



# Perilaku Merokok Selama Pandemi COVID-19 dan Dampaknya Terhadap Kesejahteraan Keluarga

Oleh: Irfani Fithria U.M, Kenny Devita I, Azizon, Putu Angga Widyastaman, Dwini Handayani, Kerinda Fal Rizky, Renny Nurhasana, Teguh Dartanto

## Pendahuluan

Konsumsi rokok yang masih tinggi menjadi permasalahan dan tantangan tersendiri yang dihadapi oleh Indonesia. Data WHO (2020) menunjukkan bahwa prevalensi merokok laki-laki dewasa di Indonesia sebesar 62,9% dan angka ini merupakan salah satu yang tertinggi di dunia. WHO (2020) bahkan memperkirakan setiap tahunnya sekitar 225.700 jiwa melayang akibat konsumsi rokok atau penyakit lain yang berkaitan dengan merokok. Ironisnya lagi, prevalensi merokok di kalangan remaja dan anak-anak juga turut menunjukkan tren yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa pada kelompok usia antara 10 – 18 tahun, angka prevalensi merokok melonjak signifikan menjadi 9,1% pada 2018 dan angka ini hampir 20% lebih tinggi jika dibandingkan dengan lima tahun sebelumnya. Temuan *Global Youth Tobacco Survey* (GYTS) tahun 2019 mencatat bahwa 40,6% pelajar di usia 13 – 15 tahun, 1 dari 5 anak perempuan dan 2 dari 3 anak laki-laki sudah pernah menggunakan produk tembakau.

Akhir Desember 2019, setelah kasus pertama akibat virus Corona dilaporkan di Wuhan, Cina, penyakit ini berkembang menjadi pandemi global paling parah yang terjadi di abad ini. Penyakit ini kemudian lebih dikenal dengan nama COVID-19 dan utamanya menyerang saluran pernafasan. Dengan demikian, perokok akan lebih rentan mengalami gejala yang lebih parah jika terkena COVID-19 dibandingkan dengan yang bukan perokok. Salah satu upaya yang dilakukan untuk mencegah persebaran COVID-19 lebih luas adalah

dengan melakukan pembatasan sosial dan salah satunya melalui *stay-at-home* atau *working from home*. Bagi rumah tangga atau keluarga dengan perokok aktif di rumah, kebijakan ini menimbulkan tantangan tersendiri karena pasangan perokok dan anak-anak akan berpotensi lebih sering terpapar asap rokok dan menjadi perokok pasif (*secondhand-smoke/SHS*) sebagai konsekuensi dari perokok yang lebih banyak menghabiskan waktu di rumah.

Kebiasaan merokok, seperti yang sering sudah diketahui, tidak hanya berbahaya bagi perokok itu sendiri, tetapi juga dapat menimbulkan ancaman kesehatan yang serius bagi orang dewasa dan anak-anak yang menjadi perokok pasif. Akan tetapi, bahaya laten dari kebiasaan merokok di rumah tidak hanya mempengaruhi sisi kesehatan saja namun juga mempengaruhi aspek lain dalam keluarga. Dari aspek ekonomi, rumah tangga dengan perokok aktif, terutama pada rumah tangga dengan pendapatan rendah, akan mempengaruhi alokasi anggaran rumah tangga, sehingga mempengaruhi stabilitas keuangan keluarganya (Scollo et al., 2012; Siahpush et al., 2007; Widome et al., 2015). Selain itu, hasil penelitian lainnya juga mengungkapkan bahwa kelompok yang terpapar asap rokok/perokok pasif berpotensi menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan kelompok non-perokok pasif dan hasil ini juga relevan pada sampel anak-anak yang menjadi perokok pasif di rumah (Kim et al., 2016; Wang et al., 2019). Lebih jauh lagi, jika dikaitkan dengan perokok anak, studi empiris juga menunjukkan

bahwa remaja atau anak - anak yang orang tuanya pernah merokok atau perokok lebih cenderung menjadi perokok dan meniru kebiasaan merokok orang tuanya (Wilkinson et al., 2008; Vuolo & Staff, 2013).

Dampak dari kebiasaan merokok pasangan, ditambah lagi dengan pandemi COVID-19 membuat wanita, yang merupakan pasangan atau istri dari perokok, menanggung beban tiga kali lipat lebih berat atau kami sebut sebagai "**Triple Burden**". Pertama, mereka termasuk dalam kelompok rentan, kedua, mereka juga menanggung dampak akibat pandemi COVID-19

dan ketiga, mereka juga berisiko terpapar asap rokok lebih sering dan menjadi perokok pasif dengan lebih seringnya suami merokok di rumah. Dengan latar belakang tersebut, studi ini bertujuan untuk melihat bagaimana perilaku merokok selama pandemi COVID-19 dan dampaknya terhadap kesejahteraan keluarga dari sisi kesejahteraan materi, kesehatan, dan kesejahteraan psikologis. Berbeda dengan studi lainnya, studi ini mengukur dampak perilaku merokok dari sudut pandang pasangan perokok/istri sebagai perokok pasif di rumah.

## Prosedur Studi

Responden penelitian ini adalah Warga Negara Indonesia (WNI) dan wanita yang memiliki suami yang merokok, baik sebelum maupun selama pandemi COVID-19. Pemilihan istri sebagai responden dalam mengukur dampak rokok terhadap kesejahteraan keluarga perlu dipertimbangkan mengingat istri adalah perokok pasif yang terpapar asap rokok secara langsung di rumah. Dari segi kebaruan, studi yang mempelajari perspektif serupa juga masih sangat jarang ditemukan. Survei dilakukan secara daring menggunakan Google Forms sebagai sarana untuk menyebarkan kuesioner

dengan metode *purposive non-probability sampling*. Responden langsung disaring dengan pertanyaan "Apakah Anda memiliki suami yang merokok dari sebelum pandemi hingga sekarang?". Survei dilakukan mulai tanggal 20 Agustus hingga 6 September 2021 dan berhasil menjangkau sebanyak 779 responden dengan berbagai latar belakang sosio-demografi dan cukup tersebar di seluruh wilayah geografis di Indonesia. Data yang diperoleh dari survey daring tersebut kemudian dianalisis secara statistik deskriptif berupa tabulasi dan tabulasi silang.

## Karakteristik Responden

Mayoritas responden dalam studi ini berumur antara 25-39 tahun. Lebih dari separuh responden (56,7%) berdomisili di Pulau Jawa-Bali; dimana 15,7% di wilayah DKI Jakarta; 15,2% di Sumatera, 5% di Kalimantan, 4,6% di Sulawesi dan sisanya sebanyak 2,8% tinggal di wilayah Nusa Tenggara, Maluku dan Papua. Sedangkan jika dilihat dari tingkat pendidikan, sebanyak 43,3% responden adalah lulusan sarjana, disusul dengan 27,5% yang merupakan lulusan SMA atau sederajat. Dilihat dari status pekerjaan, sebanyak 52,4% responden memiliki status bekerja dan 38,8% tidak bekerja. Yang menarik adalah ada sebanyak 8,8% responden yang sedang tidak bekerja akibat terdampak pandemi. Jika dirinci lebih lanjut dari angka 8,8% tersebut, ternyata 4,7% responden sedang dirumahkan sementara dan sisanya sebanyak

4,1% baru saja mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) akibat kantor atau tempat usahanya tutup. Mayoritas responden bekerja sebagai wiraswasta dan Pegawai Negeri Sipil (PNS). Dari segi pendapatan, sebanyak 13,5% responden yang menyatakan memiliki pendapatan di bawah Rp 2.500.000. Sedangkan kelompok terbesar kedua diisi oleh responden dengan pendapatan di Rp 2.501.000 - Rp 5.000.000 sebanyak 18,1%. Kategori pendapatan di atas kategori ini memiliki komposisi terhadap keseluruhan sampel yang menurun secara gradual, yaitu antara Rp 5.000.001 - Rp 10.000.000 sebanyak 14,6%, antara Rp 10.001.000 - Rp 20.000.000 sebanyak 3,7%, dan hanya sebanyak 2,1% yang memiliki pendapatan di atas Rp 20.000.000.

# TEMUAN

## Perilaku Merokok Selama Pandemi

Berdasarkan hasil survey, perilaku merokok selama pandemi dari sudut pandang istri ternyata tidak banyak berubah. Istri merasa bahwa tidak terjadi perubahan yang cukup besar dalam hal konsumsi rokok baik dilihat dari jumlah rata-rata rokok per hari maupun intensitasnya. Rata-rata konsumsi harian rokok, baik sebelum maupun selama pandemi COVID-19 masih berada di sekitar 10 batang per hari, dimana pola tersebut juga terlihat hampir konsisten pada semua kelompok tingkat pendapatan.

Dari aspek intensitas merokok, mayoritas responden (62,4%) menyatakan bahwa intensitas merokok suaminya tidak mengalami perubahan selama pandemi dibanding sebelum pandemi dan hanya 13,9% yang menyatakan bahwa suaminya semakin sering merokok selama pandemi. Berdasarkan lama merokok,

kelompok perokok dengan intensitas tertinggi (lebih dari 20 batang/hari) terdapat pada kelompok yang paling lama merokok (lebih dari 20 tahun) sehingga besar kemungkinan mereka sudah berada pada tahap kecanduan rokok. Jika intensitas merokok dikomposisikan menurut kelompok pendapatan, proporsi responden dengan pada kelompok pendapatan terendah (5 juta kebawah) memiliki intensitas merokok yang sama dengan responden berpendapatan tinggi (10-20 juta). Padahal, pada kelompok pendapatan rendah tersebut, mayoritas responden menyatakan bahwa kondisi keuangan mereka selama pandemi tergolong "kurang cukup". Ditambah lagi, data hasil survei juga menunjukkan bahwa separuh responden pada kelompok pendapatan rendah tersebut (50,86%), mengubah pilihan rokoknya dan beralih ke rokok yang harganya lebih murah.

## Persepsi Terhadap Perilaku Merokok

Dalam survey ini, responden juga ditanyakan mengenai persepsinya terhadap rokok dan perilaku merokok secara umum. Meskipun suaminya merokok, hampir semua responden (97%) setuju bahwa rokok berbahaya bagi kesehatan dan 92% menyatakan bahwa merokok bukan merupakan suatu perilaku yang baik. Menariknya, dari responden yang memiliki persepsi negatif tentang perilaku merokok, 3% diantaranya juga merupakan seorang perokok aktif. Terkait dengan dampak rokok, 71% responden setuju bahwa merokok tidak hanya membahayakan perokok itu sendiri, tetapi juga membahayakan orang-orang dan lingkungan sekitarnya. Meskipun demikian, pada saat ditanya apakah dalam satu tahun terakhir ini pernah meminta suaminya untuk

berhenti merokok, hanya 41% responden yang menjawab pernah. Jika diamati lebih jauh, lamanya suami menjadi perokok memiliki asosiasi dengan permintaan istri untuk meminta suaminya berhenti merokok selama satu tahun ke belakang. Untuk suami yang baru merokok (di bawah 5 tahun), 79% responden pernah meminta suami untuk berhenti. Namun, ketika lama merokok sudah masuk ke periode 5-10 tahun dan 10-20 tahun, proporsi istri yang meminta suami untuk berhenti merokok meningkat. Proporsi kembali turun ketika durasi suami merokok sudah lebih dari 20 tahun, dengan kata lain suami sudah tergolong sebagai perokok kronis sehingga ada kemungkinan responden sudah menyerah karena tidak membuahkan hasil dan suaminya tetap saja merokok.

## Dampak Perilaku Merokok Terhadap Kesejahteraan Keluarga

Untuk mengetahui bahaya yang lebih dalam dari perilaku merokok suami, studi ini melihat dampak perilaku merokok terhadap tiga aspek kesejahteraan keluarga, yakni kesehatan, kesejahteraan materi, dan

kesejahteraan psikologis. Hasil survei menemukan adanya indikasi yang kuat bahwa perilaku merokok suami secara umum berdampak negatif terhadap tiga aspek kesejahteraan keluarga.

**Aspek kesehatan**, lebih dari 48% responden merasa bahwa kebiasaan merokok suaminya memiliki pengaruh yang negatif terhadap kondisi kesehatan keluarganya baik istri itu sendiri, anak-anak maupun anggota keluarga lain yang tinggal serumah. Selain itu, lebih dari separuh responden (56%) setuju bahwa kebiasaan suami merokok di rumah menyebabkan tercemarnya kualitas udara di lingkungan rumah. Contohnya, timbulnya bau yang tidak sedap, lebih lembab, dan rasa tidak nyaman lainnya.

**Aspek kesejahteraan materi**, mayoritas responden (63%) setuju bahwa mereka merasa pengeluaran suaminya untuk membeli rokok sangat besar dan hampir 50% responden juga merasa bahwa pengeluaran suami untuk membeli rokok telah menyebabkan berkurangnya alokasi anggaran rumah tangga untuk keperluan yang lain. Secara umum, 47% responden setuju bahwa kebiasaan merokok suami turut berkontribusi dalam menurunkan standar kualitas hidup rumah tangga mereka. Temuan ini menguatkan dugaan bahwa

*crowding out effect* pada alokasi pengeluaran rumah tangga terjadi karena belanja rokok suami.

Selaras dengan dua aspek kesejahteraan lainnya, dari **aspek psikologis**, terdapat indikasi bahwa merokok juga ternyata mempengaruhi kondisi psikologis keluarga. Hal ini tercermin dari hampir dua per tiga responden (65%) responden yang menyatakan bahwa mereka merasa tidak tenang dan tidak bahagia dengan kebiasaan merokok suaminya. Sebagian besar responden (89%) juga ingin suaminya berhenti merokok yang didorong rasa keberatan jika anak-anaknya akan mengikuti kebiasaan merokok suaminya. Terkait perilaku merokok anak dalam keluarga, data hasil survey menunjukkan bahwa 6,4% anak responden adalah seorang perokok aktif. Ironisnya, 72% istri berpendapat bahwa anak-anaknya merokok karena mengikuti kebiasaan anggota keluarganya yang merokok (dalam hal ini orang tuanya) dan juga dikarenakan alasan pergaulan atau ikut - ikutan teman.

## Kesimpulan dan Rekomendasi Kebijakan

Terdapat dua kesimpulan utama dari hasil studi ini.

**Pertama**, konsisten dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Center for Indonesia's Strategic Development Initiatives (CISDI) tahun 2021, tidak ada perubahan perilaku merokok yang berarti pada periode sebelum dan saat pandemi, baik dari sisi kuantitas maupun intensitas merokok. Selain itu, terdapat kesamaan pola merokok yang lebih sering antara kelompok responden yang berpendapatan rendah hampir sama dengan responden dengan kelompok pendapatan tinggi. Padahal, mereka mengaku bahwa kondisi keuangannya selama pandemi COVID-19 kurang mencukupi. Hal lain yang perlu menjadi perhatian adalah bahwa responden pada kelompok pendapatan rendah tetap mempertahankan kebiasaan merokoknya dengan melakukan *shifting* ke pembelian rokok dengan harga yang lebih murah.

**Kedua**, studi ini mengindikasikan bahwa merokok tidak hanya berpengaruh terhadap aspek kesehatan saja, sebagaimana yang telah banyak diketahui selama ini, tetapi juga dapat mempengaruhi aspek kesejahteraan materi dan psikologis keluarga. Studi ini kembali

menegaskan bahwa perilaku merokok menyebabkan tercemarnya kualitas udara di lingkungan rumah dan membahayakan kesehatan anggota keluarga lainnya. Dari aspek kesejahteraan materi, rumah tangga dengan perokok aktif merasa bahwa merokok dapat mengurangi alokasi anggaran untuk keperluan yang lain dan mempengaruhi kualitas standar hidup rumah tangga secara umum. Terakhir, secara psikologis, penelitian ini menunjukkan merokok juga menyebabkan rasa tidak tenang dan bahagia bagi pasangan perokok. Mereka juga sangat berharap suaminya dapat berhenti merokok dan khawatir kebiasaan tersebut juga akan diikuti oleh anak-anaknya. Anak-anak yang sudah merokok sejak dini akan berpotensi menjadi perokok berat dan perokok kronis di masa datang. Ada kemungkinan siklus ini juga akan mungkin berulang kembali terhadap keluarga anak tersebut di masa depan. Oleh karena itu, pesan utama yang ingin dibawa dalam studi ini adalah:

**“Merokok tidak hanya membunuhmu, tetapi juga membunuh orang yang kamu cintai”**

**“Merokok tidak hanya menghancurkan badan, tetapi juga menghancurkan harapan dan perasaan”**

Dengan demikian, hasil penelitian ini mengarah pada perlunya intervensi kebijakan baik yang mempengaruhi harga rokok maupun non-harga karena kedua kebijakan tersebut bersifat komplementer dan masing-masing memiliki peranan penting dalam pengendalian konsumsi tembakau. Strategi sosialisasi dan kampanye yang intensif dan masif oleh institusi yang berwenang perlu digalakkan terutama untuk memberikan edukasi dan literasi bahwa merokok tidak hanya membahayakan si perokok tetapi juga membahayakan orang di sekitarnya. Dengan kata lain, kampanye yang menggaungkan bahwa **“Merokok tidak hanya membunuhmu, tetapi juga dapat membunuh orang-orang yang kamu cintai”** dan **“Merokok tidak hanya menghancurkan badan, tetapi juga menghancurkan harapan dan perasaan”** sangat mendesak untuk dilakukan. Peranan Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (Kemenko PMK), Kementerian Kesehatan, dan Dewan Perwakilan Rakyat (DPR RI) sangat dibutuhkan dalam menggaungkan kampanye ini. Selain itu, Kementerian Kesehatan perlu melakukan inovasi berupa layanan konseling maupun *hotline* untuk memberikan bantuan dan pendampingan bagi

orang-orang yang ingin berhenti merokok dengan dukungan tenaga kesehatan profesional. Upaya ini akan lebih efektif jika dibarengi dengan usaha nyata untuk memaksa orang mengurangi konsumsi rokok atau bahkan berhenti merokok. Hal ini dapat dilakukan dengan membuat harga rokok menjadi tidak mudah dijangkau. Oleh karena itu, opsi kebijakan bagi Kementerian Keuangan untuk menaikkan harga rokok melalui mekanisme cukai hasil tembakau (CHT), menaikkan harga jual eceran (HJE) minimum, dan penyederhanaan strata tarif CHT untuk mencegah tingginya prevalensi perokok terutama pada anak masih sangat relevan untuk dilakukan. Langkah ini tentu saja juga harus didukung secara terus-menerus oleh Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) bekerja sama dengan DPR untuk membuat suatu *road map* bersama yang mendukung kenaikan cukai hasil tembakau (CHT), menaikkan harga jual eceran (HJE) minimum, dan penyederhanaan strata tarif CHT. Lebih lanjut, langkah bersama antara Kemenko PMK, Kementerian Kesehatan, Bappenas, dan DPR RI untuk mendukung revisi Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 109 tahun 2012 mengenai pelarangan penjualan rokok secara batangan (ketengan) sebagaimana membuat kebijakan pendukung antara Kementerian Dalam Negeri dan Kementerian Perdagangan untuk pelarangan penjualan ini.

## Suara Hati Responden (Istri)

“Rokok jangan dibikin murah karena suami saya jadi beli rokok terus. Kalau rokok mahal, suami pasti mikir-mikir untuk beli rokok. Terus anak saya juga jadi enggak bisa beli rokok kalo mahal. Tapi rokok masih bisa dibeli ketengan, jadi kadang suami beli ketengan”

Pengen ada insentif dan pendampingan bagi yang quit smoking semacam ini  
<https://www.nhs.uk/better-health/quit-smoking>

“Sosialisasi bahaya merokok di desa sangatlah kurang, saya tinggal di lingkup pedesaan dimana kebiasaan merokok dianggap wajar dan lumrah untuk seorang laki-laki tanpa sadar efek sampingnya.”

### Pusat Kajian Jaminan Sosial Universitas Indonesia (PKJS-UI)

Gedung Muchtar Lt.2  
Jl. Pegangsaan Timur No.16, Pegangsaan, Menteng  
Jakarta Pusat 10320

Tel. (62 21) 392 4710, 392 9717, 310 0059  
e-mail: [csgs.pkjs@ui.ac.id](mailto:csgs.pkjs@ui.ac.id)