

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kesehatan mental merupakan suatu kondisi kesejahteraan mental yang memungkinkan individu untuk mengatasi tekanan hidup, menyadari kemampuan mereka, belajar dengan baik dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi pada komunitas mereka (WHO, 2024). Berdasarkan data-data yang tersedia mengenai gangguan mental, masalah kesehatan mental telah menjadi perhatian utama dalam beberapa tahun terakhir. Pada mulanya, isu mengenai kesehatan mental hanya terbatas pada individu yang mempunyai gangguan jiwa dan tidak diperuntukkan bagi individu yang normal. Namun, seiring perkembangan zaman kesehatan mental tidak hanya untuk orang yang mengalami gangguan kejiwaan tetapi juga bagi orang yang sehat yaitu tentang bagaimana mereka mengeksplor dirinya sendiri dengan lingkungan (Andini et al., 2021).

Studi Global Burden of Disease pada tahun 2015 mengungkapkan dampak serius kesehatan mental dalam beban penyakit global. Data menunjukkan bahwa 6 dari 20 penyakit penyebab disabilitas tertinggi adalah gangguan mental. Estimasi WHO mengenai disability-life adjusted years (DALY) pada tahun 2012 menempatkan gangguan depresi sebagai penyakit utama ke-9 dari 20 penyakit utama (Ridlo & Zein, 2018).

Berdasarkan (Ipsos Global Health Service Monitor, 2023) data tren selama lima tahun, mengeksplorasi perubahan dalam masalah kesehatan terbesar. Masalah

kesehatan utama di seluruh dunia di 31 negara, masyarakat menempatkan kesehatan mental sebagai masalah kesehatan utama yang dihadapi negara mereka. Sejak awal survei ini dilakukan pada tahun 2018, kekhawatiran akan kesehatan mental telah meningkat sebesar 17 poin persentase (pp), dengan lebih dari dua perlima (44%) merasa khawatir. Selain itu, kekhawatiran tentang stres (sekarang disebutkan oleh 30% sebagai masalah) juga meningkat. Hal ini sekarang berada di urutan ketiga dalam daftar kami setelah kanker (40%). Tren global menunjukkan bahwa gangguan kecemasan dan mood adalah yang paling umum, dengan prevalensi tertinggi di Amerika Serikat (Ipsos, 2023).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 oleh Kementerian Kesehatan, sekitar 9,8% atau sekitar 26 juta, dari 267 juta jiwa di Indonesia hidup dengan “gangguan mental emosional” atau kondisi Gangguan kesehatan jiwa. Jika dijabarkan lebih detail menunjukkan prevalensi gangguan mental berat pada penduduk Indonesia sekitar 7% per mil (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, mengatakan Sumut berada di peringkat keempat dengan jumlah kasus 36.146 untuk pravelensi gangguan mental pada penduduk usia 15 tahun ke atas. Kebanyakan orang tidak menyadari bahwa penyebab dari gangguan mental, berdampak pada gangguan kecemasan. Gangguan kecemasan dapat dipengaruhi dari paparan asap rokok dari kebiasaan orang yang merokok. Walaupun bagi perokok aktif, perilaku merokok sebagai hal yang penting karena dapat mengatur gangguan kecemasan mereka. Namun, terlalu banyak merokok juga memberi dampak buruk pada kesehatan mental, pasalnya rokok akan menimbulkan kecanduan bagi penikmatnya, sehingga akan

mengiring perokok untuk selalu mengomsumsi rokok dan sulit untuk dihentikan (Silvia Farmela, 2022).

Walaupun bagi perokok aktif tentu asap rokok yang dikeluarkan oleh mereka sama sekali tidak menjadi masalah dalam kehidupannya. Namun bagi perokok pasif paparan asap rokok diketahui memiliki dampak negatif pada kesehatan, termasuk kesehatan mental. Ada beberapa mekanisme perilaku dan biologis yang dapat menjelaskan hubungan antara paparan paparan asap rokok dan gejala depresi. Pertama, paparan paparan asap rokok dapat menjadi indikator lingkungan kerja dan tempat tinggal yang penuh tekanan, yang pada gilirannya dapat menyebabkan gejala depresi atau depresi. Kedua, paparan asap rokok telah dikaitkan dengan efek kesehatan yang merugikan. Semua efek samping (seperti kanker, penyakit pernapasan, dan sebagainya) pada gilirannya dapat menyebabkan gejala depresi melalui proses multi-langkah langsung dan tidak langsung. Ketiga, paparan asap rokok dapat berkontribusi pada penurunan kadar dopamin dan asam  $\gamma$ -aminobutirat, yang telah dikaitkan dengan peningkatan risiko gejala depresi seperti yang diamati pada perokok pasif (Han et al., 2019).

Ketika paparan asap rokok dinyatakan sebagai variabel kontinu (hari/minggu), hubungan antara hari paparan asap rokok yang terus menerus dan gejala depresi keseluruhan untuk memiliki gejala depresi meningkat dengan bertambahnya hari paparan asap rokok (OR = 1.57, 95% CI = 1.26-1.87), yang menunjukkan bahwa peluang untuk memiliki gejala depresi meningkat dengan setiap kenaikan satu hari dalam paparan asap rokok (Han et al., 2019). Penelitian sebelumnya telah

menunjukkan adanya hubungan antara paparan asap rokok dan masalah kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi pada pekerja.

Data World Health Organization (WHO) tahun 2017 menunjukkan bahwa Indonesia menduduki peringkat ketiga dengan jumlah perokok terbesar di dunia setelah Cina dan India. Jumlah perokok di Indonesia mencapai 35% dari total populasi, atau sekitar 75 juta jiwa. Penelitian (Minichino et.al. 2013) menemukan investigasi yang meliputi informasi genetik, lingkungan, dan neurobiologis memahami hubungan antara gangguan kecemasan dan merokok. Orang dengan gangguan kecemasan dapat memulai dan mempertahankan perilaku merokok dalam upaya untuk mengatur diri sendiri atau mengatasi tekanan emosional yang merugikan. Model ini memprediksi bahwa individu dengan faktor risiko kecemasan premorbid atau gangguan penuh adalah lebih cenderung merokok untuk mengatur keadaan emosional (Minichino et al., 2013).

Menurut BPS (Badan Pusat Statistik, 2024), wilayah Sumatera utara menjadi provinsi dengan persentase penduduk merokok paling tinggi di Indonesia dengan urutan ke 22, yakni 26,28%. Seperti banyaknya kota di Sumatera Utara, kota Tebing Tinggi memiliki tingkat konsumsi rokok yang cukup tinggi di antara penduduknya yakni 40,09 % untuk usia 35-44 tahun atau disebut dengan usia pekerja (Badan Pusat Statistik, 2023).

Biasanya pekerja informal yang umum ditemui di kota tebing tinggi, seperti penarik becak, penarik angkut, tukang besi, maupun bengkel yang seringkali melakukan aktivitas merokok sehari-harinya. Akan tetapi, bagi pekerja informal yang

tidak merokok juga sering terpapar asap rokok di lingkungan kerja sehingga mereka lebih rentan terhadap asap. Berdasarkan survei awal ditemukan munculnya gejala kecemasan pada seseorang dikarenakan data yang di ambil hampir rata-rata respondennya menjawab sering kali merasakan sakit kepala, kehilangan nafsu makan, tangan gemetar, dan beberapa orang yang mengaku kehilangan minat terhadap banyak hal, merasa sulit berkonsentrasi dan mengalami kesulitan untuk mengambil keputusan. Hal tersebut merupakan gejala seseorang mengalami kesehatan mental. Apalagi dengan lingkungan kerja yang penuh dengan asap rokok sehingga menimbulkan kondisi yang tidak nyaman dan memengaruhi kesejahteraan mental pekerja informal.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat diketahui bahwa gejala kesehatan mental berkaitan erat dengan kandungan berbahaya yang ada di dalam rokok. Pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui adanya hubungan paparan asap rokok dengan kesehatan mental maupun hubungan perilaku merokok dengan kesehatan mental pada pekerja informal di kota Tebing Tinggi. Berdasarkan uraian di atas, peneliti merencanakan penelitian terkait hubungan paparan asap rokok dan perilaku merokok dengan kesehatan mental pekerja informal di kota Tebing Tinggi.

Merokok dikenal memiliki dampak negatif pada kesehatan fisik, tetapi juga berpengaruh pada kesehatan mental. Dalam perspektif Islam, segala tindakan yang membahayakan diri sendiri dan orang lain dilarang, termasuk kebiasaan merokok (Fithria et al., 2021). Ajaran Islam dengan kesehatan mental memberikan pemahaman holistik tentang pentingnya menjaga kesejahteraan tubuh dan pikiran dari bahaya merokok. Islam mengajarkan bahwa menjaga kesehatan adalah bagian dari amanah

yang diberikan oleh Allah (Riska Ramadhani et al., 2023). Menyakiti diri sendiri atau orang lain dilarang, sebagaimana disebutkan dalam hadits,

صلى الله عليه وسلم قال: لَا ضَرَرَ وَلَا ضِرَارَ

Rasulullah saw bersabda: "Tidak ada bahaya dan tidak ada mudharat"(HR. Malik).

Hadits ini mengajarkan kita untuk menghindari segala bentuk tindakan yang dapat membahayakan diri sendiri maupun orang lain, termasuk dalam konteks menjaga kesehatan fisik dan mental.

Pentingnya menjaga kesehatan mental tidak terlepas dari tujuan utama syariat, yang dikenal dengan istilah Maqashid Syariah. Maqashid Syariah mencakup prinsip-prinsip dasar yang bertujuan untuk melindungi agama, jiwa, akal, keturunan, dan harta. Dalam konteks kesehatan mental, aspek dari maqashid syariah yaitu menjaga jiwa (Hifz al-Nafs). Hifz al-nafs tergolong dalam al-maqashid al-‘amm karena hifz al-nafs merupakan salah satu dari al-dharuriyyah al-khams (lima keniscayaan). Secara etimologi Hifz al-Nafs artinya menjaga jiwa yang berasal dari gabungan dua kata bahasa arab yaitu حفظ yang artinya “menjaga” dan النفس yang artinya “jiwa atau ruh”. Sementara secara terminologi, Hifz al-Nafs adalah mencegah terjadinya hal-hal buruk dan memastikannya tetap hidup (Hayat, 2020). Dari uraian di atas, peneliti menilai bahwa peran Islam dalam menjaga keseimbangan kesehatan mental manusia sangat signifikan. Maka, peneliti tertarik untuk membahas bagaimana implementasi Maqashid Syariah dalam memelihara kesehatan mental masyarakat.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana perilaku merokok pada pekerja informal di Kota Tebing Tinggi?
2. Bagaimana pengaruh perilaku merokok dengan kesehatan mental pekerja informal di Kota Tebing Tinggi?
3. Bagaimana pengaruh paparan asap rokok (perokok pasif) pada kesehatan mental pekerja informal di Kota Tebing Tinggi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan yang akan dicapai yakni dapat diketahui terdapat hubungan paparan asap rokok dan perilaku merokok dengan kesehatan mental pekerja informal di kota Tebing Tinggi.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus yang akan dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk :

- a. Mengetahui proporsi perokok pasif pada pekerja informal di kota Tebing Tinggi berdasarkan variabel pekerjaan.
- b. Mengetahui proporsi perokok pasif pada pekerja informal di kota Tebing Tinggi berdasarkan variabel jenis kelamin.
- c. Mengetahui hubungan paparan asap rokok pada perokok pasif dengan kesehatan mental pekerja informal di kota Tebing Tinggi.

- d. Mengetahui proporsi perilaku merokok pada perokok aktif di kota Tebing Tinggi.
- e. Mengetahui proporsi perilaku merokok pada perokok aktif di kota Tebing Tinggi berdasarkan variabel pekerjaan.
- f. Mengetahui proporsi perilaku merokok pada perokok aktif di kota Tebing Tinggi berdasarkan variabel jenis kelamin.
- g. Mengetahui hubungan antara perilaku merokok pada perokok aktif dengan kesehatan mental pekerja informal di kota Tebing Tinggi.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat bagi Masyarakat**

Diharapkan Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya pekerja informal akan pentingnya menjaga lingkungan kerja yang sehat dan bebas dari asap rokok. Dengan peningkatan kesadaran, diharapkan bahwa masyarakat akan menjadi lebih sadar terhadap risiko kesehatan mental akibat paparan asap rokok dan perilaku merokok.

##### **1.4.2 Manfaat bagi Peneliti**

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan bagi peneliti terkait faktor-faktor yang terlibat dalam interaksi antara asap rokok dengan kesehatan mental, dan perilaku merokok dengan kesehatan mental. Serta bagaimana hal itu berkaitan dengan lingkungan kerja di kota Tebing Tinggi.



### 1.4.3 Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan referensi dan perbandingan bagi penelitian selanjutnya yang berkenaan membuat penelitian antara paparan asap rokok dan perilaku merokok dengan kesehatan mental.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN