



Hubungan Antara Kebiasaan Merokok dengan Tingkat Kecemasan pada Pasien Post COVID-19 di Malang Raya

Devi Anggriani^{1*}, Ali Multazam², Nungki Marlian Yuliadarwati³

Universitas Muhammadiyah, Malang, Indonesia

Email: devianggriani160701@gmail.com

ABSTRAK

Kata Kunci:

Merokok; Kecemasan,
COVID-19;
Pasca COVID-19

Merokok merupakan suatu kebutuhan esensial bagi seorang yang cenderung merokok. Seorang remaja yang mengonsumsi rokok satu bungkus tiap harinya dapat berisiko menyebabkan gangguan kecemasan dan saat dewasa mereka 15 kali lebih mungkin mengalami gangguan panik (*panic disorder*) dibandingkan dengan yang bukan perokok. Kecemasan merupakan suatu keadaan yang mana orang tersebut mengalami rasa tidak aman dan tidak mampu mengatasi tuntutan lingkungan. Kondisi fisik orang yang mengalami gangguan kecemasan dapat diamati ketika orang tersebut merasakan adanya perubahan pada pernafasannya dan peningkatan denyut nadinya. Keprihatinan mengenai seseorang yang mengalami trauma pada kasus post COVID-19. Penelitian ini analitik-observasional dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian ini yaitu pasien pasca COVID-19 yang berdomisil di Malang Raya. Terdapat 60 responden dalam penelitian ini. Instrumen pengambilan data menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) mengukur tingkat kecemasan dan *Glover-Nilsson Smoking Behavior Questionnaire* (GN-SBQ) mengukur tingkatan merokok. Berdasarkan uji statistik Pearson, tingkat kecemasan dan kebiasaan merokok diperoleh nilai $P = 0,005$, $r = 0,359$ dengan hasil rendah, sehingga adanya hubungan antara tingkat kecemasan dan kebiasaan merokok.

Keywords:

Smoking; Anxiety,
COVID-19; Post COVID-
19

ABSTRACT

Smoking is an essential need for someone who tends to smoke. A teenager who consumes a pack of cigarettes every day is at risk of causing anxiety disorders and as an adult they are 15 times more likely to experience panic disorder compared to non-smokers. Anxiety is a condition in which the person experiences a feeling of insecurity and is unable to cope with environmental demands. The physical condition of people who experience anxiety disorders can be observed when the person feels changes in their breathing and an increase in their pulse rate. Concern about someone experiencing trauma in post COVID-19 cases. This research is analytic-observational with a cross-sectional design. The population of this study is post-COVID-19 patients who live in Malang Raya. There were 60 respondents in this study. The data collection instrument used the *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) questionnaire to measure anxiety levels and the *Glover-Nilsson Smoking Behavior Questionnaire* (GN-SBQ) to measure smoking levels. Based on the Pearson statistical test, the level of anxiety and smoking habits obtained a value of $P = 0.005$, $r = 0.359$ with low results, so there is a relationship between the level of anxiety and smoking habits.

Coresponden Author: Devi Anggriani
Email: devianggriani160701@gmail.com
Artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi



Pendahuluan

Indonesia menjadi salah satu negara dengan jumlah perokok remaja tertinggi di dunia, sekitar 80% mereka melakukannya saat usia kurang dari 19 tahun. Menurut RISKESDAS tahun (2007), sebanyak 9,6% pertama kali merokok saat usia 10-14 tahun, 36,6% pada usia 15-19 tahun, 16,3% pada usia 20-24 tahun, 4,4% pada usia 25-29 tahun dan 3,2% saat >30 tahun berdasarkan pada data yang diperoleh. Pusat data dan informasi kementerian Kesehatan RI (InFoDATIN) menjelaskan pada tahun (2018) Indonesia menjadi negara urutan ketiga yang mengkonsumsi tembakau tertinggi didunia setelah china dan india. Di indonesia seseorang yang mengkonsumsi tembakau terus meningkat, hal ini dikarenakan adanya peningkatan pendapatan rumah tangga, pertumbuhan jumlah penduduk, rendahnya harga rokok dan banyaknya industri kretek. Secara nasional, prevalensi merokok mencapai 29%. Prevalensi perokok berdasarkan jenis kelamin dan usia remaja mengalami perubahan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2013, perokok pria meningkat yang awalnya 65,8% menjadi 66%. Pada perokok wanita juga terdapat peningkatan dari 4,1% menjadi 6,7%. Sedangkan pada usia remaja tahun 2013 terdapat 7,2% perokok dan meningkat pada tahun 2016 menjadi 8,8% serta menjadi 9,1% pada tahun 2018 (Ustaki dkk., 2022).

Merokok merupakan suatu kebutuhan esensial bagi seorang yang cenderung merokok. Delapan belas dari dua puluh enam studi observasi berisi data tentang status merokok berdasarkan tingkat keparahan hasil COVID-19. Enam meta-analisis diidentifikasi yang meneliti hubungan antara merokok dan tingkat keparahan COVID-19. Sembilan sampai delapan belas studi dimasukkan dalam 6 meta-analisis merokok dan keparahan (5-7 studi di setiap analisis), menghasilkan 1.604 set data pasien yang dilaporkan lebih dari satu kali. Semua data dalam 6 meta-analisis berasal dari pasien di China. Di Indonesia, secara nasional setiap harinya terdapat 196.411 perokok dengan usia ≥ 10 tahun dan 37.651 perokok sesekali. Daerah yang memiliki jumlah perokok terbanyak ialah jawa barat 32% dan yang rendah berada di bali dengan jumlah 23% perokok (Fransiska & Firdaus, 2019).

Seorang remaja yang mengonsumsi rokok satu bungkus tiap harinya dapat berisiko menyebabkan gangguan kecemasan dan saat dewasa mereka 15 kali lebih mungkin mengalami gangguan panik (*panic disorder*) dibandingkan dengan yang bukan perokok (Marmuadi, 2017). Kecemasan merupakan suatu keadaan yang mana orang tersebut mengalami rasa tidak aman dan tidak mampu mengatasi tuntutan lingkungan. Kesehatan mental berarti kesehatan psikis dan emosional dimana seseorang dapat menggunakan pikiran dan kemampuannya untuk melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi masyarakat. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor biologis maupun faktor psikologis. Seseorang yang menderita neurotik selalu dihantui perasaan ngeri dan takut sebagai respon emosional. Kecemasan dapat menjadikan seseorang tidak nyaman serta merasa takut terhadap lingkungan sekitarnya. Kondisi fisik orang yang mengalami gangguan kecemasan dapat diamati ketika orang tersebut merasakan adanya perubahan pada pernafasannya dan peningkatan denyut nadinya. Keprihatinan mengenai seseorang yang mengalami trauma pada kasus post COVID-19 (Debowska dkk., 2022).

Kota wuhan china merupakan kota dimana infeksi virus corona pertama kali terdeteksi pada bulan desember 2019, virus Corona ini biasa disebut dengan COVID- 19. Virus ini menyebar dengan cepat dalam waktu singkat ke semua negara termasuk Indonesia (Susilawati dkk., 2020). Akibat virus ini beberapa negara menerapkan sistem *lockdown* untuk mencegah penyebaran yang lebih luas. Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) telah diterapkan di indonesia, agar mencegah penyebaran virus (Lubis, 2021). Penyebaran *SARS-CoV-2* di seluruh dunia yang cepat dan tidak dapat diprediksi, dengan sebagian besar orang yang terinfeksi tidak memiliki atau hanya memiliki tanda dan gejala ringan. Gejala spesifik mungkin terjadi akibat terinfeksi corona virus termasuk kelelahan ekstrim, sesak napas, nyeri dada, masalah dengan memori, jantung berdebar-debar, pusing, dan nyeri sendi. Sebagian besar pasien yang terinfeksi ringan dengan gejala seperti demam ringan dan batuk, tetapi 15% pasien mengalami gangguan pernapasan yang dikombinasikan dengan kerusakan alveolar difus, infiltrat inflamasi paru (hiper) dan trombosis mikrovaskular yang terkait dengan peningkatan kadar penanda inflamasi. Selain gejala pernapasan, beberapa organ dapat terpengaruh. Gangguan termasuk komplikasi trombotik, disfungsi miokard dan aritmia, sindrom koroner akut, gejala *gastrointestinal* (Andriana dkk., 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan kebiasaan merokok dengan tingkat kecemasan pada pasien post COVID-19. Peneliti tertarik untuk meneliti ini dikarenakan memang banyak nya perokok di Indonesia khusus nya di malang raya, banyak perokok yang memang dari sebelum COVID-19 sudah menjadi perokok aktif dan juga beberapa dari perokok ada yang merokok karena untuk menghindari kecemasan atau hanya pelarian dari rasa tidak tenang.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan analitik-observasional dengan studi *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan secara online pada bulan September 2023 menggunakan Google Form. Populasi penelitian ini yaitu pasien pasca COVID-19 yang berdomisil di Malang Raya. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Kriteria inklusi Pernah dinyatakan COVID-19, Perokok aktif dan berdomisili di malang raya yang telah menyetujui formulir informed consent. Kriteria eklusi yang memiliki riwayat bawaan atau riwayat penyerta dan mengkonsumsi obat-obatan seperti benzodiazepi, anxious, dll. Terdapat 60 responden dalam penelitian ini. Instrumen pengambilan data menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) mengukur tingkat kecemasan dan *Glover-Nilsson Smoking Behavior Quistionnaire* (GN-SBQ) mengukur tingkatan merokok. Setelah itu dilakukan analisis data menggunakan uji korelasi Pearson dengan menggunakan program SPSS 20.

Hasil

Tabel 1 Karakteristik pasien pasca COVID-19

Karakteristik	N	%
Jenis Kelamin		
Pria	50	83%
Perempuan	10	17%

Tingkat Kecemasan		
Tidak Ada Kecemasan	15	25%
Kecemasan Ringan	19	32%
Kecemasan Sedang	20	33%
Kecemasan Berat	6	10%
Tingkat Merokok		
Mild	13	15%
Sedang	24	43%
Kuat	21	38%
Sangat Kuat	2	4%

Penelitian ini menilai karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, tingkat kecemasan dan merokok. Pada Tabel 1. Dalam penelitian ini respondennya dominan berjenis kelamin laki-laki 83%. Menurut penelitian, pria relative lebih berisiko merokok dibandingkan perempuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang membuktikan bahwa jenis kelamin ($p=0,000$) mempengaruhi perilaku merokok (Rokhmah dkk., 2022).

Karakteristik ada tingkat kecemasan ditemukan bahwa responden dalam penelitian ini mengalami kecemasan tingkat sedang 33% virus COVID-19 berperan dalam meningkatkan risiko gangguan mental secara langsung ataupun tidak langsung. Fenomena ini disebabkan oleh emosi negatif seperti rasa takut, perasaan bersalah, merasa tidak berdaya. Beberapa faktor yang membuat ketidak pastian terkait perkembangan virus juga dapat memicu kecemasan (Guo dkk., 2020).

Karakteristik pada tingkat merokok sedang sebanyak 43%. Hasil analisis ini memperlihatkan bahwa kebiasaan merokok disebabkan faktor biologi dan psikologis (Fikriyah & Febrijanto, 2019). Kebiasaan merokok pada pasien post COVID-19 yang secara signifikan disebabkan oleh tingkat kecemasan, stress dan depresi (Ustaki dkk., 2022). Faktor biologis adalah perasaan dari tekanan lingkungan, bosan, penasaran, stres dan cemas. Sedangkan, faktor biologis adalah faktor yang melibatkan individu merasa tergantung pada rokok (Fikriyah & Febrijanto, 2019).

Tabel 2 Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post COVID-19

Variabel		N	P	r
Independen	Dependen			
Tingkat Kecemasan	Merokok	60	0,005	0,359

Ket: Uji Person, $n=60$, p =Signifikan, r = Koefisien Korelasi

Tabel 2 Menunjukkan hasil signifikan $P = 0,005$ dan $r = 0,359$ yang berarti terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan tingkat kecemasan. Selain itu, hubungan kebiasaan merokok dengan tingkat kecemasan rendah dengan nilai 0,359. Dari hasil penelitian hubungan korelasi yang lemah dikarenakan masih banyak masyarakat yang mengira jika merokok adalah salah satu untuk menghindari kecemasan padahal menurut

penelitian sebelumnya jika merokok hanya akan menghilangkan kecemasan dalam waktu yang singkat.

Pembahasan

Hasil menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan merokok dan tingkat kecemasan. Hubungan tersebut dapat dibuktikan dari score korelasi yaitu 0,359 yang dikategorikan rendah dan tingkat nilai terbalik. Oleh sebab itu, paparan dari asap rokok yang berasal dari hasil pembakaran kandungan nikotin dan bahan lainnya memberikan keikutsertaan terhadap kondisi pola dari kecemasan Marmuadi (Moylan dkk., 2013). Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa cemas mempengaruhi merokok dan merokok sebagai salah satu cara untuk mengurangi kecemasan yang dialaminya tersebut. Tingkat kecemasan dan stres pada individu dapat mempengaruhi perilaku merokok karena individu menyakini bahwa rokok dapat menghilangkan perasaan negatif seperti khawatir, cemas dan rasa marah (Bawuna dkk., 2017).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mayoritas dari perokok memiliki tingkat stress yang berbeda-beda sesuai respon pola pikir, dan belum benar-benar memahami bagaimana cara untuk mengatasi hal tersebut serta didukung lingkungan bahwa rokok memiliki kandungan yang dapat memberikan ketenangan sehingga menyebabkan kebiasaan merokok menjadi *coping stress* (Ustaki dkk., 2022). Dan juga perokok berisiko 2 sampai 4 kali peningkatan penyakit jantung dan stroke. Menghirup asap tembakau menyebabkan beberapa respon langsung pada hati dan pembuluh darah. Dalam satu menit dari mulai merokok, denyut jantung mulai meningkat yang disebabkan oleh nikotin. Nikotin dapat merangsang tubuh untuk menghasilkan adrenalin, hormon yang dapat memacu detak jantung yang dapat meningkatkan tekanan darah. Peningkatan denyut jantung dan tekanan darah meningkatkan risiko penyakit jantung atau stroke. Tekanan yang lebih tinggi dapat juga menyebabkan kerusakan organ-organ yang menyaring darah, seperti ginjal.

Selain itu juga terdapat efek setelah positif COVID-19 yang terbilang mengkhawatirkan disebut long COVID, sehingga menyebabkan adanya gejala yang jangka panjang di beberapa tahun, bulan ataupun minggu setelah sembuh (Fadli, 2022). Tanda atau gejala long Covid-19 yang paling umum dijumpai yaitu merasa kelelahan yang dapat memberikan gangguan untuk kegiatan sehari-hari, gejala semakin buruk ketika melakukan kegiatan, suhu tubuh meningkat atau demam.

Kecemasan yang dimiliki oleh pasien post COVID-19 disebabkan dari adanya kekhawatiran akan kambuh kembali, meninggal dan menularkan virus yang sama ke orang terdekat (Lebrasseur dkk., 2021). Tidak hanya itu, kekhawatiran terhadap masa depan yang dimiliki juga menjadi background terciptanya kecemasan pada pasien post COVID-19 (Moradi *et al*, 2020). Basicnya kebiasaan merokok dengan tingkat kecemasan yang dimiliki oleh pasien post COVID-19 dapat terjadi yang dimana tingkat kecemasan terhadap penderita post COVID-19 menjadi penyebab adanya *coping stress* yang tercipta dari rasa khawatir dalam diri sendiri dan lingkungan sehingga pasien merokok lebih banyak daripada intensitas sebelumnya. Tingkat pemikiran tanpa rasa cemas bukan dilihat dari keadaan saat jiwa maupun pikiran yang kesenangan dan kepuasan, tetapi ketika individu dapat bertindak sesuai prinsip moral yang rasional serta universal melibatkan kestabilan maupun kesinambungan antara satu dengan yang lain (Arfani,

2023). Selain itu, mayoritas dari responden yang dimiliki adalah pria. Selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ustaki dkk. (2022) bahwa siswa merokok karena tidak memiliki kegiatan yang jelas untuk menghabiskan waktu dan menjadikan rokok sebagai alat penghindar stress.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara kebiasaan merokok dan tingkat kecemasan, dengan skor korelasi rendah sebesar 0,359. Paparan asap rokok dikaitkan dengan peningkatan tingkat kecemasan akibat adanya nikotin dan zat lain. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa Perokok mengalami tingkat stres yang berbeda-beda dan beralih ke merokok sebagai mekanisme penanggulangannya. Selain itu, pasien pasca COVID-19 mengalami gejala jangka panjang, yang menyebabkan kecemasan akan kekambuhan dan masa depan saling berhubungan, dengan kecemasan menjadi pemicu meningkatnya kebiasaan merokok. Selain itu, mayoritas responden adalah laki-laki, dan pelajar merokok untuk mengurangi stres karena kurangnya aktivitas yang jelas. Penelitian ini menekankan perlunya prinsip rasional dan moral untuk mengatasi kecemasan dan stress daripada mengandalkan merokok.

Daftar Pustaka

- Andriana, L. M., Ashadi, K., & Nurdianto, A. R. (2021). Tingkat aktivitas fisik dan kualitas tidur masyarakat di Jawa Timur selama masa pandemi covid-19. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 1(1), 27–45. <https://doi.org/10.54284/jopi.v1i1.4>
- Arfani, W. K. (2023). Analisis Konsep Ketenangan Immanuel Kant. *Gunung Djati Conference Series*, 24, 566–575.
- Bawuna, N. H., Rottie, J., & Onibala, F. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Prilaku Merokok pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Sam Ratulangi. *E-Journal Ilmu Keperawatan*, 5(2), 1–8.
- Debowska, A., Horeczy, B., Boduszek, D., & Dolinski, D. (2022). A repeated cross-sectional survey assessing university students' stress, depression, anxiety, and suicidality in the early stages of the COVID-19 pandemic in Poland. *Psychological Medicine*, 52(15), 3744–3747. <https://doi.org/10.1017/S003329172000392X>
- Fadli, R. (2022). *Post COVID-19 Care*. Halodoc. <https://www.halodoc.com/kesehatan/post-covid-19-care>
- Fikriyah, S., & Febrijanto, Y. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Laki-laki di Asrama Putra. *Jurnal Stikes*, 5(1), 99–109.
- Fransiska, M., & Firdaus, P. A. (2019). Faktor yang berhubungan dengan Perilaku Merokok pada Remaja Putra SMA X Kecamatan Payakumbuh. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 11. <https://doi.org/10.35730/jk.v10i1.367>
- Guo, L., Ren, L., Yang, S., Xiao, M., Chang, D., Yang, F., Dela Cruz, C. S., Wang, Y., Wu, C., Xiao, Y., Zhang, L., Han, L., Dang, S., Xu, Y., Yang, Q.-W., Xu, S.-Y., Zhu, H.-D., Xu, Y.-C., Jin, Q., ... Wang, J. (2020). Profiling Early Humoral

- Response to Diagnose Novel Coronavirus Disease (COVID-19). *Clinical Infectious Diseases*, 71(15), 778–785. <https://doi.org/10.1093/cid/ciaa310>
- Kemendes RI. (2018). *Kemendes Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar 2018*. Kemendes Kesehatan Republik Indonesia. <http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdas-2018.pdf>
- Kemendes Kesehatan RI. (2007). *Riset Kesehatan Dasar (Risikesdas 2007)*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kemendes Kesehatan RI. <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/risikesdas/ketersediaan-data/risikesdas-2007>
- Lebrasseur, A., Fortin-Bédard, N., Lettre, J., Raymond, E., Bussièeres, E.-L., Lapierre, N., Faieta, J., Vincent, C., Duchesne, L., Ouellet, M.-C., Gagnon, E., Tourigny, A., Lamontagne, M.-È., & Routhier, F. (2021). Impact of the COVID-19 Pandemic on Older Adults: Rapid Review. *JMIR Aging*, 4(2), e26474. <https://doi.org/10.2196/26474>
- Lubis, B. (2021). Implementasi Kebijakan Penanganan Pandemi Covid-19 Di Kota Cimahi Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Media Birokrasi*, 27–38. <https://doi.org/10.33701/jmb.v3i1.2469>
- Marmuadi, J. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi Perilaku Perokok. *Jurnal Psikologi*, 3.
- Moylan, S., Jacka, F. N., Pasco, J. A., & Berk, M. (2013). How cigarette smoking may increase the risk of anxiety symptoms and anxiety disorders: a critical review of biological pathways. *Brain and Behavior*, 3(3), 302–326. <https://doi.org/10.1002/brb3.137>
- Rokhmah, D., Nurika, G., & Ode, T. A. (2022). Survei Perilaku Merokok Selama Pandemi COVID-19 di Indonesia. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 18(2), 139–146.
- Susilawati, S., Falefi, R., & Purwoko, A. (2020). Impact of COVID-19's Pandemic on the Economy of Indonesia. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal): Humanities and Social Sciences*, 3(2), 1147–1156. <https://doi.org/10.33258/birci.v3i2.954>
- Ustaki, M., Ayuni, N., & Usumast Uti, K. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Laki-laki Selama Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Nusantara Hasana Jurnal*, 1(8), 101–111.