

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit degeneratif adalah penurunan fungsi organ tubuh secara bertahap pada usia lanjut, bersifat kronis dan dipengaruhi faktor eksternal seperti merokok. Kebiasaan merokok mempercepat kerusakan sel melalui mekanisme oksidatif dan inflamasi, sehingga memperburuk degenerasi organ yang melibatkan jantung, pembuluh darah, tulang, dan saraf. Pemahaman faktor penyebab serta pencegahannya penting untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat, terutama lansia (Setyawati et al., 2024).

Penyakit degeneratif memiliki tingkat mortalitas yang sangat tinggi dan telah menjadi salah satu penyebab utama kematian di seluruh dunia saat ini. Setiap tahunnya, hampir 17 juta orang meninggal lebih awal akibat epidemi global yang disebabkan oleh berbagai penyakit degeneratif, seperti hipertensi, diabetes mellitus, stroke, dan gagal ginjal kronik. Penyakit-penyakit ini berkembang secara perlahan namun progresif, menyebabkan kerusakan organ dan sistem tubuh yang serius, sehingga berdampak besar pada angka kematian dan beban kesehatan masyarakat. Faktor risiko seperti gaya hidup tidak sehat, termasuk pola makan buruk, kurangnya aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok, turut memperparah kondisi ini. Dengan meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif, terutama di negara-negara berkembang dan populasi usia lanjut, upaya pencegahan, deteksi dini, dan pengelolaan penyakit ini menjadi sangat penting untuk mengurangi angka kematian dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara global (Karwiti et al., 2023).

Secara global, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa lebih dari 1,3 miliar orang adalah perokok aktif, dan sekitar 1,2 juta kematian setiap tahunnya disebabkan oleh paparan asap rokok pada perokok pasif. Di Indonesia, berdasarkan data Riskesdas 2018 dan diperkuat oleh Global Adult Tobacco Survey (GATS) 2021, sekitar 33,5% penduduk usia 15 tahun ke atas adalah perokok aktif, dengan prevalensi laki-laki mencapai lebih dari 60%. Sementara itu, lebih dari 70% anak-anak dan perempuan terpapar asap rokok di lingkungan rumah tangga, menunjukkan tingginya jumlah perokok pasif (WHO, 2025).

Durasi merokok juga berperan penting dalam meningkatkan risiko penyakit degeneratif. Individu yang merokok lebih dari 10 tahun memiliki risiko dua hingga tiga kali lipat lebih tinggi untuk mengalami hipertensi, stroke, kanker paru-paru, dan gagal ginjal kronik dibandingkan dengan mereka yang tidak merokok. Bahkan perokok pasif yang terpapar asap rokok lebih dari 15 menit setiap hari dalam jangka panjang juga memiliki risiko gangguan kardiovaskular dan pernapasan kronis. Dengan mempertimbangkan besarnya dampak yang ditimbulkan oleh kebiasaan merokok dan paparan asap rokok, maka edukasi kesehatan, regulasi kawasan bebas rokok, serta perubahan perilaku masyarakat menjadi langkah penting dalam menurunkan prevalensi penyakit degeneratif di Indonesia (Choi et al., 2019).

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah abnormal yang berlangsung terus-menerus akibat gangguan mekanisme pengaturan tubuh. Faktor risiko meliputi pola hidup tidak sehat, obesitas, konsumsi garam berlebih, stres, dan merokok. Kondisi

ini meningkatkan risiko komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan kerusakan organ, sehingga perlu pengelolaan yang tepat (Wulandari et al., 2023).

Diabetes mellitus ditandai dengan kadar gula darah yang melebihi normal akibat kekurangan insulin atau resistensi insulin. Jika tidak dikelola, dapat menimbulkan komplikasi seperti retinopati, penyakit jantung, gagal ginjal, luka sulit sembuh, dan neuropati. Penanganan dini sangat penting untuk mencegah komplikasi lebih lanjut (Alfreyzal et al., 2024).

Stroke merupakan penyebab utama kecacatan dan kematian, terjadi akibat gangguan vaskular otak yang menurunkan fungsi jaringan otak. Gejalanya antara lain kelemahan otot pada anggota gerak yang mengganggu aktivitas sehari-hari (Kusuma et al., 2021).

Gagal Ginjal Kronik (GGK) adalah kerusakan ginjal progresif yang menyebabkan penumpukan limbah metabolik beracun, gangguan penyaringan darah, keseimbangan cairan, dan produksi hormon. Faktor risiko utamanya meliputi diabetes tidak terkontrol, hipertensi, serta gaya hidup tidak sehat. Pencegahan faktor risiko sangat penting untuk memperlambat perkembangan penyakit ini (Abdu et al., 2024).

Kanker merupakan penyakit degeneratif serius yang banyak dipicu oleh kebiasaan merokok. Zat berbahaya dalam rokok menyebabkan kerusakan DNA dan mutasi genetik yang memicu pertumbuhan sel abnormal. Semakin lama dan sering merokok, semakin besar risiko kanker paru-paru, mulut, kerongkongan, pankreas, serta gangguan degeneratif lain seperti osteoporosis dan kerusakan saraf (Kamila et al., 2022).

Merokok memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan risiko penyakit degeneratif, seperti hipertensi, penyakit jantung, osteoporosis, dan kanker, sebagaimana dijelaskan dalam berbagai jurnal. Zat-zat kimia berbahaya dalam asap rokok, termasuk radikal bebas dan senyawa toksik, dapat menyebabkan kerusakan oksidatif pada DNA serta menimbulkan mutasi genetik yang mempercepat proses penuaan seluler dan memicu perkembangan penyakit degeneratif. Merokok juga berkontribusi pada disfungsi endotel vaskular, gangguan koagulasi, dan pembentukan plak aterosklerotik yang meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Selain itu, paparan asap rokok dapat menghambat penyembuhan jaringan dan menurunkan kepadatan tulang, sehingga memperbesar kemungkinan osteoporosis. Studi menunjukkan bahwa semakin tinggi derajat merokok, semakin besar pula penurunan kualitas kesehatan dan peningkatan risiko penyakit degeneratif (Kamelia *et al.*, 2022).

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimana Hubungan Antara Perilaku Merokok dan Penyakit Degeneratif: ditinjau secara ditinjau secara literatur review.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku merokok dan penyakit degeneratif ditinjau secara ditinjau secara literatur review.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui jenis-jenis penyakit degeneratif yang paling dipengaruhi oleh kebiasaan merokok.
2. Untuk mengetahui mekanisme biologis dan fisiologis bagaimana merokok dapat mempercepat proses degenerasi pada organ dan jaringan tubuh.
3. Untuk mengetahui faktor risiko lain yang berperan bersama merokok dalam perkembangan penyakit degeneratif.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan data ilmiah tentang hubungan antara perilaku merokok dan penyakit degenerative ditinjau secara *literature review*.

1.4.1 Manfaat Bagi Tempat Penelitian

Data penelitian ini dapat menjadi bahan referensi dan sumber informasi bagi institusi kesehatan maupun lembaga pendidikan dalam mengembangkan program pencegahan dan pengendalian penyakit degeneratif yang berkaitan dengan kebiasaan merokok.

1.4.2 Manfaat Bagi Responden

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya merokok sebagai faktor risiko utama penyakit degeneratif.

1.4.3 Manfaat Bagi Akademik

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi ilmiah berupa tinjauan literatur yang komprehensif mengenai hubungan antara merokok dan penyakit degeneratif, yang dapat menjadi referensi bagi mahasiswa, dosen, dan peneliti lain dalam mengembangkan kajian lebih lanjut.