



HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN PERILAKU MEROKOK MAHASISWA LAKI-LAKI SELAMA DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19

Relationship of Anxiety Level with Smoking Behavior of Male Students Online during The Covid-19 Pandemic

Mustakim¹, Nurry Ayuningtyas Kusumastuti²

^{1,2}STIKes Yatsi Tangerang

¹E-mail: takimvengeance@gmail.com

Abstract

At the beginning of 2020 Covid-19 in Indonesia experienced a significant increase in the increase in the spread of Covid-19 which affected the teaching and learning process of all students, both students and students in Indonesia. The impact of Covid-19 is the implementation of Study from home using an online learning system. The impact on students during the pandemic showed much higher levels of anxiety, depression, and stress compared to students in normal times. One of the negative effects that appears on male students is smoking, which is one of the most frequently used anxiety diversion methods. Objective: to determine the relationship between anxiety levels and smoking behavior of male students while online during the Covid-19 pandemic at the University of Muhammadiyah Tangerang (UMT). This study uses a quantitative method with a cross sectional approach. Data analysis in this study used univariate analysis and bivariate analysis using Spearman's test. There is a relationship between the level of anxiety and smoking behavior, with a p-value of $0.000 < 0.05$ with a sufficient correlation strength coefficient of 0.468. There is a sufficient relationship between the level of anxiety and smoking behavior of male students while online during the Covid-19 pandemic.

Keywords: Anxiety Level, Smoking Behavior, Online Covid-19 pandemic

Abstrak

Pada awal tahun 2020 Covid-19 di Indonesia mengalami peningkatan yang cukup signifikan pada peningkatan penyebaran Covid-19 yang berpengaruh pada proses belajar mengajar seluruh pelajar termasuk mahasiswa. Dampak dari Covid-19 ini, yakni diberlakukannya Study from home dengan menggunakan sistem belajar daring. Dampak bagi para pelajar selama pandemi menunjukkan tingkat kecemasan, depresi, dan stres yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan para siswa pada masa-masa normal. Salah satu dampak negatif yang muncul pada mahasiswa laki-laki adalah merokok, yang merupakan salah satu metode pengalihan kecemasan yang paling sering digunakan. Tujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan perilaku merokok mahasiswa laki-laki selama daring pada masa pandemi Covid-19 di Universitas Muhammadiyah Tangerang (UMT). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis univariat dan analisis bivariate menggunakan uji spearman. Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan perilaku merokok, dengan nilai p-value $0,000 < 0,05$ dengan angka koefisien kekuatan hubungan yang cukup sebesar 0,468. Ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan perilaku merokok mahasiswa laki-laki.

Kata Kunci: Tingkat Kecemasan, Perilaku Merokok, Daring, Pandemi Covid-19

PENDAHULUAN

Pada tahun 2019 dunia dihebohkan dengan adanya virus jenis baru yang dikenal dengan corona. Corona viruses (CoV) merupakan bagian dari keluarga virus yang menyebabkan penyakit mulai dari flu hingga penyakit yang lebih berat, seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS-CoV)* and *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS-CoV)* (Hairunisa & Amalia, 2020). Virus ini lebih dikenal dengan Covid-19 adalah jenis virus baru yang belum pernah diidentifikasi dapat menyerang manusia sebelumnya (WHO, 2020).

Covid-19 memberikan dua dampak terhadap pendidikan di Indonesia. Pertama, kurang familiarnya masyarakat Indonesia dengan sistem belajar di rumah dan menggunakan sistem online. Lalu dampak yang kedua yakni, ketidakadilan dan ketidaksetaraan antar kelompok masyarakat meningkat di Indonesia (Aji, 2020). Model pembelajaran yang sesuai dengan situasi Covid-19 seperti ini ialah pembelajaran daring karena dilakukan dengan tatap muka jarak jauh antara pengajar dan siswanya (Mansyur, 2020).

Berdasarkan surat edaran Mendikbud Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 menyatakan agar seluruh kegiatan belajar mengajar baik di sekolah maupun kampus perguruan tinggi menggunakan metode daring atau online sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran Coronavirus disease (Covid-19). Pembelajaran secara daring ini diimplementasikan dengan beragam cara oleh pendidik di tengah penutupan sekolah untuk mengantisipasi penyebaran virus corona. Namun implementasi tersebut dinilai tidak maksimal dan menunjukkan masih ada ketidaksiapan di kalangan pendidik untuk beradaptasi di iklim digital (Charismiadi, 2020).

Dampak dari Covid-19 ini yang belum juga membaik di Indonesia mengakibatkan *Study from home* tetap berlangsung dengan menggunakan sistem belajar daring (Handarini, O., & Wulandari, 2020). Pembelajaran daring adalah model pembelajaran yang dilakukan menggunakan perangkat teknologi selama Covid-19 saat ini (Mansyur, 2020). Hal seperti itulah yang harus dihadapi berbagai sektor masyarakat selama adanya Covid-19 ini. Pembelajaran daring adalah pembelajaran yang dilakukan dengan bantuan internet secara jarak jauh serta dibutuhkan juga sarana dan prasarana, berupa laptop, komputer, smartphone, dan bantuan jaringan internet (Handarini, O., & Wulandari, 2020).

Sekolah di Indonesia sudah banyak yang menerapkan tugas kepada siswanya dengan menerapkan metode daring. Pemberian tugas tersebut diberikan dengan memanfaatkan berbagai macam media sosial yang memungkinkan untuk digunakan pandemi sekarang terutama *whatsapp grup*. Dalam kondisi darurat karena adanya virus corona seperti sekarang, bentuk penugasan yang dipandang efektif dalam pembelajaran jarak jauh. Risiko yang ditimbulkannya yakni, pengenalan konsep mengenai suatu pelajaran sebagaimana yang diterapkan dalam pembelajaran tatap muka tidak bisa berjalan dengan baik. Dalam pembelajaran tatap muka, akan adanya penyampaian konsep pembelajaran dan tujuannya terlebih dahulu. Kemudian pembelajaran berlanjut sampai pemahaman dan pengembangannya. Tahapan-tahapan berikut dinilai tidak efektif dalam situasi darurat seperti sekarang (Charismiadi, 2020).

Metode belajar daring menyebabkan kebingungan bagi orang tua dan kecemasan

bagi mahasiswa karena banyaknya tugas yang membuat mahasiswa mengalami peningkatan kecemasan, serta kurang siapnya para pendidik dengan metode belajar daring sehingga lebih sering memberikan tugas pada murid serta mahasiswa yang menyebabkan banyaknya tugas merupakan faktor penyebab utama meningkatnya tingkat kecemasan di kalangan baik pelajar maupun mahasiswa (Livana, P. H., Mubin, M. F., & Basthomi, 2020).

Kecemasan mempengaruhi hasil belajar mahasiswa, karena cenderung menghasilkan kebingungan dan distorsi persepsi. Distorsi tersebut yang dapat mengganggu belajar sehingga menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat, mengganggu kemampuan menghubungkan satu hal dengan yang lain. Hasil penelitian (Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, 2020) pada 7.143 mahasiswa menunjukkan bahwa 0,9% mahasiswa mengalami ansietas berat, 2,7% mengalami ansietas sedang, dan 21,3% mengalami ansietas ringan.

Cemas yang berkepanjangan dan terjadi secara terus-menerus dapat menyebabkan stres yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa dapat menjadi bagian stres yang dialami oleh mahasiswa. Stres merupakan salah satu reaksi atau respon psikologis manusia saat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa telah melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi. Setiap manusia mempunyai pengalaman terhadap stres bahkan sebelum manusia lahir (Smeltzer & Bare, 2008 dalam Bingku, T.A., Bidjuni, H., dan Wowiling, 2014). Stres akademik merupakan tekanan mental dan emosional, atau tension, yang terjadi akibat tuntutan kehidupan kampus (Simbolon, 2015).

Hasil penelitian Maia, Berta Rodrigues And Dias, (2020) menunjukkan bahwa para siswa yang dievaluasi selama periode pandemi menunjukkan tingkat kecemasan, depresi, dan stres yang jauh lebih tinggi, dibandingkan dengan para siswa pada masa-masa normal. Hasil menunjukkan bahwa pandemi memiliki efek psikologis negatif pada siswa. Setiap orang memiliki cara untuk meminimalkan dampak dari kecemasan, hal ini disebut juga dengan strategi koping. Ada dua strategi koping yaitu koping yang berpusat pada emosi dan koping yang berpusat pada masalah, koping yang berpusat pada emosi salah satunya adalah perilaku merokok. Perilaku merokok dilakukan individu untuk mengurangi kecemasan tanpa bertujuan untuk memecahkan masalah yang menyebabkan serta mencari sumber apa yang menyebabkan stress atau cemas pada seseorang (Putri, 2016).

Salah satu dampak negatif yang muncul pada mahasiswa laki-laki adalah merokok, yang merupakan salah satu metode pengalihan kecemasan yang paling sering digunakan. Merokok merupakan salah satu contoh dari strategi manajemen yang tidak efektif namun banyak disukai, meskipun semua orang mengetahui akibat negatif dari merokok, tetapi jumlah perokok semakin meningkat dan usia perokok semakin bertambah muda (Andreani et al., 2020). Merokok dapat membuat orang tidak stres lagi. Perasaan ini tidak akan lama begitu selesai merokok mereka akan kembali merokok untuk tidak kembali stres. Keinginan ini kembali timbul karena ada hubungan antara perasaan negatif dengan rokok yang berarti perokok akan kembali merokok untuk mengurangi stres tapi kenyataannya berhenti merokok dapat mengurangi stres (Ramadhan et al., 2017).

Berdasarkan data *World Health Organization* tahun 2019, tembakau membunuh lebih dari 8 juta orang per tahun di seluruh dunia. Lebih dari 8 juta

kematian tersebut dihasilkan dari penggunaan tembakau secara langsung, sementara sekitar 1,2 juta kematian itu dialami oleh perokok pasif. Negara pada *Association of South East Asian Nations* (ASEAN) merupakan kawasan dengan 10% dari seluruh perokok di dunia dan kawasan dengan 20% penyebab kematian global akibat tembakau. Data tersebut juga menyebutkan bahwa Indonesia merupakan negara dengan persentase perokok terbanyak di negara ASEAN (lebih dari 50%) (Drope & Neil, 2018). Jumlah perokok aktif terbanyak pada usia remaja (10-18 tahun) mengalami peningkatan dari 7,2% di tahun 2013 menjadi 9,1 % di tahun 2018. Provinsi Jawa timur menempati peringkat ke-16 se-Indonesia sebagai wilayah dengan tingkat perokok usia remaja yang cukup tinggi (Kemenkes RI, 2019).

Menurut WHO (2015), persentase penduduk dunia yang mengkonsumsi tembakau didapatkan sebanyak 57% pada penduduk Asia dan Australia, 14% pada penduduk Eropa Timur dan Pecahan Uni Soviet, 12% penduduk Amerika, 9% penduduk Eropa Barat dan 8% pada penduduk Timur Tengah serta Afrika. Sementara itu ASEAN merupakan sebuah kawasan dengan 10% dari seluruh perokok dunia dan 20% penyebab kematian global akibat tembakau (Alamsyah, A, 2017).

Penelitian *Global Youth Tobacco* menunjukkan tingkat prevalensi perokok remaja di Indonesia sudah sangat mengkhawatirkan. Diperkirakan dari 70 juta anak Indonesia, 37% atau sama dengan 25,9 juta anak Indonesia adalah perokok dan jumlah itu menjadikan Indonesia sebagai negara dengan jumlah perokok terbanyak di Asia. Seiring dengan hal tersebut hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia tahun 2013 memperlihatkan proporsi perokok di Indonesia sebesar 24,3% dari jumlah penduduk, umur 10-14 mulai merokok pertama kali pada saat berumur 5-9 tahun sebesar 2,8% dan 10-14 tahun sebesar 97,2%. Sedangkan umur 15-19 mulai merokok pertama kali pada saat berumur 5-9 tahun sebesar 1,1%, 10-14 tahun sebesar 24,0% dan 15-19 tahun sebesar 74,9% (Noviana, A., Riyanti, E., 2016). Penumpukan nikotin dan berbagai macam zat kimia yang terkandung di dalam rokok akan berpengaruh terhadap kondisi stamina fisik dan berpengaruh pula secara tidak langsung terhadap motivasi belajar (Liem, 2016).

Pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, CO (karbon monoksida) dan tar dapat menimbulkan berbagai penyakit jika dilihat dari sisi kesehatan. Bahan kimia ini akan memacu kerja susunan saraf pusat dan susunan saraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat, menstimulasi penyakit kanker dan juga berbagai penyakit lainnya seperti penyempitan pembuluh darah, tekanan darah tinggi, jantung, paru-paru dan bronkitis kronis. Merokok terjadi akibat pengaruh lingkungan sosial. *Modelling* (meniru perilaku orang lain) menjadi salah satu determinan dalam memulai perilaku merokok. Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan meningkat sesuai dengan tahap perkembangan yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok, dan sering mengakibatkan mereka mengalami ketergantungan nikotin (Ramadhan et al., 2017).

Dengan ditemukannya sebanyak 10 mahasiswa yang aktif merokok di kelas teknik industri yang didapat melalui hasil studi pendahuluan dengan metode wawancara kepada mahasiswa secara langsung, maka didapatkan bahwa 10 mahasiswa tersebut mengalami peningkatan frekuensi merokok setiap harinya. 10



mahasiswa tersebut biasanya merokok rata-rata 3 sampai 5 batang per hari sebelum daring, dan setelah adanya daring kemudian menjadi 12 batang perhari. maka dapat di simpulkan ada perubahan perilaku merokok pada mahasiswa laki-laki selama daring pada masa Covid-19 di Universitas Muhammadiyah Tangerang (UMT), peneliti perlu melakukan penelitian terkait dengan hubungan tingkat kecemasan dengan perilaku merokok mahasiswa laki-laki selama daring pada masa Covid-19 di Universitas Muhammadiyah Tangerang.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini analisisnya lebih menekankan pada data-data numerik yang diolah dengan data statistik (Notoatmodjo, 2014). Metode ini digunakan dengan tujuan untuk menguji apakah ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan perilaku merokok mahasiswa laki-laki selama daring pada masa pandemi covid-19 di Universitas Muhammadiyah Tangerang (UMT). Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Tangerang (UMT). Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 16 Agustus sampai 09 September 2021. Populasi merupakan keseluruhan dari sampel di dalam penelitian yang akan dilakukan. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Teknik Industri Universitas Muhammadiyah Tangerang (UMT) sebanyak 122 mahasiswa laki-laki. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dari populasi penelitian yang didasarkan atas ciri-ciri dan suatu karakteristik tertentu untuk mencapai tujuan penelitian yang dikehendaki oleh peneliti (S Notoatmodjo, 2018). Untuk mengetahui besar sampel menggunakan rumus (Slovin). Dalam analisis data terdapat beberapa teknik yang dilakukan, seperti analisis *univariat* dan analisis *bivariat*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini didapatkan dari 93 responden di dapatkan usia paling dominan yakni usia 22-23 tahun dengan jumlah sebanyak 65 responden dengan persentase (69,9%) sedangkan dengan usia 24-25 sebanyak 28 responden dengan persentase (30,1%). Penelitian ini sejalan dengan Sawitri (2020) yang berjudul "Karakteristik Perilaku Merokok Mahasiswa Universitas Malikussaleh 2019", didapatkan mayoritas responden perokok aktif, yakni mahasiswa dengan usia 21-24 tahun dengan jumlah 137 responden (71,4%) dari 192 responden diketahui bahwa hal tersebut merupakan usia mahasiswa dengan kematangan dalam mengambil keputusan untuk kesenangannya secara pribadi (Sawitri et al., 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irianty (2019) yang berjudul "Gambaran Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat (Fkm) Di Kampus Xxx", dimana menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 18-22 tahun dengan jumlah 17 responden (38,9%) (Irianty & Hayati, 2019)

Usia merupakan kurun waktu sejak adanya seseorang dan dapat diukur menggunakan satuan waktu dipandang dari segi kronologis, individu normal dapat dilihat derajat perkembangan anatomis dan fisiologis sama (Sawitri et al., 2020). Menurut peneliti berpendapat bahwa usia dewasa awal dari 18-25 merupakan masa transisi dari remaja menuju dewasa awal dimana masa ini para mahasiswa mengalami berbagai permasalahan dan pencarian identitas diri yang

mempengaruhi perilaku dan tingkat kecemasan (Husna & Jannah, 2019).

Pada penelitian ini ditemukan hasil bahwa tingkat kecemasan pada mahasiswa laki-laki selama daring di masa covid-19 yakni dengan tingkat kecemasan berat dengan jumlah responden sebanyak 50 responden dengan jumlah peresentase sebanyak (53%), kecemasan sedang 25 responden dengan peresentase (26,9%), dan kecemasan ringan sebanyak 16 responden dengan peresentase (17,2%) dan tidak ada kecemasan dengan jumlah responden sebanyak 2 responden dengan hasil peresentase sebanyak (2,2%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Laksmi (2021) yang berjudul “Kecemasan Mahasiswa Di Pulau Jawa Pada Masa Pandemi Covid-19” dengan jumlah sebanyak 52,9% responden memiliki tingkat kecemasan berat (Laksmi et al., 2021). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pamungkas (2020) yang berjudul “Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dan Kecemasan Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19” dengan jumlah Tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa pada masa pandemi Covid-19 berdasarkan kategori sangat berat yaitu sebanyak (48%) (Pamungkas, 2020).

Salah satu faktor penyebab adanya kecemasan pada mahasiswa laki-laki adalah adanya tuntutan akademik dan juga tuntutan sosial di masyarakat dimana mahasiswa tidak bisa melakukan praktik kerja lapangan sehingga mahasiswa beranggapan kemampuan yang dimilikinya masih kurang. Cara mengatasi kecemasan bisa menggunakan teknik farmakologi yakni dengan mengkonsumsi obat-obatan dan bisa juga secara non farmakologi yakni dengan terapi teknik relaksasi, terapi psikoterapi supportif dan terapi kognitif perilaku. Peneliti menyimpulkan bahwa tingkat kecemasan didasarkan pada tuntutan akademik serta sosial seseorang dan kurangnya pengetahuan untuk mengatasi kecemasan (Laksmi et al., 2021).

Hasil temuan pada penelitian ini didapatkan sebagian besar perilaku merokok tinggi sebanyak 48 responden dengan peresentase (51,6%), dengan kategori sedang 42 responden dengan persentase (45,2%), kategori rendah sebanyak 3 responden dengan persentase (3,2%). Penelitian ini sejalan dengan Husna & Janna (2019), dimana perilaku merokok dengan tingkat tinggi atau mengkonsumsi rokok dengan jumlah batang rokok yang dikonsumsi perhari pada perokok yaitu mayoritas > 15 batang perhari yaitu sebanyak 24 responden (27,3%) (Husna & Jannah, 2019).

Perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang sangat merugikan, dilihat dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang di kandung rokok seperti nikotin, CO (karbonmonoksida) dan tar akan memacu kerja dari susunan saraf pusat dan susunan saraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat (Wahyudi & Ramadanti, 2019).

Hasil penelitian Rahmah (2015) yang berjudul “Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan dan Pembentukan Karakter Manusia” menunjukkan bahwa kurang lebih 50% para perokok yang merokok sejak remaja akan meninggal akibat penyakit-penyakit yang berhubungan dengan kebiasaan merokok. Kebiasaan merokok telah terbukti berhubungan dengan kurang lebih 25 jenis penyakit dari berbagai organ tubuh manusia. Penyakit tersebut, antara lain: kanker mulut, esophagus, faring, laring, paru, pancreas, kandung kemih, dan penyakit pembuluh darah. Hal itu dipengaruhi pula oleh kebiasaan meminum alkohol serta factor lain. Penyakit yang berhubungan dengan merokok adalah penyakit yang diakibatkan

langsung oleh merokok atau diperburuk keadaannya dengan merokok (Rahmah, 2015).

Hal ini menunjukkan masih adanya pemahaman tentang merokok yang keliru yang menjadikan alasan untuk memilih merokok. Padahal merokok lebih banyak membawa dampak buruk terutama terhadap kesehatan seperti ternyata penyakit tuberkulosis paru, kanker mulut, gangguan lambung dan bahkan bisa mempengaruhi tingkat kesuburan (Husna & Jannah, 2019). Peneliti beransumsi berdasarkan penelitian ini dan penelitian sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi perilaku merokok dipengaruhi adanya tekanan baik tugas atau pekerjaan pada seseorang.

Hasil penelitian ini di dapatkan nilai *P Value* $0,000 < 0,05$ yang artinya H_0 diterima atau ada hubungan antara Tingkat kecemasan dengan Perilaku merokok. Hasil penelitian ini sesuai dengan yang dilakukan oleh (Husna & Jannah, 2019) didapatkan nilai *p-value* = $0,000 (< 0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang menunjukkan bahwa ada hubungan kecemasan dengan perilaku merokok pada remaja.

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhan et al., 2017) yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dengan Frekuensi Merokok Mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung The Relationship Between Stress and Smoking Frequency Medical Students” menunjukkan bahwa nilai *p* adalah $0,00$ atau $p < 0,005$ yang berarti terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan frekuensi merokok pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung dan memiliki hubungan yang erat. Hal ini sesuai dengan H_a yaitu terdapat hubungan antara cemas terhadap derajat merokok mahasiswa kedokteran Universitas Lampung angkatan 2012, 2013 dan 2014.

Menurut peneliti berdasarkan hasil penelitian ini dan penelitian terdahulu mayoritas perokok memiliki tingkat kecemasan yang berbeda-beda dan belum mengetahui cara mengatasi kecemasan dengan baik dan didukung dari lingkungan yang menganggap perilaku merokok merupakan perilaku yang wajar dilakukan oleh laki-laki di usia dewasa. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan dapat mempengaruhi perilaku merokok karena adanya persepsi dari mahasiswa bahwa rokok dapat memberi rasa tenang dan kandungan dalam rokok mengandung zat yang dapat memberi rasa tenang (Ramadhan et al., 2017).

Hal ini menunjukkan masih adanya pemahaman tentang merokok yang keliru yang menjadi alasan merokok. Dimana definisi dari perilaku merokok adalah tingkah laku yang membahayakan kesehatan, baik bagi perokok sendiri maupun bagi orang lain yang kebetulan menghisap rokok tersebut pribadi (Kurniawati, 2017). Padahal merokok lebih banyak membawa dampak buruk terutama terhadap kesehatan. Kecemasan dapat mempengaruhi perilaku merokok juga dipengaruhi oleh adanya perasaan tertekanan yang di rasakan oleh remaja dari permasalahan yang dihadapi dan kurangnya kemampuan remaja dalam beradaptasi terhadap berbagai kondisi lingkungan dan tuntutan akademik (Husna & Jannah, 2019).

KESIMPULAN

Tingkat kecemasan mahasiswa laki-laki selama daring pada masa pandemi Covid-19 di Universitas Muhammadiyah Tangerang (UMT) yakni dengan tingkat kecemasan berat dengan jumlah responden sebanyak 50 responden dengan jumlah presentase sebanyak 53%, kecemasan sedang 25 responden dengan presentase

26,9%, dan kecemasan ringan sebanyak 16 responden dengan presentase 17,2% dan tidak ada kecemasan dengan jumlah responden sebanyak 2 responden dengan hasil presentase sebanyak 2,2%.

Perilaku merokok mahasiswa laki-laki selama daring pada masa covid-19 di Universitas Muhammadiyah Tangerang (UMT) di dapatkan sebagian besar perilaku merokok tinggi sebanyak 48 responden dengan presentase 51,6%, lalu sedang 42 responden dengan presentase 45,2%, dan rendah sebanyak 3 responden dengan presentase 3,2%.

Didapatkan bahwasannya terdapat hubungan dengan nilai *P Value* $0,000 < 0,05$ dengan angka koefisien sebesar 0,468 yang artinya ada hubungan yang cukup antara tingkat kecemasan dengan perilaku merokok mahasiswa laki-laki selama daring pada masa Covid-19 di Universitas Muhammadiyah Tangerang (UMT).

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, R. . (2020). *Dampak Covid-19 Pada Pendidikan Di Indonesia : Sekolah, Keterampilan, Dan Proses Pembelajaran. SALAM Journal : Jurnal Sosial & Budaya Syar-I*, 395-402.
- Alamsyah, A, Dan N. (2017). *Determinan Perilaku Merokok Pada Remaja. Journal Endurance*, 2: 30.
- Andreani, P. R., Muliawati, N. K., Luh, N., & Puspita, G. (2020). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki- Laki Di SMA Saraswati 1 Denpasar*. 9(2), 212–217.
- Bingku, T.A., Bidjuni, H., Dan Wowiling, F. (2014). *Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Reguler Dengan Mahasiswa Ekstensi Dalam Proses Belajar Di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Unsrat Manado. Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Persatuan Perawat Nasional Indonesia*. Unsrat Manado.
- Burhan, E. (2020). *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)*. FKUI RSUP Persahabatan.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). *The Psychological Impact Of The Covid-19 Epidemic On College Students In China. Psychiatry Research*, 112934.
- Centers For Disease Control And Prevention. (2020). *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). People At Risk For Serious Illness From COVID-19. American Cancer Society (2020). Common Questions About The New Coronavirus Outbreak*.
- Charismiadi, I. (2020). *Mengelola Pembelajaran Daring Yang Efektif. Based Learning Medical Curriculum. Medical Education*.
- Cohen, B.E., Edmondson, D. & Kronish, I. . (2015). *State Of The Art Review : Depression , Stress , Anxiety , And Cardiovascular Disease. American Journal Of Hypertension*, 28 (11), 1295–1302.
- Corman VM. (2018). *Hosts And Sources Of Endemic Human Coronaviruses. Advances In Virus Research*, 100, 163–188.
- Dr. Soetomo Surabaya. (2021). *Tatalaksana-Gangguan-Ansietas-Kecemasan-Akibat-Wabah-COVID-19.Pdf*.
- Duana, D. A., & Hadjam, M. N. R. (2012). *Terapi Kognitif Perilaku Dalam Kelompok Untuk Kecemasan Sosial Pada Remaja Putri Dengan Obesitas. Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 4(2), 145–160.



- Handarini, O., & Wulandari, S. (2020). *Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH). Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP), Volume 8, Nomor 3, Pp 496-503.*
- Handayani, S. R. I. (2018). *Terhadap Kecemasan Dan Tanda Vital.*
- Hidayat, A. . (2014). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknis Analisis Data.* Salemba Medika.
- Husna, C., & Jannah, S. R. (2019). Kecemasan Dan Perilaku Merokok Pada Remaja. *Idea Nursing Journal, 10(1), 32–36.*
- Irianty, H., & Hayati, R. (2019). Gambaran Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat (Fkm) Di Kampus Xxx. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan, 2(2), 306–321.*
- Kemenkes RI. (2019). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), Kemenkes RI, Jakarta.*
- KEMENKES RI. (2020). *Pedoman Pencegahan Pengendalian Coronavirus (COVID-19). (Online).*
- Kono, H, Keraf, M. K. P, Panis, M. P. (2020). Self Esteem Dengan Perilaku Merokok Siswa. *Journal Of Health And Behavioral Science, Vol 2, No, Page 31-44.*
- Kurniawati, D. (2017). *Hubungan Stresss Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki Laki.*
- Labrague, L.J. & Mcenroe-Petitte, D.M. (2016). Influence Of Music On Preoperative Anxiety And Physiologic Parameters In Women Undergoing Gynecologic Surgery. *Clinical Nursing Research, 25(2), Pp.157–173.*
- Laksmi, P., Annashr, N. N., & A.Atmadja, T. F. (2021). Kecemasan Mahasiswa Di Pulau Jawa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal, 12(1), 63–70.*
- Lee, Y. Et Al. (2011). A Systematic Review On The Anxiolytic Effects Of Aromatherapy In People With Anxiety Symptoms. *J Altern Complement Med, 8 (2), P.101.*
- Liem, A. (2016). *Pengaruh Nikotin Terhadap Aktivitas Dan Fungsi Otak Serta Hubungannya Dengan Gangguan Psikologis Pada Pecandu Rokok. Buletin Psikologi, 18(2), 37–50.*
- Livana, P. H., Mubin, M. F., & Basthomi, Y. (2020). “ *Learning Task*” *Attributable To Students’ Stres During The Pandemic Covid-19. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, 3(2), 203-208.*
- Maia, Berta Rodrigues And Dias, P. C. (2020). *Anxiety, Depression And Stres In University Students: The Impact Of COVID-19. Estud. Psicol. (Campinas) [Online]. (2020). Vol.37, E200067. Epub May 18, 2020.*
- Maimunah, A. & Retnowati, S. (2011). Pengaruh Pelatihan Relaksasi Dengan Dzikir Untuk Mengatasi Kecemasan Ibu Hamil Pertama. *Jurnal Psikologi Islam, 8 (1), 1–22.*
- Mansyur, A. . (2020). *Dampak COVID-19 Terhadap Dinamika Pembelajaran Di Indonesia. Education And Learning Journal, Vol. 1, No. 2, Pp 113-123.*
- Moradi, T. & Hajbaghery, M. . (2015). State And Trait Anxiety In Patients Undergoing Coronary Angiography. *Int J Hosp Res, 4 (3), 123–128.*
- Notoatmodjo. (2014). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan (Revisi 201).* PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018a). *Ilmu Perilaku Kesahatan (P. R. Cipta. (Ed.)).* PT. Rineka Cipta.



- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan* (PT. Rienka Cipta (Ed.)).
- Noviana, A., Riyanti, E., Dan W. L. (2016). *Determinan Faktor Remaja Merokok Studi Kasus Di SMPN 27 Semarang. Jurnal Kesehatan Masyarakat (E-Journal)*, 4(3): 2356-3346.
- Novitasari, T. (2013). *Keefektifan Konseling Kelompok Pra-Persalinan untuk Persalinan untuk Mengurangi Tingkat Kecemasan*. 184.
- Nursalam. (2014). *Manajemen Keperawatan: Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional Edisi 4*. Salemba Medika.
- Pakpahan, M. (2021). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan* (Ronald Watrianthos (Ed.)).
- Pamungkas, A. (2020). Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert Dan Kecemasan Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Studi Keislaman, Volume 1 N*(Desember 2020), 36–42.
- PDPI. (2020). *Panduan Praktik Klinis: Pneumonia 2019-Ncov*. Perhimpunan Dokter Paru Indonesia.
- Putri, R. A. (2016). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Semester Tujuh Di Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Surakarta. Naskah Publikasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses Pada Tanggal 17 Mei 2017*.
- Rahmah, N. (2015). Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan Dan Pembentukan Karakter Manusia. *Prosiding Seminar Nasional*, 01(1), 78.
- Ramadhan, K., Carolina, J. M., Lisiswanti, R., Kedokteran, F., Lampung, U., Ilmu, B., Jiwa, K., Kedokteran, F., Lampung, U., Kedokteran, B. P., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2017). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Frekuensi Merokok Mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung The Relationship Between Stress And Smoking Frequency Medical Students*. 7, 118–121.
- Rilla Sovitriana, Z. S. (2018). Psikoterapi Suportif (Psychoterapysuportive). *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.
- S Notoatmodjo. (2018b). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Riebka Cipta Jakarta*.
- Sarafino, Edward, P., & T. W. S. (2011). Health Psychology Biopsychosocial Interactions Seventh Edition. *United States Of America*.
- Sardinha, A. & Nardi, A. . (2012). The Role Of Anxiety In Metabolic Syndrome. *Expert Rev. Endocrinol. Metab*, 7 (1), 63–71.
- Sari, A. D. K., & Subandi. (2015). Pelatihan Teknik Relaksasi Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Primary Caregiver Penderita Kanker Payudara. *Gadjah Mada Journal Of Professional Psychology*, 1(3), 173–192.
- Sawitri, H., Maulina, F., & Dwi Aqsa, R. K. (2020). Karakteristik Perilaku Merokok Mahasiswa Universitas Malikussaleh 2019. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 6(1), 75. <https://doi.org/10.29103/Averrous.V6i1.2630>
- Simbolon, I. (2015). *Gejala Stres Akademis Mahasiswa Keperawatan Akibat Sistem Belajar Blok Di Fakultas Ilmu Keperawatan X Bandung. Jurnal Skolastik Keperawatan. Vol. 1 No. 1. Januari-Juni 2015*.
- Sinaga, M. (2018). *Riset Kesehatan Panduan Praktis Menyusun Tugas Akhir Bagi Mahasiswa Kesehatan*. Deepublish Publisher.



- Soto-Vasques, M.R. & Alvarado-García, P.A.A. (2017). Aromatherapy With Two Essential Oils From Satureja Genre And Mindfulness Meditation To Reduce Anxiety In Humans. *Journal Of Traditional And Complementary Medicine*, 7, 121–125.
- Sutejo. (2018). *Keperawatan Jiwa, Konsep Dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa Dan Psikososial* (Pustaka Ba). Pustaka Baru Press.
- Tang, S.K. & Tse, M. Y. . (2014). Aromatherapy : Does It Help To Relieve Pain , Depression , Anxiety , And Stress In Community-Dwelling Older Persons. *Biomed Research Internationa*, 1–12.
- Taylor., Shelley., E. (2015). *Health Psychology.9 Th Edition* (M. I. Hill (Ed.)). Mcgraw Hill International.
- Vellyana, D., Lestari, A., & Rahmawati, A. (2013). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Preoperative Di Rs Mitra Husada Pringsewu*. 108–113.
- Wahyudi, & Ramadanti, R. (2019). Hubungan Antara Perilaku Merokok Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Fakultas Teknik Sipil Muhammadiyah Makassar Angkatan 2016. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Iqra*, 7(1), 12.
- WHO. (2020a). *Coronavirus Disease (COVID 19) Pandemic*. World Health Organization.
- WHO, W. H. O. (2020b). *World Health Organization. 2020. Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic*.

