

## TEST KADAR KETERGANTUNGAN NIKOTIN DAN SOSIALISASI GERAKAN BERHENTI MEROKOK LANSIA PEREMPUAN

**Dwi Widiyaningsih\*, Rustiana Setyowati**

Program Studi Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global, Jalan Ringroad Selatan Blado Potorono Banguntapan Bantul Yogyakarta

\*Penulis Koresponden: e-mail: [widiya23juni@gmail.com](mailto:widiya23juni@gmail.com), 082225977412

### ABSTRAK

Pandemi nyatanya berdampak hampir ke seluruh negara. Penyintas bukan hanya orang yang punya penyakit bawaan bahkan yang konon memiliki faktor resiko tertinggi adalah yang memiliki penyakit bawaan seperti ISPA, Bronchitis, DM, darah tinggi dan lainnya. Merokok menjadi faktor risiko berbagai infeksi saluran pernapasan dan meningkatkan tingkat keparahan penyakit atas penelitian yang dilakukan pakar-pakar kesehatan masyarakat. Dan perokok lebih tinggi kemungkinannya menderita penyakit COVID-19 yang parah dibandingkan orang yang tidak merokok (WHO, 2020). Indonesia adalah negara yang kaya keragaman sosial budaya dan geografis, sebagai contoh budaya merokok di kalangan lansia perempuan di Dataran Tinggi Dieng. Hal ini mencerminkan kekuatan dari wanita dieng dan kebersamaan saat merokok. Menurut Dinas Kabupaten Wonosobo terjadi peningkatan kejadian ISPA sebesar 32% pada balita dan Jantung pada Wanita usia subur sebesar 37%. Studi pendahuluan didapatkan tingkat ketergantungan nikotin pada 12 lansia yang dijumpai sudah diambang batas, sementara kemauan berhenti merokok tinggi akan tetapi mereka sulit mengendalikan perilaku merokoknya karena kadar ketergantungan pada nikotinnya tersebut sudah tinggi dengan skor 5 atau 89%. Pengabdian ini bertujuan untuk mengetahui Kadar Ketergantungan Nikotin pada lansia Dan meningkatkan Sosialisasi Gerakan Berhenti Merokok Pada Lansia Perempuan Pada Masa Pandemi Di Dataran Tinggi Dieng. Sasaran pengabdian ini adalah kelompok lansia perempuan yang merokok lebih dari 10 tahun. Kadar ketergantungan nikotin didapatkan hasil tingkat ketergantungan nikotin dengan ketergantungan tinggi sebanyak 48 responden dengan presentase 55,2%, sedangkan kadar ketergantungan nikotin dengan ketergantungan rendah sebanyak 39 responden dengan presentase 44,8%. Sedangkan berdasarkan hasil kuesioner kemauan berhenti merokok terdapat 92% responden menyatakan ingin berhenti merokok.

**Kata Kunci :** Ketergantungan; Nikotin; Berhenti Merokok; Lansia Perempuan; Dieng

### ABSTRACT

*The pandemic that is currently happening is felt by the international world, not only developing countries such as Asia but almost all countries affected by the Corona virus which we know as Covid-19. The highest risk factors are those who have congenital diseases such as ARI, bronchitis, DM, high blood pressure and others. Smoking is a risk factor for various respiratory infections and increases the severity of the disease according to a study by public health experts. And smokers are more likely to suffer from severe COVID-19 disease than non-smokers (WHO, 2020). Indonesia is a country that is rich in socio-cultural and geographical diversity, as an example of smoking culture among elderly women in the Dieng Plateau. This reflects the strength of Dieng women and togetherness when smoking. As a matter of fact, the condition of elderly women who smoke looks fresh, fit and healthy and does not even complain of health problems. According to the Wonosobo district office, there was an increase in the incidence of ARI by 32% in children under five and heart disease in women of childbearing age by 37%. A preliminary study found that the level of nicotine dependence in 12 elderly people was found to be on the threshold, while the willingness to quit smoking was high but they found it difficult to control their smoking*

*behavior because the level of dependence on nicotine in 5 of the 12 elderly was already above the value of 5 or 89%. This service aims to determine the level of nicotine dependence in the elderly and increase the socialization of the Stop Smoking Movement in Elderly Women during the Pandemic Period in the Dieng Plateau. Nicotine dependence test with questionnaires and counseling to socialize the smoking cessation movement. The target of this service is a group of elderly women who smoke for more than 10 years. The level of nicotine dependence showed that the level of nicotine dependence with high dependence was 48 respondents with a percentage of 55.2%, while the level of nicotine dependence with low dependence was 39 respondents with a percentage of 44.8%. Meanwhile, based on the results of the questionnaire on the willingness to quit smoking, 92% of respondents stated that they wanted to quit smoking.*

**Keywords:** *Addiction; Nicotine; Smoking Cessation; Elderly Woman; Dieng*

## PENDAHULUAN

Pandemi yang saat ini terjadi dirasakan oleh dunia internasional, tidak hanya negara berkembang seperti negara-negara di Asia namun nyaris seluruh negara terkena dampak dari pandemi yang disebabkan oleh salah satu jenis virus corona yang oleh WHO disepakati sebagai penyakit *Covid 19*. Wuhan sebuah kota di Republik Rakyat Tiongkok, mendadak terkenal di seluruh dunia, di kota berpenduduk sekitar 9 juta jiwa itu, sejak serangan virus corona (*Covid-19*) bermula tak hanya di daratan Tiongkok saja, virus ini juga telah menyebar ke lebih dari 180 negara/kawasan di dunia hingga Maret 2020. Organisasi kesehatan dunia (WHO 2020) akhirnya mengumumkan status pandemi global pada 11 maret 2020.

Faktor resiko tertinggi adalah mereka yang memiliki penyakit bawaan seperti ISPA, Bronchitis, DM, darah tinggi dan penyakit bawaan lainnya mengingat *Covid-19* adalah salah satu penyakit yang menyerang pernapasan maka penyakit bawaan yang berkaitan dengan saluran pernapasan menjadi faktor yang nyaris dominan memiliki resiko tertinggi. Penyebab kematian dini menurut WHO pada tahun 2017 diakibatkan penyakit tidak menular di dunia setiap tahunnya. pada kelompok usia di 30-69 tahun sebanyak 15 juta. Sebanyak 7,2 juta kematian tersebut diakibatkan konsumsi produk tembakau dan 70% kematian tersebut terjadi di negara berkembang termasuk Indonesia (WHO, 2017).

Hasil pendataan program indonesia sehat dengan pendekatan keluarga ditemukan anggota keluarga yang merokok di rumah sebesar 55,6% hal ini menjadi dasar upaya pengendalian konsumsi rokok tembakau di Indonesia dilakukan melalui kebijakan kawasan tanpa rokok untuk melindungi masyarakat dari paparan asap rokok (WHO, 2019). Merokok diketahui menjadi faktor risiko berbagai infeksi saluran pernapasan dan meningkatkan

tingkat keparahan penyakit saluran pernapasan pengkajian atas penelitian yang dilakukan pakar-pakar kesehatan masyarakat. Didapati bahwa perokok lebih tinggi kemungkinannya menderita penyakit *Covid-19* yang parah dibandingkan orang yang tidak merokok.(WHO, 2020).

Terkait dengan perilaku merokok yang perlu diperhatikan adalah jumlah rokok yang dihisap setiap tahunnya dan juga lamanya mereka mengkonsumsi rokok. Hal ini sangat berpengaruh terhadap tingkat ketergantungan nikotin, dimana hal ini merupakan suatu tingkatan kondisi dimana seseorang menginginkan nikotin secara terus menerus. Tingkat ketergantungan nikotin berhubungan dengan motivasi yang rendah untuk berhenti merokok dan penyebab orang yang sudah ketergantungan nikotin dapat mengalami rasa cemas, marah, gelisah, susah konsentrasi, nafsu makan meningkat, mood depresi, dan insomnia (Masithah, 2019).

Indonesia adalah negara kepulauan yang kaya akan keaneka ragaman sosial budaya dan geografis, masing-masing daerah memiliki keunikan tersendiri, dibalik keberagaman yang dimiliki tersimpan problematika kesehatan yang tersebar ke penjuru negeri, hal ini sangat membutuhkan perhatian karena tidak jarang ditemukan budaya dan kultur daerah yang tidak searah dengan pembangunan di bidang kesehatan (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018). Sebagai contoh di kawassan dataran tinggi Dieng Jawa Tengah ada satu budaya merokok dikalangan lansia dan uniknya adalah berjenis kelamin perempuan, hal ini mencerminkan kekuatan dari wanita dieng dan kebersamaan saat merokok.(Widiyaningsih, 2020)

Fenomena perokok lansia perempuan di dataran tinggi dieng yang menjadi salah satu destinasi wisata, menunjukkan belum maksimalnya peran tenaga kesehatan dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dan gaya hidup sehat bagi masyarakat (Suharyanta, Widiyaningsih, & Sugiono, 2018). Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan ada 5 dari 12 orang tertarik ingin menyaksikan para lansia perempuan yang sedang menghisap rokok. Fakta secara mata telanjang memang kondisi para lansia perempuan yang merokok terlihat segar bugar dan sehat bahkan beberapa lansia yang kami jumpai tidak mengeluhkan gangguan pendengaran dan penglihatan mereka. Namun, dibalik fakta tersebut menurut data Dinas Kabupaten

Wonosobo terjadi peningkatan kejadian ISPA sebesar 32% pada balita dan Jantung pada Wanita usia subur sebesar 37%.(Dinas Kesehatan Wonosobo, 2019)

Dari studi pendahuluan didapatkan tingkat ketergantungan nikotin pada 12 lansia yang dijumpai sudah diambang batas, sementara kemauan berhenti merokok tinggi akan tetapi mereka sulit mengendalikan perilaku merokoknya karena kadar ketergantungan pada nikotinya pada 5 lansia dari 12 lansia tersebut sudah diatas nilai 5 atau 89% sehingga dari latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh terkait kadar ketergantungan nikotin terhadap tungkat kemauan untuk berhenti merokok.

### **METODE PELAKSANAAN**

Adapun pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Dieng Wetan Kabupaten Wonosobo, Jawa Tengah dengan responden lansia perempuan. Adapun langkah-langkah yang dilakukan saat proses pengabdian adalah sebagai berikut :

#### 1. Tahap persiapan

Masyarakat Dieng diberi pemberitahuan tentang akan adanya test ketergantungan nikotin untuk lansia perempuan yang merokok dan akan diadakan sosialisasi gerakan berhenti merokok.

#### 2. Tahap Test Nikotin

Pada tahap ini dosen pengabdian dengan dibantu oleh 2 orang mahasiswa melakukan test ketergantungan nikotin dengan kuesioner kepada lansia

#### 3. Tahap Pemberian Materi

Tahap penyajian materi penyuluhan dan sosialisasi gerakan berhenti merokok setelah mengetahui hasil test ketergantungan nikotin.

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada bulan September 2021 pada minggu ke 2 dan ke 3 selama 2 minggu, dengan jumlah tatap muka 3 kali dalam seminggu dan 2 jam setiap pertemuan, dengan teknis Sebelum penyuluhan dilakukan test untuk mengetahui tingkat ketergantungan nikotin mereka. Adapun tempat pengabdian adalah di rumah salah satu warga yang memiliki ruangan luas dan sudah biasa untuk kegiatan warga.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan adalah sebagai berikut :

**Hasil Distribusi Frekuensi Responden**

Pengabdian ini menggunakan 87 responden yang digunakan untuk mengetahui kadar ketergantungan nikotin pada lansia perempuan pada masa pandemi di Dataran Tinggi Dieng. Karakteristik responden yaitu menguraikan deskripsi identitas responden menurut sampel penelitian yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil distribusi frekuensi responden sebagai berikut :

**Tabel.1**  
**Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur di Dataran Tinggi Dieng Tahun 2021**

<b>Umur</b>	<b>F (Frekuensi)</b>	<b>Persentase (%)</b>
60-69	38	43,6
70-79	43	49,5
>80	6	6,9
<b>Total</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

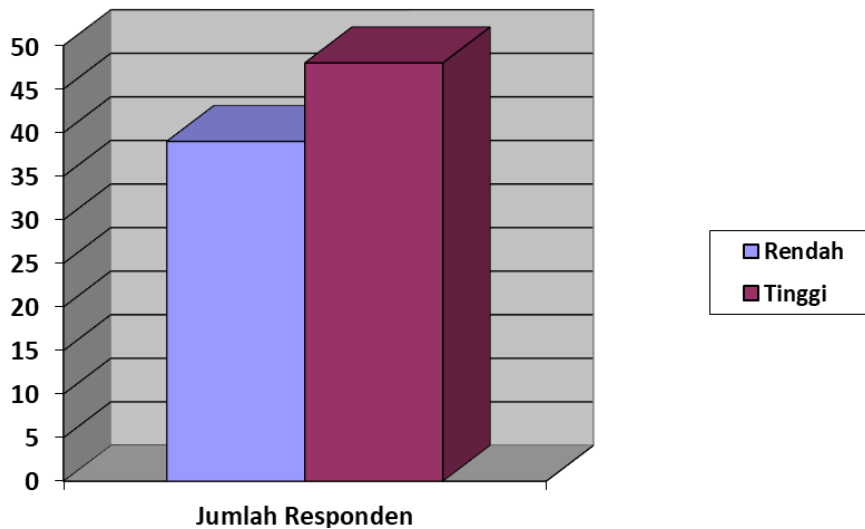
**Tabel.2**  
**Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pekerjaan di Dataran Tinggi Dieng Tahun 2021**

<b>Pekerjaan</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase (%)</b>
Buruh	21	24,1
Pedagang	36	41,4
Petani	47	54,0
Swasta	4	4,6
<b>Total</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel.1 dan Tabel. 2 diketahui bahwa jumlah 87 responden sebagian besar berumur 70-79 sebanyak 43 responden dengan persentase 49.5%, dan menurut pekerjaan hampir bisa dikatakan bahwa pekerjaan responden adalah petani sebanyak 54% selebihnya 41.4 adalah pedagang dan sisanya 4,6% adalah swasta.

**Hasil pengukuran test kadar nikotin pada responden**

Dari pengukuran kadar ketergantungan nikotin dengan menggunakan kuesioner maka dapat dilihat dari penjelasan dan tabel dibawah ini:



**Gambar.1 Grafik Hasil Test Ketergantungan Nikotin Pada Lansia Perempuan di Wilayah Dieng**

**Tabel.3 Hasil rekapan kadar ketergantungan nikotin**

Tingkat Ketergantungan Nikotin	Jumlah	Persentase (%)
Ketergantungan Tinggi	48	55,2
Ketergantungan Rendah	39	44,8
<b>Total</b>	<b>87</b>	<b>100</b>

Dari hasil distribusi frekuensi kadar ketergantungan nikotin didapatkan hasil tingkat ketergantungan nikotin dengan ketergantungan tinggi sebanyak 48 responden dengan presentase 55,2%. Responden ini sebenarnya memiliki kemauan berhenti merokok tinggi akan tetapi mereka sulit mengendalikan perilaku merokoknya karena kadar ketergantungan pada nikotinnya tersebut sudah tinggi, sedangkan kadar ketergantungan nikotin dengan ketergantungan rendah sebanyak 39 responden dengan presentase 44,8%.

## Pembahasan

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan tingginya angka ketergantungan nikotin yang dimiliki oleh responden yang notabene adalah lansia berjenis kelamin perempuan hal ini disebabkan oleh salah satunya adalah lamanya mereka sudah menghisap rokok bahkan ada yang sampai puluhan tahun, hal ini tentunya dapat mempengaruhi kemauan mereka dalam perilaku menghentikan rokok akan tetapi dari hasil sosialisasi berhenti merokok ini banyak ditemukan dari responden bahkan mayoritas mengungkapkan ingin sekali berhenti merokok.

Perilaku merokok adalah suatu aktivitas menghisap dan menghembuskan tembakau dalam gulungan kertas yang telah dibakar dengan temperature 90 derajat celsius pada ujung

yang dibakar dan 30 derajat celsius pada ujung yang dihisab serta menghasilkan asap yang dapat memberikan dampak buruk bagi perokok dan orang sekitar yang menghirupnya (Saminan, 2016).

Ketergantungan merokok disebabkan oleh zat nikotin di dalam rokok yang mempengaruhi **reward area** yang umurnya aktif akibat rangsangan alamiah seperti makan minum dan aktivitas seksual. Efek ketergantungan yang sangat kuat disebabkan karena mempengaruhi sensitifitas jalur **reward** tersebut dan kemudian menyebar ke sirkuit neuronal yang ada disekitarnya dan menimbulkan "**addiction memory**" ketergantungan merokok atau zat lainnya juga mempengaruhi emosi dan motivasi seseorang. Zat nikotin tidak hanya mempengaruhi system yang dipengaruhi juga adalah **hypotalamic-pituitary-adrenal** (HPA) yang berperan dalam mengontrol reaksi terhadap stres, emosi dan suasana hati (Wesnawa, 2015).

Pengabdian ini juga sejalan dengan dengan penelitian (Masithah, 2019) adanya pengaruh signifikan tingkat ketergantungan nikotin terhadap perilaku ( $P < 0,005$ ). Pengaruh tingkat ketergantungan nikotin terhadap persepsi control perilaku adalah pengaruh negatif. Semakin rendah tingkat ketergantungan nikotin, maka persepsi kontrol perilaku semakin tinggi. Dengan kata lain, kian tinggi tingkat ketergantungan nikotin maka persepsi kontrol perilaku kian rendah.

### **KESIMPULAN**

Didapatkan hasil kadar ketergantungan nikotin dengan ketergantungan tinggi sebanyak 48 responden dengan presentase 55,2%, sedangkan kadar ketergantungan nikotin dengan ketergantungan rendah sebanyak 39 responden dengan presentase 44,8%. Didapatkan kemauan untuk berhenti merokok sebesar 92% setelah diadakan sosialisasi gerakan berhenti merokok.

### **REKOMENDASI**

Perlu diadakannya konseling berhenti merokok secara rutin dan pendampingan dari pemerintah setempat terkait dengan sosialisasi gerakan berhenti merokok terutama untuk perempuan. Dukungan lebih dari anggota keluarga terhadap lansia perempuan yang merokok.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Ucapan terimakasih disampaikan kepada 1) Pemerintah Kecamatan Kejajar; 2) Masyarakat Desa Dieng Wetan; dan 3) STIKes Surya Global.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dinas Kesehatan Wonosobo. (2019). Profil Kesehatan Kabupaten Wonosobo Tahun 2019. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–100. Retrieved from <http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdas-2018.pdf>
- Masithah, D. (2019). Peran Kecerdasan Emosional & Tingkat Ketergantungan nikotin Pada Niat Berhenti Merokok. *Jurnal MKMI*, 15.
- Saminan. (2016). Efek Perilaku Merokok Terhadap Saluran Pernapasan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 16.
- Suharyanta, D., Widiyaningsih, D., & Sugiono. (2018). Peran Orang Tua , Tenaga Kesehatan , Dan Teman Sebaya Terhadap Pencegahan Perilaku Merokok Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS Dr. Soetomo*, 4(1), 8–13. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29241/jmk.v4i1>
- Wesnawa, I. G. A. . (2015). *Latihan Lari Aerobik Menurunkan Ketergantungan Nikotin Mahasiswa Perokok Aktiv Di Denpasar*.
- WHO. (2017). *Pusat Informasi Data Kesehatan*.
- WHO. (2019). *Tubuh tembakau*. 1. Retrieved from WHO/NMH/PND/19.1
- WHO. (2020). Coronavirus disease (COVID-19) Situation Report – 162 30 June 2020. In *Who* (Vol. 8).
- Widiyaningsih, D. (2020). Pengaruh Sosial Budaya Dan Geografis Terhadap Perilaku Merokok Pada Lansia Perempuan Di Wilayah Dataran Tinggi Dieng Wonosobo. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS Dr. Soetomo*, 6(2).