



Studi Deskriptif Kuantitatif Mengenai *Anxiety* pada Pelaku *Cigarette Addiction* di SMA N 1 Kecamatan Bukik Barisan

Tesa Anggraini^{1*}, Hinal Muazin²

^{1,2} Universitas Negeri Padang, Indonesia

Alamat: Jln. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

Korespondensi penulis: tesaanggrainistudent@gmail.com

Abstract. *Anxiety is a common problem that can affect a person's physical and psychological changes, especially in cigarette addiction perpetrators. Addiction or addiction is an unhealthy behavioral condition that causes physical or mental dependence on something so that it has an impact on the behavior of the person who experiences it. This study aims to describe the level of anxiety in addiciton cigarette perpetrators at SMA N 1 Bukik Barisan. The study used a descriptive quantitative approach with an accidental sampling technique, with a sample of 12 students aged 15-18 years. Data was collected through the Beck Anxiety Inventory (BAI) questionnaire and analyzed using the SPSS 22 program. The results of the normality test in this study showed 0.079 ($p>0.05$), so it can be said that the anxiety variable has a normal data distribution. The results stated that the description of the level of anxiety in cigarette addiction perpetrators at SMA N 1 Bukik Barisan was included in the mild category.*

Keywords: *Students, Anxiety, Cigarette, Addiction*

Abstrak. *Anxiety merupakan masalah umum yang dapat mempengaruhi perubahan fisik maupun psikologis seseorang, khususnya pada pelaku cigarette addiction. Addiction atau kecanduan adalah kondisi perilaku tidak sehat yang menyebabkan ketergantungan fisik atau mental pada suatu hal sehingga berdampak pada perubahan perilaku orang yang mengalaminya. Penelitian ini bertujuan menggambarkan tingkat anxiety pada pelaku cigarette addiciton di SMA N 1 Bukik Barisan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan teknik pengambilan sampel accidental sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 12 siswa berusia 15-18 tahun. Data dikumpulkan melalui kuesioner Beck Anxiety Inventory (BAI) dan dianalisis menggunakan program SPSS 22. Hasil uji normalitas dalam penelitian ini menunjukkan 0,079 ($p>0,05$), sehingga dapat dikatakan variabel anxiety memiliki sebaran data normal. Hasil menyatakan bahwa gambaran tingkat anxiety pada pelaku cigarette addiction di SMA N 1 Bukik Barisan termasuk ke dalam kategori ringan.*

Kata kunci: Siswa, Kecemasan, Kecanduan, Rokok

1. LATAR BELAKANG

Siswa merupakan individu yang secara resmi tercatat sebagai peserta didik dalam dunia pendidikan (Sarwanto, 2007). Pada masa remaja, siswa mengalami perubahan signifikan dalam aspek fisik, emosional, dan sosial, yang semuanya memengaruhi perilaku mereka. Dalam tahap perkembangan kognitif dan sosial, siswa sering menghadapi berbagai tantangan selama proses belajar dan tumbuh kembang mereka. Salah satu tantangan yang sering dihadapi oleh siswa adalah kecanduan rokok (*cigarette addiction*).

Cigarette Addiction merupakan kondisi ketergantungan yang ditandai oleh dorongan kuat (*compulsion*), hilangnya kendali (*loss of control*), dan penggunaan rokok yang terus berlanjut meskipun ada konsekuensi buruk (*continue use in spite of adverse consequences*) (Coombs, 2004). Proses *Cigarette Addiction* mencakup aktivitas membakar tembakau dan menghisapnya, baik melalui rokok maupun pipa (Sitepoe, 2000). Kriteria kecanduan rokok

mencakup gejala fisik seperti keinginan kuat untuk merokok, kesulitan dalam berhenti meskipun ada usaha, penggunaan rokok dalam jumlah yang lebih besar dari yang direncanakan, dan adanya gejala putus nikotin ketika mencoba untuk berhenti (American Psychiatric Association, 2013).

Menurut Global Youth Tobacco Survey (GYTS, 2019), prevalensi perokok di kalangan anak sekolah usia 13-15 tahun meningkat dari 18,3% pada tahun 2016 menjadi 19,2% pada tahun 2019. Sementara itu, data dari SKI 2023 menunjukkan bahwa kelompok usia 15-19 tahun memiliki jumlah perokok terbanyak (56,5%), diikuti oleh kelompok usia 10-14 tahun (18,4%). Dari data ini, diketahui bahwa prevalensi tertinggi perokok anak sekolah terdapat pada kelompok usia 15-19 tahun, yang termasuk dalam kategori siswa SMA.

Kebiasaan merokok di kalangan siswa menjadi masalah yang serius karena berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental mereka. Wahyudianto & Ruliyatin (2020) menyatakan bahwa merokok di kalangan siswa adalah perilaku yang tidak wajar dan dapat menyebabkan masalah besar dalam diri mereka, termasuk penurunan prestasi akademis, terutama dalam bidang olahraga. Selain itu, kecanduan rokok juga dapat mempengaruhi kesehatan mental siswa, salah satunya adalah peningkatan tingkat kecemasan (*anxiety*).

Anxiety merupakan respon emosional yang sering kali muncul sebagai akibat dari stres dan tekanan yang dirasakan oleh individu. Menurut Sigmund Freud (1926), kecemasan (*anxiety*) adalah respons emosional yang kompleks yang dapat dibagi menjadi tiga jenis utama, kecemasan realistik yang muncul dari ancaman eksternal, kecemasan neurotik yang berasal dari konflik antara impuls id dan kontrol ego, serta kecemasan moralistik yang muncul akibat ketidaksepakatan antara ego dan standar moral superego. Pada siswa yang mengalami kecanduan rokok, tingkat kecemasan cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak merokok. Hal ini bisa disebabkan oleh ketergantungan fisik dan psikologis terhadap nikotin, serta tekanan sosial dan stigma yang terkait dengan perilaku merokok (Smith & Johnson, 2019).

Penelitian dari Columbia University di New York menemukan bahwa merokok dapat mempengaruhi kesehatan mental dan meningkatkan risiko gangguan kecemasan (*anxiety*). Temuan ini sejalan dengan banyak studi yang menunjukkan hubungan antara merokok dan kesehatan mental, di mana individu yang merokok lebih rentan mengalami kecemasan (Columbia University, 2000). Menurut teori Aaron T. Beck, gangguan kecemasan khususnya diyakini hasil dari keyakinan yang menyimpang yang berfokus pada ancaman fisik atau psikologis dan peningkatan rasa kerentanan pribadi (Beck, 1985). Beck

menjelaskan bahwa individu yang memiliki kecanduan rokok cenderung mengalami kecemasan, kesulitan konsentrasi, dan mudah marah. Ini membuat mereka merasa tidak nyaman dan memunculkan keinginan untuk kembali merokok untuk mengurangi efek putus nikotin yang dirasakan (Clark & Beck, 2010)

Berdasarkan survei awal yang kami lakukan menunjukkan adanya fenomena kecanduan rokok di kalangan siswa SMA N 1 Bukik Barisan. Berdasarkan temuan ini, kami tertarik untuk meneliti gambaran *anxiety* pada pelaku *cigarette addiction*, mengingat perilaku merokok sering ditemui di masyarakat. Meskipun banyak peringatan tentang bahaya merokok, masih banyak orang yang tetap memilih untuk merokok.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif untuk menggambarkan tingkat anxiety pada pelaku cigarette addiction di SMA N 1 Bukik Barisan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA N 1 Bukik Barisan. Sampel diambil dengan menggunakan teknik accidental sampling. Menurut Sugiyono (2019), teknik accidental sampling adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, di mana siapa saja yang kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel jika orang tersebut sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti. Jumlah sampel sebanyak 12 siswa berusia 15-18 tahun yang memenuhi kriteria kecanduan rokok berdasarkan Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM), di mana 3 dari 7 aspek di antaranya terpenuhi.

Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner Beck Anxiety Inventory (BAI) yang dikembangkan oleh Aaron Beck pada tahun 1988. BAI adalah alat ukur kecemasan yang terdiri dari 21 item yang dirancang untuk mengukur tingkat kecemasan individu. Data yang telah dikumpulkan diuji normalitasnya kemudian dianalisis secara deskriptif menggunakan program SPSS 22 untuk menggambarkan tingkat anxiety pada pelaku cigarette addiction di SMA N 1 Bukik Barisan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

a. Deskripsi Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik responden

No	Umur	Frekuensi (Orang)	persentasi
1	15 tahun	2	16, 66666667%
2	16 tahun	4	33, 33333333%
3	17 tahun	3	25%
4	18 tahun	3	25%
Total		12	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat terlihat bahwa umur responden diketahui sebagai berikut, umur 15 tahun dengan persentase 16, 6666667%, selanjutnya responden berumur 16 tahun dengan persentase 33, 33333333%, responden berumur 17 tahun sebanyak 25%, dan responden yang berumur 18 tahun sebanyak 25%.

b. Uji Normalitas Data

Tabel 2. One-sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Anxiety
N		12
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	18.42
	Std. Deviation	9.080
Most Ektreme Differences	Absolute	.230
	Positive	.230
	Negative	-.177
Test Statistic		.230
Asymp. Sig. (2-taileb)		.079 ^c

a. Test distribution is Normal

b. Calculated from data.

c. lilliefors Significance Correlation

Hasil uji normalitas pada variabel *Anxiety* menunjukkan 0, 079 ($p > 0$), karena nilai ini lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$), maka dapat disimpulkan bahwa data untuk variabel *anxiety* pada pelaku *cigarette addiction* berdistribusi normal.

c. Uji Deskriptif Statistik

Tabel 3. Statistics
Anxiety pada pelaku cigarette addiction

N	Valid	12
	Missing	0
Mean		18.42
Median		14.50
Mode		14
Range		30

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat *anxiety* yang dialami oleh responden adalah 18.42. median dari data tersebut adalah 14.50, modus adalah 14, dan rentang data dari variabel *anxiety* adalah 30.

d. Kategori Tingkat Anxiety

Tabel 4. Tingkat Kecemasan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	7	58.3	58.3	58.3
	Sedang	3	25.0	25.0	83.3
	Berat	2	16.7	16.7	100.0
Total		12	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebanyak 7 orang (58.3%) termasuk dalam kategori kecemasan ringan, 3 orang (25.0%) dalam kategori kecemasan sedang, dan 2 orang (16.7%) dalam kategori kecemasan berat. Sehingga, dari tabel tersebut

dapat disimpulkan bahwa mayoritas tingkat *anxiety* pada pelaku *cigarette addiction* berada pada tingkat ringan dengan persentase sebesar 58.3%

Pembahasan

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMA N 1 Bukik Barisan yang berusia 15-18 tahun. Penelitian ini dilakukan untuk melihat *anxiety* pada pelaku *cigarette addiciton*. Hasil uji normalitas dalam penelitian ini menunjukkan bahwa data tingkat kecemasan pada siswa yang kecanduan rokok berdistribusi normal dengan nilai signifikansi 0.079 ($p > 0.05$). Analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan adalah 18.42, median 14.50, modus 14, dan rentang data 30. Berdasarkan kategori tingkat kecemasan, mayoritas responden, yaitu 58.3%, termasuk dalam kategori kecemasan ringan. Sebanyak 25.0% berada dalam kategori kecemasan sedang, dan 16.7% dalam kategori kecemasan berat.

Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa yang kecanduan rokok mengalami kecemasan pada tingkat ringan. Namun, ada juga sejumlah siswa yang mengalami kecemasan sedang hingga berat, yang menunjukkan perlunya perhatian dan intervensi lebih lanjut untuk menangani dampak kecanduan rokok terhadap kesehatan mental siswa.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan gambaran bahwa tingkat *anxiety* pada pelaku *cigarette addiction* di SMA N 1 Bukik Barisan yang berusia 15 tahun sampai 18 tahun termasuk kedalam kategori ringan. Sesuai dengan data yang didapatkan terdapat 58.3% siswa yang masuk kedalam kategori ringan. Namun, terdapat pula siswa yang mengalami kecemasan sedang hingga berat, yang memerlukan perhatian lebih lanjut.

Penelitian ini telah memberikan gambaran yang jelas tentang tingkat *anxiety* pada pelaku *cigarette addiction* di SMA N 1 Bukik Barisan. Sebaiknya penelitian lebih lanjut dilakukan dengan sampel yang lebih besar agar hasilnya lebih representatif. Selain itu, variasi metode pengumpulan data, seperti wawancara mendalam atau observasi, dapat menambah kedalaman analisis. Dengan demikian, diharapkan dapat ditemukan strategi yang lebih efektif untuk mengurangi kecanduan rokok dan meningkatkan kesehatan mental siswa.

DAFTAR REFERENSI

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).

- Beck, A. T. (1988). *Beck Anxiety Inventory*. The Psychological Corporation.
- Beck, A. T., & Emery, G. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. Basic Books.
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2010). *Cognitive therapy of anxiety disorders: Science and practice*. Guilford Press.
- Columbia University Irving Medical Center. (2000). Smoking among teen-agers increases risk for anxiety disorders. Columbia University Irving Medical Center.
- Coombs, R. H. (2004). *Handbook of addictive disorders: A practical guide to diagnosis and treatment*. John Wiley & Sons.
- Freud, S. (1926). *Inhibitions, symptoms, and anxiety*. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud.
- Global Youth Tobacco Survey (GYTS). (2019).
- Sarwono, S. W. (2007). *Psikologi remaja*. PT RajaGrafindo Persada.
- Sitepoe, M. (2000). *Rokok dan merokok dalam kekhususan rokok Indonesia*. PT Garasindo.
- Smith, J., & Johnson, M. (2019). The impact of smoking on mental health. *Journal of Health Psychology, 24*(3), 314–326.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Survei Kesehatan Indonesia (SKI). (2023).
- Wahyudianto, A., & Ruliyatin, E. (2020). Penerapan konseling individual teknik relaksasi untuk mengurangi kebiasaan merokok siswa XI di SMKN Pasirian. *HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 37*(1), 16–22.