

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN MEROKOK DAN TIPE PERILAKU MEROKOK TERHADAP TINGKAT STRES PADA PEKERJA PABRIK PT. BAKTI PUTRA NUSANTARA

Ratna Mustika Devitasari^{1*}, Ratih Widayati², Susilo Budi Pratama³

¹Program Studi S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Semarang

²Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Semarang

³Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Semarang

*)Email Korespondensi: ratnamustikamustika1@gmail.com

Abstract: The Relationship Between Smoking Knowledge and Smoking Behaviour Type to The Stress Level of PT. Bakti Putra Nusantara Workers.

The increasingly complex nature of modern life has increased the prevalence of stress, especially in the work environment. Prolonged stress can trigger various health problems, one of which is smoking as a coping mechanism. This study aims to analyze the relationship between the level of smoking knowledge and the type of smoking behavior on stress levels in PT factory workers. Bakti Putra Nusantara. The type of research is analytical observation with a Cross Sectional approach. The research population was factory workers taken by consecutive sampling as many as 51 respondents. Spearman Rank statistical analysis. Data analysis shows that there is a relationship between the level of smoking knowledge and the type of smoking behavior on the stress level of PT. Bakti Putra Nusantara factory workers. Where each has a correlation coefficient of -0.349 and 0.391 and the p value is 0.012 and 0.005 respectively. The conclusion is that there is a relationship between the level of smoking knowledge and the type of smoking behavior on the stress level of PT factory workers. Bakti Putra Nusantara.

Keywords: Knowledge, Smoking, Stress, Workers

Abstrak: Hubungan Tingkat Pengetahuan Merokok dan Tipe Perilaku Merokok Terhadap Tingkat Stres Pada Pekerja Pabrik PT. Bakti Putra Nusantara.

Kehidupan modern yang semakin kompleks telah meningkatkan prevalensi stres, terutama di lingkungan kerja. Stres yang berkepanjangan dapat memicu berbagai masalah kesehatan, salah satunya adalah perilaku merokok sebagai mekanisme koping. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan merokok dan tipe perilaku merokok terhadap tingkat stres pada pekerja pabrik PT. Bakti Putra Nusantara. Jenis penelitian adalah observasi analitik dengan pendekatan *Cross sectional*. Populasi penelitian merupakan pekerja pabrik yang diambil dengan consecutive sampling sebanyak 51 responden. Analisis statistik Rank Spearman. Analisis data menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan merokok dan tipe perilaku merokok terhadap tingkat stres pada pekerja pabrik PT. Bakti Putra Nusantara. Setiap variabel memiliki nilai koefisien korelasi masing-masing -0,349 dan 0,391 serta *p value* masing masing adalah 0,012 dan 0,005. Kesimpulannya adalah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan merokok dan tipe perilaku merokok terhadap tingkat stress pada pekerja pabrik PT. Bakti Putra Nusantara.

Kata Kunci: Merokok, Pekerja, Pengetahuan, Stres.

PENDAHULUAN

Permasalahan sosial yang dihadapi masyarakat saat ini semakin kompleks. Ketidakmampuan memenuhi tuntutan sosial dapat mengakibatkan stres sehingga mempengaruhi aspek fisik dan psikologis. Mekanisme koping yang dimiliki individu menentukan kemampuan pengelolaan stres. Stres terjadi secara global, dengan sekitar 792 juta orang mengalami gangguan kesehatan mental menurut *Institute for Health Metrics and Evaluation* di tahun 2017. Data RISKESDAS tahun 2018 menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional terkait stres. Stres dapat dialami oleh berbagai usia dan profesi, termasuk stres kerja yang disebabkan oleh tuntutan pekerjaan, jam kerja, penghasilan, hubungan rekan kerja, suasana psikososial, dan pengembangan karier (Fitryani *et al.*, 2021).

Stres dapat memicu perilaku tidak sehat seperti merokok, yang bisa mengurangi stres sementara. Penelitian di Amerika Serikat menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres, semakin banyak rokok yang dihisap, dan berhenti merokok justru meningkatkan stres. Merokok telah menjadi isu kesehatan utama di banyak negara, dengan sekitar 1,3 miliar perokok di dunia, termasuk 942 juta pria dan 175 juta wanita di atas 15 tahun. Indonesia memiliki jumlah perokok tertinggi di ASEAN, dengan 36,3% penduduk usia 25-64 tahun merokok, terdiri dari 66% pria dan 6,7% wanita, menjadikannya peringkat ketiga di dunia setelah China dan India. Peningkatan konsumsi rokok meningkatkan penyakit terkait dan angka kematian. Diperkirakan pada 2030, kematian karena merokok akan menembus 10 juta orang, 70% di antaranya terjadi pada negara berkembang. Upaya mengurangi kebiasaan merokok di tempat kerja masih terhambat meskipun ada regulasi, dan banyak karyawan tetap merokok di tempat kerja (Bos & Oh, 2019; Depkes RI, 2019; Kemenkes RI, 2021; Salsabila *et al.*, 2022).

Perilaku merokok juga dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, individu yang memiliki pengetahuan memadai cenderung tidak merokok. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pekerja dengan pengetahuan kurang cenderung merokok. Namun, penelitian lain menemukan tidak ada hubungan antara keduanya, karena pekerja, baik yang merokok maupun tidak, mengetahui bahaya merokok tetapi tidak menerapkan pengetahuan tersebut dalam perilaku (Nurfadhilah *et al.*, 2022).

Perihal merokok, terdapat dua pandangan hukum: haram dan makruh tanzih. Rokok dianggap membawa mudarat dan bahaya yang mengancam lima prinsip utama (*kulliyatul khams*) yang harus dijaga, yaitu agama, jiwa, keturunan, akal, dan harta (Kolintama *et al.*, 2022). Islam mengajarkan prinsip umum larangan bagi Muslim untuk mengonsumsi makanan serta minuman yang berbahaya, baik secara langsung ataupun tidak langsung. *Research gap* tentang hubungan pengetahuan dan perilaku merokok terhadap stres mendasari dilakukan penelitian serupa pada pekerja pabrik PT. Bakti Putra Nusantara. Pabrik ini dipilih karena lokasinya di dataran tinggi yang bersuhu dingin, sehingga banyak pekerja merokok untuk menghangatkan tubuh.

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *observational analitik* dengan pendekatan kuantitatif potong lintang (*cross-sectional*). Penelitian dilakukan setelah pengajuan *ethical clearance* diterima dan disetujui dengan nomor 031/EC/KEPK-FK/Unimus/2024 pada 17 September 2024. Penelitian dilakukan selama dua hari di bulan September 2024 di PT. Putra Bakti Nusantara dengan total populasi 105 dan menggunakan rumus Slovin didapatkan 51 pekerja sebagai sampel dengan kriteria telah merokok lebih dari satu bulan, menjalankan shift malam, pekerja bagian produksi dan berpendidikan terakhir SMP. Pekerja pengguna obat psikotropika dan mengonsumsi alkohol dieksklusi. Kriteria

inklusi dan eksklusi penelitian ini yaitu : kriteria inklusi 1. Pekerja Pabrik yang merokok lebih dari satu tahun. 2. Pekerja pabrik yang menjalankan shift malam. 3. Pekerja pabrik bagian produksi. 4. Pekerja dengan Pendidikan terakhir SMP. Kriteria Eksklusi 1. Pekerja pabrik yang memakai obat psikotropika. 2. Pekerja pabrik yang mengonsumsi alkohol.

Pengumpulan data pengetahuan merokok dilakukan melalui pembagian kuesioner yang telah diuji validitas reliabilitasnya sedangkan tingkat stres pekerja diukur dengan kuesioner *perceived stress scale 10 (PSS 10)*. Kuesioner pengetahuan merokok terdiri atas 11 pertanyaan dengan nilai cronbach alpha 0,765 (Phajan, 2016). Kuesioner PSS-10 memiliki indikator yang valid dengan nilai r hitung berkisar antara 0,565-0,879 dengan nilai cronbach alpha 0,770 (Jannah, 2019). Perilaku merokok dinilai dengan Indeks Brinkman. Pengumpulan data dilakukan setelah pekerja menandatangani *informed consent*.

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan dengan uji distribusi frekuensi dan persentase sedangkan analisis bivariat menggunakan uji korelasi rank

spearman untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang merokok dan perilaku merokok dengan tingkat stres pekerja pada tingkat kemaknaan $p < 0,05$ menggunakan software SPSS versi 22,0. Kesimpulan penelitian didasarkan pada hasil uji statistik yang menunjukkan ada atau tidaknya hubungan antara tingkat pengetahuan merokok dan tipe perilaku merokok terhadap tingkat stres pekerja pabrik. Jika terdapat korelasi negatif antara tingkat pengetahuan dan stres, maka semakin tinggi pengetahuan, semakin rendah tingkat stresnya. Sebaliknya, jika ada korelasi positif antara perilaku merokok dan stres, maka semakin tinggi tingkat merokok, semakin tinggi pula tingkat stres pekerja.

HASIL

Penelitian telah dilakukan selama dua hari tepatnya pada tanggal 24-25 September 2024 dari pukul 06.00 WIB sampai selesai pada 51 pekerja PT. Bakti Putra Nusantara yang berlokasi di Dukuh atau Belah RT 01/04 Desa Taman Rejo Kecamatan Limbangan Kendal Jawa Tengah didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik pekerja

Karakteristik	Jumlah pasien (%)
	n= 51
Umur	
20-40 tahun (dewasa muda)	39 (76,5)
41-60 tahun (dewasa madya)	9 (17,6)
>60 tahun (dewasa lanjut)	3 (5,9)
Jenis kelamin	
Laki-laki	51 (100,0)
Perempuan	0 (0,0)
Status menikah	
Belum	18 (35,3)
Sudah	33 (64,7)

Sebagian besar pekerja berada dalam kelompok umur dewasa muda. Seluruh pekerja dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki. Berdasarkan status pernikahan, mayoritas pekerja

sudah menikah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pekerja dalam penelitian ini didominasi oleh individu berusia dewasa muda dan telah menikah.

Tabel 2. Gambaran Tingkat Pengetahuan, Perilaku merokok dan Tingkat Stres

Variabel	Jumlah pasien (%) n= 51
Tingkat pengetahuan	
Kurang	22 (43,1)
Sedang	21 (41,2)
Tinggi	8 (15,7)
Perilaku merokok	
Ringan	26 (51,0)
Sedang	15 (29,4)
Berat	10 (19,6)
Tingkat stres	
Ringan	10 (19,6)
Sedang	25 (49,0)
Berat	□ 16 (31,4)

Gambaran tingkat pengetahuan pekerja tentang merokok didominasi oleh kategori kurang dan sedang. Sebagian besar pekerja menunjukkan perilaku merokok ringan, sementara hampir separuh dari mereka mengalami tingkat stres sedang. Secara keseluruhan, pekerja dalam penelitian ini memiliki tingkat pengetahuan yang cenderung rendah hingga sedang, dengan perilaku merokok ringan dan tingkat stres sedang. Tabel 3 menunjukkan bahwa pada kelompok usia dewasa muda (20-40 tahun), sebagian besar pekerja

(48,7%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang merokok. Pada kelompok usia dewasa madya (41-60 tahun), sebagian besar pekerja (66,7%) memiliki tingkat pengetahuan yang sedang. Sementara itu, pada kelompok usia dewasa lanjut (>60 tahun), tingkat pengetahuan tersebar merata di antara kategori kurang, sedang, dan tinggi, masing-masing sebesar 33,3%. Hasil uji Fisher exact menunjukkan nilai $p=0,368$ ($p>0,05$), yang berarti tidak ada hubungan signifikan antara usia dengan tingkat pengetahuan tentang merokok.

Tabel 3. Hubungan Pekerja dengan Tingkat Pengetahuan

Karakteristik	Tingkat Pengetahuan, n (%)			P [^]
	Kurang	Sedang	Tinggi	
Usia				
20-40 tahun	19 (48,7)	14 (35,9)	6 (15,4)	0,368
41-60 tahun	2(22,2)	6 (66,7)	1 (11,1)	
>60 tahun	1 (33,3)	1 (33,3)	1 (33,3)	
Jenis kelamin				
Laki-laki	22 (43,1)	21 (41,2)	8 (15,7)	-
Perempuan	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	
Status menikah				
Belum	10 (55,6)	4 (22,2)	4 (22,2)	0,121
Sudah	12 (36,4)	17(51,5)	4 (12,1)	

Keterangan: [^]= uji fisher exact

Pekerja laki-laki dengan tingkat pengetahuan kurang paling banyak sementara pekerja laki-laki dengan pengetahuan tinggi paling sedikit. Tidak

ada pekerja perempuan, sehingga hubungan jenis kelamin dengan tingkat pengetahuan tidak dapat diketahui. Jumlah 18 pekerja yang belum menikah,

lebih dari separuhnya memiliki pengetahuan kurang tentang merokok. Sementara itu, dari 33 pekerja yang sudah menikah, sebagian besar memiliki pengetahuan sedang.

Tabel 4. Hubungan Karakteristik Pekerja dengan Tipe Perilaku merokok

Karakteristik	Tingkat Perilaku Merokok, n (%)			P [^]
	Ringan	Sedang	Berat	
Usia				
20-40 tahun	24(61,5)	11(28,2)	4(10,3)	0,005
41-60 tahun	1(11,1)	3(33,3)	5(55,6)	
>60 tahun	1(33,3)	1(33,3)	1(33,3)	
Jenis kelamin				
Laki-laki	26(51,0)	15(29,4)	10(19,6)	
Perempuan	0(0,0)	0(0,0)	0(0,0)	
Status menikah				
Belum	15(83,3)	3(16,7)	0(0,0)	0,001
Sudah	11(33,3)	12(36,4)	10(30,3)	

Keterangan: [^]= uji *fisher exact*

Tabel hasil menunjukkan bahwa sebagian besar pekerja usia dewasa muda memiliki perilaku merokok ringan, sementara pekerja usia dewasa madya lebih dari separuhnya memiliki perilaku merokok berat. Pekerja usia dewasa lanjut menunjukkan distribusi perilaku merokok yang serupa antara ringan, sedang, dan berat. Hasil uji Fisher exact menghasilkan nilai $p = 0,005$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa usia berhubungan dengan perilaku merokok. Responden hanya terdapat pekerja laki-laki, dengan lebih dari separuh termasuk

dalam kategori perokok ringan, sementara sebagian lainnya berada dalam kategori perokok sedang dan berat. Tidak ada pekerja perempuan dalam sampel ini, sehingga hubungan jenis kelamin dengan perilaku merokok tidak dapat dianalisis. Pekerja yang belum menikah sebagian besar memiliki perilaku merokok ringan. Pada pekerja yang sudah menikah, terdapat distribusi yang relatif merata antara kategori ringan, sedang, dan berat, dengan sedikit lebih banyak yang memiliki perilaku merokok sedang.

Tabel 5. Hubungan Karakteristik Pekerja dengan Tingkat Stres

Karakteristik	Tingkat Stres, n (%)			P [^]
	Ringan	Sedang	Berat	
Usia				
20-40 tahun	9 (23,1)	21 (53,8)	9 (23,1)	0,259
41-60 tahun	1 (11,1)	3 (33,3)	5 (55,6)	
>60 tahun	0 (0,0)	1 (33,3)	2 (66,7)	
Jenis kelamin				
Laki-laki	10 (19,6)	25 (49,0)	16 (31,4)	
Perempuan	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	
Status menikah				
Belum	5 (27,8)	9 (50,0)	4 (22,2)	0,404
Sudah	5 (15,2)	16 (48,5)	12 (36,4)	

Keterangan: [^]= uji *fisher exact*

Pekerja usia dewasa muda lebih dari separuh mengalami stres sedang. Pada pekerja usia dewasa madya, sebagian besar mengalami stres berat, dan pada pekerja usia dewasa lanjut, hampir seluruhnya mengalami stres berat. Hasil uji Fisher exact menunjukkan $p=0,259$ ($p>0,05$), yang berarti usia tidak berhubungan dengan tingkat stress. Sebagian besar pekerja laki-laki mengalami stres sedang, diikuti oleh

stres berat dan ringan. Karena tidak ada pekerja perempuan, hubungan jenis kelamin dengan tingkat stres tidak dapat dianalisis. Baik pada pekerja yang belum menikah maupun yang sudah menikah, cenderung mengalami stres sedang. Hasil uji Fisher exact menunjukkan $p=0,404$ ($p>0,05$), yang menunjukkan bahwa status menikah tidak berhubungan dengan tingkat stres.

Tabel 6. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Stres Pekerja

Pengetahuan	Tingkat Stres, n (%)			p	r
	Ringan	Sedang	Berat		
Kurang	3(13,6)	7(31,8)	12(54,5)	0,012	- 0,349
Sedang	4(19,0)	15(71,4)	2(9,5)		
Tinggi	3(37,5)	3(37,5)	2(25,0)		

Berdasarkan tabel 6, dapat dilihat bahwa pekerja dengan pengetahuan kurang tentang merokok sebagian besar mengalami stres berat, sementara pekerja dengan pengetahuan sedang sebagian besar mengalami stres sedang. Pekerja yang memiliki pengetahuan tinggi cenderung menunjukkan tingkat stres yang lebih ringan, dengan sebagian besar mengalami stres sedang dan ringan. Hasil uji Spearman's rank

correlation menunjukkan nilai $p = 0,012$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan tentang merokok dan tingkat stres. Nilai korelasi r sebesar $-0,349$ menunjukkan adanya hubungan negatif dengan kekuatan hubungan yang sedang, artinya semakin tinggi pengetahuan pekerja, semakin ringan tingkat stres yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah pengetahuan, semakin berat tingkat stres yang dialami.

Tabel 7. Hubungan Perilaku merokok dengan Tingkat Stres Pekerja

Perilaku merokok	Tingkat Stres, n (%)			p	r
	Ringan	Sedang	Berat		
Kurang	7 (26,9)	15 (57,7)	4 (15,4)	0,005	0,391
Sedang	2 (13,3)	8 (53,3)	5 (33,3)		
Tinggi	1(10,0)	2 (20,0)	7 (70,0)		

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan hubungan antara perilaku merokok dan tingkat stres pekerja. Berdasarkan hasil tersebut, pekerja dengan perilaku merokok berat lebih banyak mengalami stres berat, pekerja dengan perilaku merokok sedang cenderung mengalami stres sedang, dan pekerja dengan perilaku merokok ringan juga mayoritas mengalami stres sedang. Hasil uji rank

Spearman menunjukkan nilai $p=0,005$ ($p<0,05$), yang menunjukkan hubungan signifikan antara perilaku merokok dan tingkat stres. Korelasi sebesar $0,391$ menunjukkan adanya hubungan positif dengan kekuatan hubungan sedang. Hal ini berarti bahwa semakin berat perilaku merokok, semakin tinggi pula tingkat stres yang dialami, dan sebaliknya.

PEMBAHASAN

Karakteristik pekerja (usia, jenis kelamin, dan status menikah) tidak ada yang terbukti berhubungan dengan tingkat pengetahuan tentang merokok. Meskipun teori umum menyatakan bahwa usia yang lebih tua dikaitkan dengan peningkatan pengetahuan, hasil penelitian ini menunjukkan sebaliknya, terutama dalam konteks pengetahuan tentang merokok. Faktor-faktor lain seperti tingkat pendidikan, pengalaman langsung, dan paparan informasi yang relevan mungkin lebih berperan dalam membentuk tingkat pengetahuan seseorang. Seiring bertambahnya usia, faktor-faktor seperti penurunan produktivitas dan kinerja otak dapat menghambat proses belajar dan mengingat (Nisa *et al.*, 2023).

Tinjauan pustaka yang ada belum menunjukkan adanya disparitas signifikan dalam tingkat pengetahuan atau kemampuan kognitif antara gender. Meskipun observasi empiris menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih tekun dan detail-oriented dalam menyelesaikan tugas, korelasi ini tidak cukup untuk menyimpulkan superioritas kognitif pada salah satu gender (Suwaryo & Yuwono, 2017).

Status menikah yang tidak berhubungan dengan perilaku merokok pada penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan pernikahan (Supriati, 2018). Pengetahuan seseorang terbentuk ketika kita mengamati atau merasakan sesuatu. Semakin sering kita berinteraksi dengan sesuatu, pengetahuan kita tentang hal itu akan semakin bertambah. Faktor-faktor seperti usia, pendidikan, pengalaman hidup, pekerjaan, informasi yang kita dapatkan, lingkungan sekitar, dan budaya juga ikut memengaruhi seberapa banyak dan seberapa dalam kita mengetahui sesuatu (Supriati, 2018).

Usia dan status menikah terbukti berhubungan dengan perilaku merokok, namun jenis kelamin tidak. Hubungan usia dengan perilaku merokok diperkuat oleh penelitian lain yang menyebutkan

bahwa usia berhubungan dengan tipe perilaku merokok (Fernando *et al.*, 2015). Beberapa penelitian terdahulu, menunjukkan bahwa semakin tua usia remaja, semakin besar kemungkinan mereka untuk merokok. Temuan ini sejalan dengan penelitian lain, yang menunjukkan bahwa kebiasaan merokok cenderung lebih tinggi pada kelompok usia tertentu. Remaja, yang sedang dalam tahap perkembangan, sangat rentan terhadap pengaruh eksternal. Baik itu dari keluarga, teman sebaya, media, atau tokoh idola, semua dapat memengaruhi perilaku mereka, termasuk keputusan untuk mencoba merokok. Faktor-faktor seperti keinginan untuk mandiri, rasa ingin tahu, dan tekanan sosial juga turut berperan dalam meningkatkan risiko remaja untuk merokok (Fernando *et al.*, 2015). Jenis kelamin tidak berhubungan dengan perilaku merokok karena penelitian ini dilakukan pada laki-laki. Penelitian terdahulu menunjukkan laki-laki memiliki kecenderungan untuk memulai dan terus merokok dibandingkan dengan perempuan. Hal ini menunjukkan jika jenis kelamin adalah salah satu faktor yang perlu dipertimbangkan dalam upaya pencegahan merokok (Direja & Febrimuliani, 2021). Hubungan status pernikahan dengan perilaku merokok juga ditunjukkan dalam penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa status perkawinan memiliki pengaruh terhadap kebiasaan merokok (Lestari *et al.*, 2021). Hasil ini penelitian ini juga didukung oleh penelitian lain yang menyatakan bila pernah menikah berhubungan dengan terjadinya kebiasaan merokok (Memon *et al.*, 2000).

Karakteristik pekerja yang terdiri atas usia, jenis kelamin dan status menikah tidak ada yang terbukti berhubungan dengan dengan tingkat stres yang artinya stres bisa terjadi pada tingkatan usia berapapun baik pada orang muda maupun tua bisa mengalami stres. Pekerja muda mungkin lebih mudah pulih dari stres karena kondisi fisik yang prima, namun mereka juga rentan mengalami kejenuhan. Sementara itu, pekerja tua memiliki pengalaman yang

lebih banyak, tetapi kondisi fisik dan mental yang semakin menurun serta tekanan hidup dapat meningkatkan risiko stres. Faktor eksternal seperti tuntutan ekonomi keluarga juga dapat berkontribusi pada stres pada usia tua. Penelitian ini diperkuat dan sejalan dengan penelitian lain, dengan hasil riset yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dan stres (Ichsan *et al.*, 2019). Jenis kelamin yang juga tidak terbukti dengan tingkat stres sejalan dengan pemahaman bahwa laki-laki cenderung lebih rentan mengalami stres. Hal ini dapat dikaitkan dengan pengaruh hormon testosteron yang dapat diubah menjadi kortisol, sebuah hormon stres yang memengaruhi fungsi otak (Pardamean *et al.*, 2019).

Menurut status menikah, stres yang ditunjukkan cenderung sedang, namun pada pekerja yang belum menikah ditemukan 22,2% pekerja dengan stres berat. Hal ini bisa disebabkan karena faktor yang bersumber dari keluarga, hubungan pernikahan yang kurang harmonis dan beban dalam keluarga membuat seseorang mengalami peningkatan stres. Hasil penelitian ini menyoroti kompleksitas hubungan antara status pernikahan dan stres kerja. Meskipun dukungan pasangan diharapkan dapat menjadi sumber penyangga, namun dalam konteks penelitian ini, faktor lain tampaknya lebih berpengaruh. Temuan ini mengindikasikan pentingnya melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang secara spesifik berkontribusi pada tingkat stres kerja pada individu yang sudah menikah. Namun, dampaknya sangat bergantung pada bagaimana individu tersebut memandang berbagai situasi. Umumnya, orang yang sudah menikah cenderung merasa lebih puas dengan hidupnya, yang pada gilirannya meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Hal ini karena setelah menikah, tugas-tugas rumah tangga bisa dibagi bersama pasangan, sehingga mengurangi beban individu dan memungkinkan mereka untuk lebih fokus pada karier mereka (Ulvia *et al.*, 2021).

Tingkat pengetahuan merokok

terbukti berhubungan signifikan dengan tingkat stres pada pekerja pabrik di PT. Bakti Putra Nusantara. Koefisien korelasi (r) hubungan antara tingkat pengetahuan merokok dengan tingkat stress pada pekerja pabrik sebesar $-0,394$ menunjukkan kekuatan hubungan antara variabel tingkat pengetahuan merokok dan tingkat stress pekerja pabrik adalah sedang. Arah korelasi pada hasil analisis variabel ini adalah negatif sehingga dapat disimpulkan semakin tinggi tingkat pengetahuan maka tingkat stress pekerja pabrik akan makin ringan. Sebaliknya semakin kurang pengetahuan semakin berat tingkat stresnya. Penelitian ini didukung dengan penelitian lain yang telah dilakukan, yang menyebutkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan tingkat stres (Fuadah *et al.*, 2023). Pengetahuan yang mendalam tentang kesehatan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan, sehingga mendorong individu untuk melakukan tindakan-tindakan yang mendukung kesehatan. Kepercayaan diri yang timbul dari pengetahuan yang baik juga memperkuat motivasi untuk berperilaku sehat, salah satunya tidak merokok (Fuadah *et al.*, 2023).

Tipe perilaku merokok juga terbukti berhubungan dengan tingkat stres pekerja dengan arah hubungan positif dalam tingkatan moderat yang artinya semakin berat tipe perilaku merokok maka tingkat stress pekerja pabrik akan makin berat. Sebaliknya semakin ringan perilaku merokok maka semakin ringan juga tingkat stress nya. Penelitian ini diperkuat oleh penelitian lainnya yang dilakukan sebelumnya, dengan hasil terdapat hubungan signifikan antara perilaku merokok dan tingkat stres (Jovan, 2022). Peneliti lain juga sepakat bahwa stres merupakan faktor yang meningkatkan kebiasaan merokok. Seseorang percaya bahwa merokok dapat meredakan kecemasan dan ketegangan, namun itu masih bersifat sementara. Saat rokok hilang, kecemasan dan stres bisa muncul kembali. Perokok merasa gugup, stres, serta depresi. Perokok tidak menyadari bahwa merokok membuat mereka rileks dan tenang.

Terdapat dua faktor yang menjadi penyebab utama perilaku merokok: internal dan eksternal. Faktor internal dalam perilaku merokok contoh nyatanya adalah stres, inilah sebabnya mengapa perokok mengkonsumsi rokok karena perokok merasa lebih rileks dan tenang (Jovan, 2022). Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu belum mampu menggunakan kuesioner online berupa *G-Form* dikarenakan keterbatasan pekerja pabrik yang tidak semuanya memiliki telepon genggam, sehingga peneliti membagikan kuesioner dengan *hardfile* sehingga untuk proses menginput dan mengolah data kurang praktis.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan merokok dan tipe perilaku merokok terhadap tingkat stres pada pekerja pabrik PT. Bakti Putra Nusantara. Hasil uji statistik menggunakan Rank Spearman menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan merokok memiliki korelasi negatif dengan tingkat stres, dengan nilai koefisien korelasi $-0,349$ dan p -value $0,012$. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan merokok, semakin rendah tingkat stres yang dialami pekerja. Sebaliknya, tipe perilaku merokok memiliki korelasi positif dengan tingkat stres, dengan nilai koefisien korelasi $0,391$ dan p -value $0,005$, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi intensitas atau kebiasaan merokok, semakin tinggi pula tingkat stres yang dialami pekerja.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa pengetahuan yang lebih baik mengenai merokok dapat berkontribusi dalam mengurangi stres di lingkungan kerja, sementara perilaku merokok yang lebih sering atau intens dapat meningkatkan tingkat stres pekerja. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat, seperti edukasi mengenai dampak merokok dan strategi manajemen stres yang lebih sehat bagi pekerja pabrik.

DAFTAR PUSTAKA

Asfiana Nw, Fanani M, Herawati E.

- Hubungan Tingkat Penghasilan Dengan Tingkat Stres Kepala Keluarga Penduduk Dukuh Klile Desa Karangasem Kecamatan Bulu Kabupaten Sukoharjo. 2015;
- Boo S, Oh H. 2019. Women's Smoking: Relationships Among Emotional Labor, Occupational Stress, And Health Promotion. *Workplace Health Saf.*;67(7).
- Depkes RI. 2019. Merokok, Tak Ada Untung Banyak Sengsaranya. Kemenkes.
- Direja S, Febrimuliani H, 2021. Provinsi Banten B. Pengaruh Jenis Kelamin Terhadap Perilaku Remaja Merokok Setiap Hari Di Provinsi Banten. *Jurnal Ilmu Kesehatan*; 10(2); 30-41.
- Febyan F, Wijaya Hs, Tannika A, Hudyono J. Role Of Cytokines In Stresful Condition As A Trigger For A Depression. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*. 2019;6(4):211-2.
- Fernando P, Eka Pratiwi S. 2015. Hubungan Tingkat Pendidikan, Pekerjaan Dan Umur Terhadap Perilaku Merokok Di Kota Pontianak Tahun 2015.
- Fitryani C, Achmad S, Santosa D. 2021. Gambaran Stres Kerja Pada Karyawan Perusahaan Manufaktur Pt. Mulia Jaya Mandiri Balikpapan. Feb;7. Available From: [Http://Dx.Doi.Org/10.29313/Kedokteran.V7i1.26723](http://Dx.Doi.Org/10.29313/Kedokteran.V7i1.26723)
- Fuadah F, Ardayani T, Awom A. 2023. Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Stres Masyarakat Terhadap Pencegahan Covid-19 Di Desa Situsaeur Kecamatan Bojongloa Kidul Jawa Barat. *Media Ilmiah Kesehatan Indonesia*. 21;1(1):1-5.
- Ichsan HM, Rachmi A. 2019. Age Relationship And Employment Towards Stress In The Production Part Of Pt. Multi Garmentama Bandung Hubungan Usia Dan Masa Kerja Terhadap Tingkatan Stres Di Bagian Produksi Pt. Multi Garmentama Bandung.
- Jannah R. 2019. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Pada Pasien Diabetes Mellitus Di

- Puskesmas Surabaya. Skripsi
Jovan M. 2022. Hubungan Antara Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Mahasiswa S1 Fakultas Teknik Angkatan 2019 - 2021 Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Tentang Data Penduduk Sasaran Program Pembangunan Kesehatan Tahun 2021-2025 Nomor Hk.01.07/Menkes/5675/2021. Jdih.Kemkes.Go.Id. 2021;906-7.
- Kolintama B, Lelyana S, Lelyana S, Kintawati S, Kintawati S. 2022. Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Merokok Sebagai Faktor Risiko Kanker Rongga Mulut Di Kelurahan Bintauna Kecamatan Bintauna Kabupaten Bolmong Utara Provinsi Sulawesi Utara. *Jurnal Ilmiah Dan Teknologi Kedokteran Gigi*; 18(1).
- Lazwar Irkhani F. Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Penyelam Di Pt. X. *Journal Of Occupational Safety And Health*. 2015;4.
- Lestari A, Hasan Basri M, Et Al. Hubungan Sosial Ekonomi Dan Status Perkawinan Terhadap Kebiasaan Merokok Perempuan Di Indonesia Timur Analisis Data Ifls East 2012. Vol. 4. *Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Ugm M, Biostatistik D, Dan Kesehatan Populasi Fakultas Kedokteran Ugm E, Ibu Anak-Kesehatan Reproduksi Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran UGM*.
- Memon A, Elgerges N, Al-Shatti A, Moody Pm, Sugathan Tn, El-Gerges N, Et Al. 2000. Article In *Bulletin Of The World Health Organization*. Available From: <https://www.researchgate.net/publication/12186449>
- Nisa R. 2023. Tingkat Pendidikan, Usia, Pekerjaan Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Imunisasi Dasar Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Merakurak Kabupaten Tuban; 7(2715-6303).
- Nurfadhilah, Fidiya SP, Nujannah A, Rika S. 2022. Determinan Perilaku Merokok Pada Pekerja Penanganan Sarana Dan Prasarana Umum (Ppsu) Kelurahan Rambutan Jakarta. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*;5(3).
- Ramadhani F, Mahirawatie Ic, Isnanto. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Orang Tua Pada Karies Gigi Anak Usia Sekolah 6-12 Tahun. *Indonesian Journal Of Helath And Medical Issn*: 2021;1(3):487-92.
- Ridwan M, Syukri A, Badarusyamsi B. Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya. *Jurnal Geuthèë: Penelitian Multidisiplin*. 2021;4(1).
- Phajan T. 2016. Anti Smoking Measures And Smoking Behaviors Among Working Age Males In Indonesia Mrs. Nida Amalia.
- Putu N, Setiawati E, Ni N, Citrawati K, Kep S, Kep M, Et Al. Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Level Of Knowledge About The Dangers Of Smoking With Behaviorsmoking In Teens. 2020.
- Salsabila N, Indraswari N, Sujatmiko B. 2022. Gambaran Kebiasaan Merokok Di Indonesia Berdasarkan Indonesia Family Life Survey 5 (Ifls 5). *Jurnal Kedokteran Kesehatan Indonesia*;7(1).
- Supriati. 2018. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Tentang Pernikahan Dini di Dusun IV Desa Kolam Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang.
- Suwarjo PAW, Yuwono P. 2017. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan Masyarakat Dalam Mitigasi Bencana Alam Tanah Longsor. *The 6th University Research Colloquium Universitas Muhammadiyah Magelang (URECOL)*; 305-314.
- Ulvia M, Nukman, Muthhalib NU. 2021. Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja di PT Maruki Internasional Indonesia Makassar. *Window of Public Health Journal*; 2(4); 757-764.