Penelusuran jurnal yang digunakan sebagai bahan kajian (*review*) dilakukan dengan menggunakan kata kunci “hubungan perilaku merokok dengan stres” untuk jurnal berbahasa Indonesia, sementara untuk jurnal berbahasa Inggris digunakan kata kunci “*The relationship between smoking behavior and stress*”. Penelusuran jurnal nasional dan internasional dilakukan melalui *database Google Scholar, DOAJ, Elsevier, Mandeley, Proquest dan Pubmed*. Dari beberapa hasil jurnal penelitian yang telah dikumpulkan dan diseleksi oleh peneliti. Maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa ada tiga tingkatan merokok yang biasanya dilakukan oleh perokok, yaitu perokok ringan (< 5 batang perhari), perokok sedang (5-10 batang perhari) dan perokok berat jika merokok lebih dari 20 batang dalam sehari. Dan ditemukan tiga tingkatan yang digunakan dalam mengukur tingkat stres yaitu stres ringan, stres sedang dan stres berat. Sehingga dari 7 jurnal yang digunakan sebagai acuan dalam penelitian mendapatkan hasil bahwa merokok berhubungan dengan tingkat stres yang dialami oleh seseorang. Merokok dapat mengurangi tingkat stres dan meningkatkan fokus seseorang. Penemuan ini menyoroti bahwa semakin parah stres seseorang, semakin kuat dia merokok. Sebagian besar orang yang tidak bisa berhenti merokok karena beranggapan bahwa dengan merokok mereka merasa nyaman dan tenang.

Kata Kunci : Merokok, Stres

ABSTRACT

There are various ways for a person to deal with stress, such as sudden mood changes, lack of enthusiasm in carrying out activities, and smoking behavior, so many people smoke to reduce stress. The assumption that smoking relieves stress is already widely circulated in society. Given the high prevalence of smoking behavior and phenomena that occur among the community, the researchers are interested in conducting this study with the aim of knowing the relationship between smoking behavior and stress in the community based on a literature study of several studies that have been conducted. This research design is a literature review study that uses a systematic review method, to summarize the results of previous studies. Sources of data come from national journals and international journals with publications between 2016 - 2022. The search for journals used as review material was carried out using the keyword "relationship of smoking behavior with stress" for Indonesian language journals, while for English journals used keywords "The relationship between smoking behavior and stress". Searches for national and international journals were carried out through the databases of Google Scholar, DOAJ, Elsevier, Mandeley, Proquest and Pubmed. From the results of several research journals that have been collected and selected by researchers. So the researchers can conclude that there are three levels of smoking that are usually done by smokers, namely light smokers (< 5 cigarettes per day), moderate smokers (5-10 cigarettes per day) and heavy smokers if they smoke more than 20 cigarettes a day. And found three levels used to measure stress levels, namely mild stress, moderate stress and severe stress. So that from 7 journals used as a reference in the study, it was found that smoking was related to the level of stress experienced by a person. Smoking can reduce stress levels and improve a person's focus. The findings highlight that the more stressed a person is, the stronger he or she smokes. Most people who can not quit smoking because they think that by smoking they feel comfortable and calm.

Keywords: Smoking, Stress

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus	3
D. Manfaat Penelitian	4
1. Manfaat bagi institusi	4
2. Manfaat bagi peneliti	4
3. Manfaat bagi tempat penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Konsep Stres	5
1. Pengertian Stres	5
2. Komponen Stres	5
3. Jenis Stres	6
4. Faktor –Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Stres.	6
5. Etiologi stress	7
6. Proses Fisiologis Terjadinya Stres	8
7. Tahapan tingkat stress	9
8. Gejala Stres	12

9. Pencegahan Stres	13
10. Dampak stres	13
B. Konsep Perilaku Merokok	15
1. Definisi	15
2. Kategori perokok	15
3. Jenis Rokok	16
4. Kandungan Rokok	17
5. Asap Rokok	18
6. Dampak Asap Rokok pada tubuh	18
7. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok	19
 BAB III METODE PENELITIAN.....	23
A. Metode Penelitian	23
B. Kerangka Pendekatan Masalah.....	24
C. Strategi pencarian literature	24
1. Sumber Data	24
2. Strategi Searching	25
3. Kriteria Sampel	25
4. Ekstraksi Data	25
5. Sintesis Data	26
 BAB IV HASIL STUDI LITERATUR DAN PEMBAHASAN	27
A. Hasil Studi Literatur.....	27
B. Pembahasan	30
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	36
A. Kesimpulan	36
B. Saran	37
 DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel IV.1	Hubungan Perilaku Merokok Dengan Stres Pada Masyarakat Berdasarkan Studi Literatur	27
------------	--	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar III.1 Kerangka Konsep Hubungan Perilaku Merokok Dengan Stress Pada Masyarakat Berdasarkan Studi Literatur	24
---	----

DAFTAR SINGKATAN

PSBB	: Pembatasan Sosial Skala Besar
WHO	: <i>World Health Organization</i>
ASEAN	: <i>Association of South East Asian Nations</i>
IPTEK	: Ilmu Pengetahuan dan Teknologi
CRF	: <i>Corticotrophine-Releasing Factor</i>
ACHT	: <i>Adrenocorticotrophic Hormone</i>
TRF	: <i>Thyrotropin- Releasing factor</i>
ICCU	: <i>Intensive Cardiologi Care Unit</i>
IB	: Indeks Brinkman
SKT	: Sigaret Kretek Tangan
SKM	: Sigaret Kretek Mesin
RF	: Rokok Filter
RNF	: Rokok Non Filter
LPP	: <i>Late Positive Potential</i>
ERP	: <i>Event-Related Potential</i>
EEG	: Electroencephalogram

