

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Mahasiswa

1. Pengertian Mahasiswa

Menurut (Artina.S1) et al., 2019) mahasiswa merupakan orang yang terdaftar dan menjalani pendidikannya di suatu perguruan tinggi baik dari akademik, politeknik, sekolah tinggi institut atau suatu universitas dimana berusia antara 18 hingga 25 tahun dan juga memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir maupun bertindak. (Auli S, Asrof A, Fitri, 2025) beranggapan bahwa mahasiswa adalah generasi muda yang bertanggung jawab untuk membawa perubahan dalam masyarakat sedangkan menurut Siswanto dalam (Satiawan Zenal, 2021) mengatakan bahwa mahasiswa merupakan mereka yang melakukan pembelajaran di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta yang dianggap memiliki level intelektual lebih tinggi, berfikir cerdas, matang dalam bersikap, tindakan yang cepat dan penuh perencanaan. Sehingga mahasiswa merupakan orang yang terdaftar dan sedang mengikuti pendidikan di perguruan tinggi, institut maupun universitas dengan rentan usia umumnya berada pada 18 hingga 25 tahun dimana mahasiswa dianggap cerdas dalam bersikap dan bertindak, berpikir kritis dan rasional, selain itu mahasiswa juga dianggap sebagai generasi muda yang memiliki tanggung jawab moral dan sosial untuk membawa perubahan positif dalam masyarakat serta mampu menjadi agen

perubahan yang berkontribusi pada pembangunan dan peningkatan kualitas kehidupan bermasyarakat karena memiliki kematangan dalam berpikir.

2. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok

Merokok menjadi sebuah tren di kalangan mahasiswa dikarenakan pengaruh dari lingkungan sosial, khususnya teman sebaya. Di lingkungan kampus, sebagian mahasiswa beranggapan bahwa dengan merokok mereka akan tampak lebih dewasa dan dapat menyesuaikan diri dengan kelompok pertemanan. Faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok diantaranya rasa ingin tahu, tekanan dari teman sebaya, keinginan tampil percaya diri, serta dorongan untuk bersosialisasi. Faktor ini yang mempengaruhi seseorang merokok juga berasal dari kondisi psikologis seperti rasa cemas, stres, dan keinginan untuk mencari kesenangan. Di kalangan mahasiswa sifat menentang keinginan yang tinggi dapat menjadi salah satu faktor pemicu untuk mencoba hal baru seperti merokok (Rusma.A & , Nuddin,A, 2020). Tidak hanya itu, menurut penelitian yang dilakukan oleh (Panjaitan.L, Ginting, A.A.Y, 2025), faktor yang dapat mempengaruhi seseorang remaja mengkonsumsi rokok adalah ketersediaan rokok dimana rokok dapat dengan mudah didapatkan di lingkungan sekitar seperti sekolah, warung, atau kantin, selain itu harga rokok yang relatif murah membuat rokok mudah dibeli oleh berbagai kalangan, sehingga tidak memerlukan kemampuan ekonomi yang tinggi untuk membelinya, serta kurangnya pengawasan dan tidak adanya pembatasan usia saat membeli

rokok membuat remaja lebih cenderung merokok baik sebagai kebiasaan maupun sebagai bentuk coba-coba.

B. Rokok

1. Pengertian Rokok

Menurut (Bala.M.E, Senduk.J), rokok merupakan sebuah silinder kertas panjang yang dibuat dengan kisaran antara 70 mm hingga 120 mm dan dengan diameter kisaran 10 mm, rokok berisi daun-daun tembakau yang telah dicacah hingga halus dan dibakar pada salah satu ujungnya lalu dibiarkan membara agar asapnya dapat dihirup lewat mulut pada ujung lainnya. Sementara itu menurut (Nopianto.P, 2022) rokok adalah hasil olahan tembakau dimana berasal dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rustica* dan spesies lainnya atau sintesisnya yang mengandung Nikotin dan Tar dengan atau tanpa bahan tambahan yang terbungkus, dan dapat memberikan rasa candu dan ketergantungan bagi penggunanya.

Selanjutnya menurut (Asgara et al., 2023) merokok merupakan perilaku yang banyak ditemui dalam kehidupan sehari-hari dan dapat dijumpai ditempat-tempat umum seperti jalanan, bus kota, rumah sakit, sekolah dan lain sebagainya karena dianggap sebagai bagian dari gaya hidup meskipun berdampak bagi kesehatan. Tidak hanya itu (Pamungkas.L.J , D Nanda, D Fauziah, RNS Kusnadi, N Nurfadhilah, AR Faulina, 2025) beranggapan bahwa saat ini rokok dikenal dengan istilah yang baru yaitu vape atau rokok elektrik dimana merupakan perangkat elektronik yang berfungsi sebagai penghantaran Nikotin menggunakan baterai. Vape

bekerja dengan cara memanaskan cairan (liquid) yang mengandung berbagai zat kimia seperti Nikotin, Propylene Glycol, Gliserin, Chromium, Nikel, Tobacco Specific Nitrosamines (TSNAs) dan perasa aditif tambahan untuk menghasilkan Aerosol yang kemudian akan dihirup.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa rokok merupakan hasil olahan tembakau yang digunakan dengan cara dibakar atau dipanaskan dan dihisap asapnya. Rokok mengandung Nikotin dan Tar yang bersifat adiktif dimana dapat memberikan ketergantungan yang kemudian akan menimbulkan gangguan kesehatan baik perokok aktif maupun perokok pasif.

2. Usia Merokok

Salah satu faktor yang sangat menentukan resiko kesehatan jangka panjang dan kemungkinan menetapnya perilaku merokok hingga dewasa adalah usia merokok, Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Elon.Y, 2019) usia seorang remaja mulai merokok dimulai dari usia 14 tahun atau pada saat menduduki bangku kelas satu SMP. Menurut beberapa penelitian, di Indonesia rentan usia merokok dimulai pada saat remaja, seperti di Jawa Barat prevalensi perokok remaja pada tahun 2021 mencapai 32,68% untuk usia 15 tahun, dan di Kabupaten Kuningan sebesar 12,69% untuk usia 15-24 tahun yang artinya sebagian besar remaja mulai merokok pada usia 15 tahun (Marlindasari.L, Prilius.N, 2025).

Sementara itu, di luar Jawa seperti di Kota Kupang, usia awal merokok juga menunjukkan kecenderungan serupa. Gambaran ini diperkuat

dengan penelitian yang dilakukan oleh (Tengko.R.P.M, Ndun.H.J.N, 2025) usia awal seseorang merokok dimulai dari 16 hingga 24 tahun dimana mereka mulai mencoba mengkonsumsi rokok dari SMP hingga SMA, yang dipicu oleh rasa ingin tahu, ajakan teman sebaya dan persepsi bahwa merokok menjadi tanda kedewasaan atau cara menyesuaikan diri dengan kelompok sosial tertentu. Kesamaan pola antara Jawa dan Kupang menunjukkan bahwa usia remaja adalah tahap penting dalam hidup seseorang. Remaja mudah terpapar dan terpengaruh oleh rokok karena keinginan untuk mencoba hal yang baru.

3. Perilaku dan Kebiasaan Merokok

Perilaku dan kebiasaan merokok mengarah kepada suatu tindakan seseorang dalam menggunakan atau mengkonsumsi rokok secara berulang kali :

a. Laki-laki

1) Jumlah rokok yang dihisap dalam sehari

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Kristiani.E, 2023) tentang hubungan dukungan keluarga dan pengaruh teman sebaya terhadap perilaku merokok remaja, didapatkan mayoritas remaja laki-laki di kecamatan Parongpong termasuk dalam kategori perokok ringan dengan kategori remaja yang menghisap rokok sebanyak 5-10 batang rokok per hari sedangkan menurut (Sulistyoningrum.D, Wardani.S.F.P, 2024), rokok yang dihisap oleh seorang remaja laki-laki paling banyak adalah 11-12 batang per hari.

2) Alasan merokok

Menurut (Andreani et al., 2020) alasan yang mendorong seorang remaja mulai merokok disebabkan oleh faktor psikologis yaitu stres dimana ini didorong oleh kondisi lingkungan, teman sebaya, faktor biologis, faktor keluarga, maupun faktor sekolah hal ini terjadi karena masa remaja mengalami siklus emosi yang meledak-ledak sehingga tekanan emosi kurang stabil, dan hal ini menjadi pemicu kenakalan pada remaja yaitu dengan merokok.

b. Perempuan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Putri.T.A dan Wijaya.D.R, 2024) mengenai gambaran kebiasaan merokok pada remaja perempuan adalah sebagai berikut :

1) Jumlah rokok yang dihisap dalam sehari

Rata-rata perempuan dapat menghabiskan kurang dari 10 batang rokok perhari dimana jumlah ini dapat bertambah ketika remaja perempuan berkumpul bersama teman-teman dan mengalami stres.

2) Alasan merokok

Alasan yang menjadi penyebab remaja perempuan merokok dipengaruhi oleh rasa penasaran dimana hal ini didukung oleh pengaruh dari teman sebaya maupun keluarga ditambah efek yang ditimbulkan dari rokok yaitu adanya rasa tenang dan rileks sehingga merokok menjadi salah satu jalan untuk menghilangkan rasa stres.

4. Dampak Rokok

a. Bagi individu

Menurut H.L Blum (1981), derajat kesehatan masyarakat maupun perorangan dipengaruhi oleh empat faktor yaitu lingkungan, perilaku (gaya hidup), keturunan, dan pelayanan kesehatan (Wati.M.D.M, 2020). Keempat faktor tersebut saling berinteraksi dalam menentukan status kesehatan seseorang, salah satunya adalah perilaku, dimana kebiasaan merokok merupakan perilaku beresiko yang dapat menurunkan derajat kesehatan terkhususnya bagi kalangan mahasiswa.

Rokok mengandung zat adiktif yang sangat berbahaya bagi kesehatan manusia, zat adiktif merupakan zat yang menimbulkan adiksi atau ketagihan pada seseorang serta dapat menyebabkan berbagai penyakit, tidak hanya itu, asap rokok yang dihasilkan juga dapat menyebabkan masalah serius terutama pada bayi dan anak-anak seperti infeksi saluran pernapasan, asma bronkitis dan lain sebagainya (Subang.A.2025:22-23). Selain jumlah zat berbahaya yang terkandung dalam rokok, tingkat merokok seseorang juga mempengaruhi dampak merokok, menurut penelitian yang dilakukan oleh (Salsabila.A, 2021), orang yang merokok dikategorikan menjadi tiga yaitu perokok ringan, perokok sedang dan perokok berat.

Perokok ringan cenderung mengalami keluhan pernapasan ringan seperti batuk ringan, iritasi tenggorokan, mulut terasa pahit dan kering, perokok sedang mulai muncul keluhan seperti batuk berdahak, sesak

nafas saat aktivitas ringan, dan dada terasa berat sementara untuk perokok berat memiliki resiko yang lebih serius seperti penyakit kronis. Berdasarkan penelitian (Globe.S, 2020), rokok dapat menyebabkan berbagai macam penyakit di mulut seperti :

1) Infeksi pada gusi

Peradangan pada gusi (gingivitis) adalah kondisi di mana gusi mengalami perubahan warna disebabkan oleh peradangan yang terus menerus meningkat, kebiasaan buruk seperti merokok dapat memperburuk kondisi gusi dan meningkatkan resiko kerusakan gusi (Feblina.A.R,Rapiuddin.R.A) sehingga paparan asap rokok yang lebih lama dapat meningkatkan kemungkinan gusi mengalami iritasi berulang, penurunan kekuatan jaringan, dan tanda-tanda kerusakan yang lebih parah, dimana pada akhirnya dapat mempengaruhi kesehatan rongga mulut dan kestabilan gigi.

2) Infeksi faring

Infeksi faring (faringitis) adalah peradangan pada mukosa faring yang sering menyebar ke jaringan sekitarnya (Hasanah.R, Muhasshanah, 2022), sehingga kondisi ini dapat menyebabkan rasa tidak nyaman seperti nyeri saat menelan, iritasi, dan masalah dengan pernapasan hal ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup penderitanya.

3) Infeksi laring atau pita suara

Infeksi laring (laringitis) adalah peradangan yang terjadi pada laring atau tempat pita suara di tenggorokan (Hasanah.R, Muhasshanah, 2022), peradangan laring dapat menyebabkan suara serak, sakit tenggorokan, dan masalah menelan (Ningrum.S.T, Hardian.E.D & Ramdhini.T), sehingga kondisi ini dapat memburuk pada orang yang merokok karena paparan asap rokok dapat menyebabkan iritasi berulang dan peningkatan resiko peradangan yang lebih parah.

4) Infeksi bronkus

Infeksi bronkus (bronkitis) adalah peradangan atau infeksi saluran napas yang menginfeksi bronkus (Magfiroh, Dwirahayu.Y, 2021). Bronkitis ditandai dengan peradangan pada saluran bronkial (bronkus), yang terletak di dalam saluran udara kecil dan alveoli, gejala bronkitis biasanya berlangsung selama satu minggu atau lebih (Warlem.N, Triansyah.I, Khudri.G, Handayani.K.M, 2023), sehingga peradangan dapat menyebabkan peningkatan produksi lendir, penyempitan saluran napas dan munculnya keluhan seperti batuk, dan kesulitan dalam bernapas.

5) Kanker paru (TB paru)

Paru-paru adalah bagian penting dari sistem pernapasan dan peredaran darah ke tubuh manusia, merokok menjadi penyebab utama kanker paru-paru (Idris.J.F, Ramadhani.R, 2024). Menurut (Christine J K Ekawati, 2022) kumpulan asap rokok dapat

menyebabkan paru-paru menjadi kotor sehingga menjadi awal dari kerusakan paru-paru akibat kebiasaan merokok

Selain penyakit yang dijelaskan (Globe.S, 2020) penelitian lain menunjukkan bahwa rokok juga dapat menimbulkan penyakit lainnya seperti :

1) Kanker serviks

Menurut (Armenda et al.) kanker serviks merupakan kanker yang disebabkan oleh infeksi *Human Papilloma Virus* (HPV) yang umumnya ditularkan melalui kontak seksual. Faktor eksogen dapat memengaruhi resistensi HPV melalui rokok. Seorang perokok baik itu perokok aktif maupun pasif memiliki resiko lebih tinggi untuk mengidap kanker serviks, terutama jenis *Squamous Cell Carcinoma* (SCC), tetapi tidak adenokarsinoma serviks. Karsinogenesis rokok mempengaruhi perkembangan lesi prakanker dan kanker serviks melalui berbagai mekanisme biologis, dimana salah satunya adalah metabolit tembakau yang menyebabkan immunosupresi lokal, yang merusak sistem kekebalan tubuh untuk menangkal infeksi virus, meningkatkan resiko infeksi HPV yang berkelanjutan di serviks.

2) Kanker Payudara

(Mardhotilla.F, Harahap.W.A, 2020) mengemukakan bahwa kanker payudara adalah penyakit yang disebabkan oleh pertumbuhan sel-sel payudara yang tidak terkendali dan dapat menyerang organ disekitarnya dan bermetastasis ke organ lain. Rokok mengandung

berbagai bahan kimia seperti Nikotin, N-Nitrosamin, Hidrokarbon Aromatik Polisiklik (PAH), Ammonia Aromatik, Aldehida, Dibenzo Pyrene serta berbagai senyawa organik dan anorganik lainnya. Di antara senyawa-senyawa tersebut terdapat 50 zat yang berpotensi menyebabkan kanker dan sekitar 20 diantaranya telah diidentifikasi sebagai penyebab kanker payudara yang bersifat karsinogenik. Paparan asap rokok di lingkungan sejak kanak-kanak juga dapat meningkatkan resiko kanker hal ini dikarenakan kandungan asap rokok yang berbahaya dapat meningkatkan resiko penyakit seperti kanker payudara.

3) Jantung koroner dan dampak sistemik rokok

(Anggraeni et al., 2025) mengemukakan bahwa penyakit jantung koroner adalah penyakit jantung yang disebabkan oleh penumpukan plak, lemak, atau zat lainnya pada dinding pembuluh darah, dimana penumpukan ini menyebabkan arteri menyempit dan mengurangi aliran darah yang membawa oksigen serta nutrisi ke jantung. Salah satu penyebab Penyakit Jantung Koroner (PJK) adalah kebiasaan merokok dimana rokok mengandung zat berbahaya seperti karbon monoksida dan nikotin yang dapat merusak endotel pembuluh darah serta meningkatkan resiko penyakit jantung.

Selain itu, rokok tidak hanya membahayakan kesehatan jantung tetapi juga dapat menyebabkan penyakit lainnya seperti masalah gigi dan mata. Rokok dapat berdampak buruk pada kesehatan gigi, salah

satunya adalah karies gigi yang merupakan kerusakan pada jaringan keras gigi yang ditandai dengan munculnya lubang, perubahan warna gigi dari putih menjadi kuning serta terkadang disertai lesi yang berdarah. Orang yang merokok juga berpotensi kehilangan indra penglihatan yang dikenal sebagai katarak, yaitu kondisi di mana lensa mata menjadi keruh sehingga cahaya sulit masuk dan menyebabkan penurunan penglihatan.

b. Bagi lingkungan

Rokok dapat memberikan dampak negatif bagi lingkungan dimana hal ini disebabkan oleh asap yang dihasilkan dari kegiatan merokok akan mencemari atmosfer sehingga dapat menurunkan kualitas lingkungan (Iswardhana.M.R,dkk.2025). Menurut Suryoadji.K.A,dkk (2024:157-158) pencemaran udara merupakan salah satu masalah utama kesehatan lingkungan.

Merokok memiliki pengaruh yang signifikan terhadap polusi udara dan perubahan iklim, serta emisi karbon yang dihasilkan, kebiasaan membuang puntung rokok sembarangan juga berpengaruh pada lingkungan dimana filter puntung rokok sulit untuk terurai, selain itu filter yang terbuang di pantai dapat berdampak negatif bagi ekosistem laut karena berbagai bahan kimia di dalamnya dapat melepaskan dan mengakumulasi polutan yang kemudian merusak ekosistem laut seperti ikan dan satwa laut lainnya, sementara untuk pengolahan dan produksi rokok memiliki dampak negatif seperti pembukaan lahan untuk

penanaman tembakau, kekurangan air, penggunaan agrokimia polusi dan limbah rokok yang dapat berdampak negatif bagi lingkungan.

5. Biaya Merokok

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Marhaeni.Z.A,2024) menunjukkan bahwa mayoritas remaja cenderung membeli rokok dengan harga < 20.000, tidak hanya itu remaja juga membeli rokok dengan kisaran harga mencapai Rp 30.000-40.000 dan dapat mengkonsumsi 1-10 batang perhari. Pembelian rokok biasanya dilakukan secara eceran karena satuan harganya lebih terjangkau sehingga semakin tinggi frekuensi merokok maka semakin besar biaya yang dilakukan. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun harga rokok meningkat remaja masih berusaha memenuhi kebiasaan merokok dengan mencari cara yang lebih murah, akibatnya beban finansial dapat meningkat karena ketergantungan lebih lanjut pada rokok.

Secara keseluruhan kemudahan dalam mendapatkan rokok dengan harga terjangkau, terutama yang dibeli secara eceran membuat remaja lebih mudah mendapatkan dan mempertahankan kebiasaan merokok, akibatnya meskipun biaya pembelian meningkat secara bertahap, total pengeluaran yang dikeluarkan oleh remaja dapat terus meningkat dan berpotensi menimbulkan beban finansial dalam jangka waktu yang panjang.