

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Istilah *Adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescere* (kata Belanda, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa (dalam Hurlock, 1999).

Piaget (dalam Hurlock, 1999), mengatakan bahwa secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua, melainkan berada di dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Hurlock (1999), menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, di mulai saat anak secara seksual matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum.

Csikszentimihalyi dan Larson (dalam Sarwono, 1997) menyatakan bahwa remaja adalah restrukturisasi kesadaran. Remaja meninjau perkembangan jiwa dari berbagai sudut dan beranggapan bahwa masa remaja merupakan masa penyempurnaan dari perkembangan pada tahap-tahap sebelumnya.

Berdasarkan pendapat beberapa tokoh diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa dan merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa serta masa penyempurnaan dari perkembangan pada tahap-tahap

sebelumnya di mulai saat anak secara seksual matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum.

2. Batasan Usia Remaja

Menurut Atkinson (1987) batas umur remaja secara kasar berkisar antara umur 12 sampai akhir belasan tahun, ketika pertumbuhan jasmani hampir selesai. Sedangkan Monks (1992) memberikan analisis yang cermat mengenai pembagian usia remaja yaitu usia 12 tahun - 15 tahun sebagai masa remaja awal, 15 tahun - 18 tahun sebagai masa remaja pengetahuan dan 18 tahun - 21 tahun sebagai masa remaja akhir.

Priyatno (dalam Mappiare, 1982) menyebutkan bahwa rentangan usia 13 sampai 21 tahun sebagai masa remaja.

Susilowindradini (dalam Mappiare, 1982) berpatokan pada literatur Amerika dalam menentukan masa remaja awal atau *Early Adolescence* (13 sampai 17 tahun) dan remaja akhir atau *Late Adolescence* (17 sampai 21 tahun). Surachmad (dalam Mappiare, 1982) berpendapat bahwa masa remaja adalah usia 12 sampai 22 tahun, sedangkan Liang (dalam Mappiare, 1982) menyatakan bahwa masa *Adolescence* untuk remaja laki-laki adalah usia 19 sampai 23 tahun dan remaja wanita pada usia 18 sampai 21 tahun.

Berdasarkan pendapat beberapa tokoh di atas, nampak sekali bahwa masing-masing tokoh memiliki pendapat berbeda-beda dalam menetapkan batasan mengenai usia remaja. Pendapat yang berbeda-beda ini disebabkan karena adanya perbedaan yang menjadi dasar untuk menetapkan suatu batasan. Kesimpulan batasan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu usia antara 12

sampai 21 tahun. Batasan ini dipakai oleh peneliti atas pertimbangan bahwa pada usia 12 tahun aspek-aspek perkembangan pada masa remaja secara global mulai terlihat dan berakhir pada usia 21 tahun.

3. Ciri-ciri Masa Remaja

Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1999) ciri-ciri masa remaja antara lain :

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Remaja mengalami perkembangan fisik dan mental yang cepat dan penting dimana semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan pembentukan sikap, nilai dan minat baru.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya. Tetapi peralihan merupakan perpindahan dari satu tahap perkembangan ke tahap perkembangan berikutnya, dengan demikian dapat diartikan bahwa apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekas pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang, serta mempengaruhi pola perilaku dan sikap yang baru pada tahap berikutnya.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Perubahan fisik yang terjadi dengan pesat diikuti dengan perubahan perilaku dan sikap yang juga berlangsung pesat. Perubahan fisik menurun, maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Ada dua alasan bagi kesulitan ini, yaitu :

- 1). Sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah.
- 2). Remaja merasa diri mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pencarian identitas dimulai pada akhir masa kanak-kanak, penyesuaian diri dengan standar kelompok lebih penting daripada bersikap individualistis. Penyesuaian diri dengan kelompok pada remaja awal masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan, namun lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dengan kata lain ingin menjadi pribadi yang berbeda dengan orang lain.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan *stereotype* budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak serta berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Remaja pada masa ini melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Semakin tidak realistik cita-citanya ia semakin menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Semakin mendekatnya usia kematangan, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan dan terlibat dalam perbuatan seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberi citra yang mereka inginkan.

Berdasarkan ciri-ciri remaja yang telah disebutkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan suatu periode penting, periode peralihan, periode perubahan, usia yang bermasalah, mencari identitas, usia yang menimbulkan ketakutan, masa yang tidak realistik dan ambang masa kedewasaan.

4. Tugas-tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan remaja menurut Havighurst (dalam Dariyo, 2004; dalam Gunarsa & Yulia, 2004) adalah :

a. Menyesuaikan diri dengan perubahan fisiologis dan psikologis

Perbedaan antara harapan remaja dan lingkungan terhadap penampilan fisik remaja, dapat menimbulkan masalah bagi remaja untuk menerima keadaannya

dan berpengaruh pada perilaku remaja (Gunarsa & Yulia, 2004). Permasalahan ini dapat menimbulkan masalah pada konsep diri dan berisiko terjadinya perilaku yang membahayakan kesehatan, seperti merokok. Hal ini remaja lakukan untuk menghilangkan perasaan negatif yang remaja rasakan.

b. Belajar bersosialisasi dengan orang lain

Kozier et, al (2004) menyebutkan, nilai-nilai yang ditanamkan oleh orang tua sering diabaikan oleh remaja karena remaja seringkali mengadopsi nilai-nilai yang baru (Dariyo, 2004). Perubahan nilai-nilai yang dianut dapat menyebabkan konflik dengan orang tua. Konflik ini dapat memicu remaja untuk mudah terjerumus pada perilaku maladaptif seperti merokok.

c. Memperoleh kebebasan secara emosional dari orang tua dan dewasa lainnya

Remaja harus memiliki kemampuan membedakan mana yang baik dan mana yang tidak baik, serta dapat mengambil keputusan yang tepat (Gunarsa & Yulia, 2004). Grey dan Steinberg (1999) menyebutkan, semakin besar pemberian otonomi dari orang tua, maka akan semakin positif perkembangan psikososial, kesehatan mental, dan kepribadian remaja (Papalia & Feldman, 2008). Hal ini dapat menjadi konflik bagi remaja saat remaja menginginkan kebebasan dengan cara berkumpul dengan teman sebaya. Remaja seringkali menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bergaul bersama dengan teman sebaya (Dariyo, 2004). Konflik ini dapat terjadi jika nilai yang dianut oleh teman sebaya bertentangan dengan nilai dalam keluarga.

d. Memperoleh kemandirian secara ekonomi

Keinginan terbesar dari remaja adalah mulai menjadi seseorang yang mandiri dan tidak bergantung kepada orang tua secara ekonomi (Desmita, 2005).

Kondisi internal dan eksternal dapat menyebabkan remaja tidak mendapatkan keinginannya untuk menjadi individu yang mandiri dan terbebas dari masalah ekonomi (Desmita, 2005). Permasalahan ini dapat menjadi konflik bagi remaja dan dapat menjerumuskan remaja pada perilaku merokok.

e. Menemukan model untuk identifikasi

Tugas perkembangan remaja adalah menemukan model untuk identitasnya. Remaja seringkali memberikan identitas pada dirinya seperti pada tokoh yang remaja kagumi. Tokoh tersebut merupakan model bagi remaja yang patut untuk dicontoh, baik karena tingkah laku maupun kepribadiannya. Permasalahannya saat ini, banyak remaja yang mengidolakan tokoh yang seringkali menonjolkan kekerasan dan perilaku tidak sehat, seperti merokok, pornografi, maupun pornoaksi. Hal ini menyebabkan munculnya resiko masalah perilaku merokok, agresif, dan seksual pada remaja (Gunarsa & Yulia, 2004).

B. Perilaku Merokok

1. Pengertian Perilaku Merokok

Walgito (2002) mendefinisikan perilaku atau aktivitas-aktivitas individu dalam pengertian luas, yaitu perilaku yang nampak (*overt behavior*) dan perilaku yang tidak nampak (*inner behavior*) demikian pula aktivitas-aktivitas tersebut disamping motorik juga termasuk aktivitas emosional dan kognitif. Sebagaimana diketahui perilaku atau aktivitas yang ada pada individu atau organisme itu tidak timbul dengan sendirinya, tetapi sebagai akibat dari

stimulus yang diterima oleh organisme yang bersangkutan, baik stimulus eksternal maupun stimulus internal. Lebih lanjut Walgito mengatakan bahwa sebagian besar dari perilaku organisme itu merupakan respons terhadap stimulus eksternal, dengan demikian dapat diartikan bahwa perilaku dalam penelitian ini adalah reaksi individu yang diwujudkan dengan tindakan atau aktivitas terhadap suatu rangsangan tertentu, dalam hal ini rangsangan tersebut adalah rokok.

Menurut Kesowo (2003), rokok adalah hasil olahan tembakau yang terbungkus, sejenis cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rustica* dan sejenisnya, sedangkan menurut Aditama (2006) asap rokok mengandung sekitar 4000 bahan kimia, 43 diantaranya bersifat karsinogen. Pengaruh asap rokok dapat mengakibatkan infeksi pada paru dan telinga serta kanker paru.

Merokok berarti membakar tembakau dan daun tar, dan menghisap asap yang dihasilkannya (Husaini, 2006). Menurut Sari dkk (2003), merokok adalah aktivitas menghisap atau meghirup asap rokok dengan menggunakan pipa atau rokok.

Berdasarkan pendapat beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian perilaku merokok adalah kegiatan menghisap asap tembakau yang telah menjadi cerutu setelah disulut api, yang mengakibatkan ketergantungan bagi orang yang memakainya, atau dapat menyebabkan ketagihan bagi pemakainya karena adanya unsur kimia yang dapat menimbulkan perasaan kesenangan.

2. Dampak Perilaku Merokok

Menurut Wijaya (2011) dampak buruk rokok terhadap kesehatan pertama kali ditemukan pada tahun 1951, sejak itu banyak penelitian yang membuktikannya. Dampak rokok terhadap kesehatan sering disebut sebagai '*silent killer*' karena timbul secara perlahan dan dalam tempo yang relatif lama, tidak langsung dan tidak nampak secara nyata. Kebiasaan merokok merupakan salah satu faktor resiko bagi banyak penyakit tidak menular yang berbahaya. Merokok juga dapat mengurangi separuh usia hidup penggunanya dan 50% dari kematian tersebut terjadi pada usia 30-69 tahun.

Odgen (dalam Nasution, 2007) membagi dampak perilaku merokok menjadi dua, yaitu ;

a. Dampak Positif

Merokok menimbulkan dampak positif yang sangat sedikit bagi kesehatan. Para perokok tersebut menyatakan bahwa merokok dapat menghasilkan mood positif dan dapat membantu individu menghadapi keadaan-keadaan yang sulit. Smet (dalam Nasution, 2007) menyebutkan keuntungan dari merokok (terutama bagi perokok) yaitu dapat mengurangi ketegangan, meningkatkan konsentrasi dan rasanya menyenangkan.

b. Dampak Negatif

Merokok dapat menimbulkan berbagai dampak negatif yang sangat berpengaruh bagi kesehatan. Merokok bukanlah penyebab suatu penyakit, tetapi dapat memicu suatu jenis penyakit yang dapat mengakibatkan kematian. Menurut Sitepoe (2002), berbagai jenis penyakit yang dapat dipicu karena merokok, antara lain : penyakit kardiolovaskular, neoplasma(kanker), saluran

pernafasan, peningkatan tekanan darah, penurunan fertilitas (kesuburan), sakit mag, gangguan pembuluh darah, ambliopia (penglihatan kabur), kulit menjadi kering, pucat dan keriput, serta polusi udara dalam ruangan sehingga terjadi iritasi mata, hidung dan tenggorokkan.

Selain itu, Komalasari & Helmi (2000) juga mengatakan bahwa perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang sangat merugikan, baik untuk dirinya sendiri maupun orang disekelilingnya. Dilihat dari sisi individu yang bersangkutan, ada beberapa riset yang mendukung pernyataan tersebut. Dilihat dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, CO (karbonmonoksida) dan *tar* akan memacu kerja dari susunan syaraf pusat dan susunan syaraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat, menstimulasi kanker dan berbagai penyakit lain seperti penyempitan pembuluh darah, tekanan darah tinggi, jantung, paru-paru dan bronchitis kronis. Bagi ibu hamil, rokok dapat menyebabkan kelahiran premature, berat badan bayi rendah, mortalitas prenatal, kemungkinan lahir dalam keadaan cacat dan mengalami gangguan dalam perkembangan. Sedangkan jika dilihat dari sisi orang disekelilingnya, merokok menimbulkan dampak negatif bagi perokok pasif. Resiko yang ditanggung perokok pasif lebih berbahaya daripada perokok aktif karena daya tahan terhadap zat-zat yang berbahaya sangat rendah.

Berdasarkan pendapat beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok lebih banyak menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan diri perokok sendiri maupun bagi orang disekeliling perokok tersebut. Seorang perokok akan merasakan efek kecanduan nikotin yang terkandung di dalam

rokok tersebut, dimana rokok dapat memuaskan hasrat si perokok. Efek yang terkandung dalam rokok tersebut itulah yang akan merasakan tidak nyaman tanpa adanya rokok.

3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok

Finaliasari (2003) mengatakan bahwa zat yang terkandung dalam rokok itu sangat berbahaya bagi kesehatan tubuh manusia, namun pada kenyataannya banyak individu yang memilih menjadi perokok. Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku merokok dikalangan remaja menurut Mu'tadin (2002) adalah sebagai berikut :

a. Pengaruh Orang Tua

Salah satu temuan tentang remaja perokok adalah bahwa anak-anak muda yang berasal dari rumah tangga yang tidak bahagia, dimana orang tua tidak begitu memperhatikan anak-anaknya dan memberikan hukuman fisik yang keras lebih mudah untuk menjadi perokok dibanding anak-anak muda yang berasal dari lingkungan rumah tangga yang bahagia. Perilaku merokok juga lebih banyak didapati pada remaja yang tinggal dengan satu orang tua (*single parent*). Remaja akan lebih cepat berperilaku sebagai perokok bila ibu merokok daripada ayah yang merokok, hal ini lebih terlihat pada remaja putri.

b. Pengaruh Teman

Berbagai fakta mengungkapkan bahwa semakin banyak remaja merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga dan demikian sebaliknya. Bachri (dalam Mu'tadin, 2002) mengungkapkan bahwa

diantara remaja perokok terdapat 87 % yang mempunyai sekurang-kurangnya satu atau lebih sahabat yang perokok.

c. Faktor Kepribadian

Faktor kepribadian yang membuat individu mencoba untuk merokok adalah karena rasa ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit fisik atau jiwa, dan membebaskan diri dari kebosanan. Namun, satu sifat kepribadian yang bersifat prediktif pada pengguna obat-obatan (termasuk rokok) ialah konformitas sosial. Orang yang memiliki skor tinggi pada berbagai tes konformitas sosial lebih mudah menjadi perokok dibandingkan dengan remaja yang memiliki skor yang rendah.

Menurut Burns (1993) konsep diri merupakan inti pola kepribadian yang akan menentukan perilaku individu dalam menghadapi permasalahan hidupnya. Banyak orang yang merokok untuk mengurangi perasaan negatif, misalnya bila sedang marah, cemas, gelisah, merokok dianggap sebagai penyelamat, dengan kata lain perilaku individu akan sesuai dengan cara individu memandang dirinya sendiri.

d. Pengaruh Iklan

Menurut Juniarti (dalam Mu'tadin, 2002) melihat iklan di media massa dan elektronik yang menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambang kejantanan atau *glamour*, membuat remaja seringkali terpicu untuk mengikuti perilaku seperti yang ada dalam iklan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok antara lain: (a) faktor orang tua, (b) pengaruh teman, (c) faktor kepribadian, dan (d) pengaruh iklan. Faktor-faktor tersebut

sangat berpengaruh terhadap perilaku remaja yang sedang mencari jati dirinya, atau bagi remaja yang berasal dari keluarga yang kurang mendapat perhatian dari orang tuanya. Semakin banyak remaja merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga demikian sebaliknya. Banyak individu yang merokok untuk mengurangi perasaan negatif serta individu yang memiliki skor tinggi pada berbagai tes konformitas sosial lebih mudah menjadi perokok dibandingkan dengan remaja yang memiliki skor rendah. Pengaruh iklan juga membuat remaja seringkali terpicu untuk mengikuti perilaku seperti yang ada dalam iklan tersebut. Banyak alasan pemicu remaja merokok, ada yang karena merasa gagah, ada juga yang karena merasa bebas, dan semata-mata karena ingin saja.

4. Perilaku Merokok Pada Remaja

Sitepoe (2002) mengklasifikasikan perilaku merokok pada remaja menjadi empat tahap. Empat tahapan perilaku merokok pada remaja adalah :

a. Tahap Persiapan

Tahap ini berlangsung pada saat remaja belum pernah merokok. Pada tahap ini, remaja mulai membentuk opini tentang rokok dan perilaku merokok. Hal ini disebabkan karena adanya perkembangan sikap pada remaja, munculnya tujuan mengenai rokok, dan citra perilaku merokok yang diperoleh remaja.

b. Tahap Inisiasi

Tahap ini merupakan tahap coba-coba untuk merokok. Remaja beranggapan bahwa dengan merokok, remaja akan terlihat dewasa, keren, gagah, dan berani.

c. Tahap Menjadi Seorang Perokok

Pada tahap ini, remaja memberikan identitas pada dirinya sebagai seorang perokok. Remaja juga sudah mulai ketergantungan rokok. Burton et, al (1989) menyebutkan, remaja yang menggambarkan dirinya sebagai seorang perokok, besar kemungkinan akan tetap menjadi seorang perokok di masa yang akan datang (Okoli et, al., 2011).

d. Tahap Tetap Menjadi Perokok

Tahap ini dipengaruhi oleh faktor psikologis dan biologis. Faktor psikologis yang mempengaruhi remaja untuk terus merokok adalah : adanya kebiasaan, stres, depresi, kecanduan, menurunkan kecemasan, ketegangan, upaya untuk memiliki teman (Hedman et, al., 2007). Aditama (1997) menyebutkan, faktor biologis yang mempengaruhi remaja untuk tetap menjadi perokok yaitu efek dan level dari nikotin yang dibutuhkan dalam aliran darah (Laily, 2007).

5. Tipe Perilaku Merokok

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Silvan Tomkins (dalam Bambang Trim, 2006) , ada empat tipe perilaku merokok. Keempat tipe tersebut adalah :

1. Tipe perokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif. Artinya dengan merokok akan merasakan penambahan rasa positif yang membuat dirinya tenang dan bahagia. Pada umumnya, ada beberapa alasan dari perokok tipe ini, yaitu :

a. Relaksasi untuk kesenangan, perilaku merokok hanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat. Misalnya, merokok setelah minum kopi atau makan.

- b. Rangsangan untuk meningkatkan kepuasan, perilaku merokok hanya dilakukan sekedarnya untuk menyenangkan perasaan.
 - c. Kesenangan memegang rokok, kenikmatan yang diperoleh dengan memegang rokok. Sangat spesifik pada perokok pipa. Perokok pipa akan menghabiskan waktu untuk mengisi pipa dengan tembakau sedangkan untuk menghisapnya hanya dibutuhkan waktu beberapa menit saja. Atau perokok lebih senang berlama-lama untuk memainkan rokoknya dengan jari-jarinya lama sebelum ia nyalakan dengan api.
2. Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif. Banyak orang yang menggunakan rokok untuk mengurangi perasaan negatif. Misalnya, jika marah, cemas atau gelisah rokok dianggap sebagai penyelamat. Remaja menggunakan rokok jika perasaan tidak enak terjadi sehingga terhindar dari perasaan yang lebih tidak enak.
 3. Perilaku merokok karena kecanduan psikologis (*psychological addiction*), remaja yang sudah kecanduan, akan menambah dosis rokok yang digunakan setiap saat setelah efek dari rokok yang dihisapnya berkurang. Remaja umumnya akan pergi keluar rumah membeli rokok walau tengah malam sekalipun, karena khawatir kalau rokok tidak tersedia setiap saat menginginkannya.
 4. Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan, remaja menggunakan rokok sama sekali bukan karena untuk mengendalikan perasaan saja, tetapi karena benar-benar sudah menjadi kebiasaan rutin. Dapat dikatakan pada orang-orang tipe ini merokok sudah merupakan suatu perilaku yang bersifat otomatis, seringkali tanpa dipikirkan dan tanpa disadari.

6. Aspek-aspek perilaku merokok

Menurut Komalasari dan Helmi (2000) aspek-aspek perilaku merokok terdiri dari :

a. Fungsi merokok dari kehidupan sehari-hari

Adalah seberapa penting atau bermakna aktivitas merokok bagi individu dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya dengan menjadikan rokok sebagai penghibur saat beraktivitas.

b. Intensitas merokok

Adalah seberapa sering individu melakukan aktivitas yang berhubungan dengan perilaku merokok seperti menghisap, merasakan dan menikmatinya. Seseorang yang merokok dalam jumlah yang banyak seperti 24 batang perhari hal itu menunjukkan perilaku merokok sangat tinggi.

c. Tempat merokok

Adalah individu akan melakukan kegiatan merokok dimana saja, bahkan diruangan yang dilarang untuk merokok atau tempat-tempat dimana individu biasa melakukan aktivitas merokoknya seperti sekolah, kampus, mol, toilet dan lain sebagainya.

d. Waktu merokok

Adalah kapan atau momen-momen apa saja individu melakukan aktivitas merokok tidak pandang waktu bisa pagi, siang, sore dan malam hari.

Berdasarkan uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa aspek-aspek perilaku merokok terdiri dari : fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari, intensitas merokok, tempat merokok dan waktu merokok.

C. Konformitas

1. Pengertian Konformitas

Terdapat banyak definisi-definisi tentang konformitas yang di ungkapkan oleh beberapa ahli, dimana mempunyai batasan tersendiri, walaupun pada dasarnya pengertian-pengertian itu tidak bertentangan.

Myres (2005) mengartikan konformitas sebagai : perubahan perilaku ataupun keyakinan agar sama dengan orang lain. Bahkan Asch (dalam Feldman, 1995) mendefinisikan konformitas sebagai perubahan dalam sikap dan perilaku yang dibawa seseorang sebagai hasrat untuk mengikuti kepercayaan atau standar yang ditetapkan orang lain. konformitas juga diartikan sebagai bujukan untuk merasakan tekanan kelompok meskipun tidak ada permintaan langsung untuk tunduk pada kelompok (Deux, Dane & Wrigthsman, 1993).

Feldman (1995) mengatakan bahwa konformitas adalah perubahan perilaku ataupun sikap yang disesuaikan untuk mengikuti keyakinan atau standar kelompok. Selain itu Franzoi (2003) mendefinisikan konformitas sebagai kemampuan mempersepsikan tekanan kelompok dengan jalan meniru perilaku dan keyakinan orang lain yang ada di kelompok tersebut.

Menurut Zebua dan Nurdjayadi (2001) konformitas adalah suatu tuntutan yang tidak tertulis dari kelompok teman sebaya terhadap anggotanya namun memiliki pengaruh yang kuat dan dapat menyebabkan munculnya perilaku tertentu pada individu atau anggota kelompok tersebut.

Berdasarkan pendapat beberapa tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa konformitas adalah kecenderungan individu merubah persepsi, sikap dan

perilakunya untuk menyesuaikan diri terhadap nilai-nilai dan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat atau kelompok, walaupun sebenarnya bertentangan dengan keyakinan yang dimilikinya, dengan harapan dapat diterima secara sosial dan agar terhindar dari celaan kelompok.

2. Ciri-ciri konformitas

Menurut Sears dkk (dalam Levianti, 2008) perilaku individu yang melakukan konformitas menunjukkan ciri-ciri berikut :

a. Kekompakan

Kekompakan dimulai dari rasa ketertarikan individu pada kelompok tertentu, yang mendorongnya untuk terus menjadi anggota kelompok tersebut, antara lain dengan bertemu secara intens dan berperilaku selaras dengan anggota kelompok yang lain.

b. Kesepakatan

Kesepakatan ditunjukkan dengan memiliki pendapat yang sama, baik karena percaya pada kelompok, ataupun karena takut mendapatkan tekanan dari kelompok jika memiliki pendapat yang berbeda.

c. Ketaatan

Ketaatan adalah perilaku patuh mengikuti putusan kelompok, meskipun individu sebenarnya tidak menyetujuinya.

Berdasarkan uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa ciri-ciri konformitas terdiri dari : kekompakan, kesepakatan dan ketaatan.

3. Tipe-tipe konformitas

Worchel dan Cooper (dalam Nindyati dan Indria, 2007) mengategorikan konformitas menjadi dua bentuk yaitu :

- a. *Acceptance*, merupakan bentuk konformitas yang dilakukan individu dengan cara menyamakan sikap, keyakinan pribadi, maupun perilakunya di depan publik dengan norma atau tekanan kelompok.
- b. *Compliance*, merupakan bentuk konformitas yang dilakukan individu dengan cara mengubah perilakunya di depan publik agar sesuai dengan tekanan kelompok, tetapi secara diam-diam tidak mengubah pendapat pribadinya.

Sesuai dengan Worchel dan Cooper, Sarwono (1999) juga mengategorikan dua tipe konformitas yaitu :

- a. *Acceptance* yaitu perilaku konformitas yang disertai perilaku dan kepercayaan yang sesuai dengan tatanan sosial.
- b. *Compliance* yaitu perilaku konformitas yang dilakukan hanya dengan mengubah perilaku luar tanpa terjadi perubahan pola pikir.

Berdasarkan uraian di atas, tipe-tipe konformitas adalah *acceptance* dan *compliance*. Tipe konformitas yang pertama *acceptance* yaitu konformitas yang dilakukan individu dengan cara menyamakan sikap dan kepercayaan agar sesuai dengan norma atau tatanan sosial. Tipe konformitas yang kedua adalah *compliance* yaitu konformitas yang dilakukan individu tetapi hanya mengubah perilakunya saja tanpa mengubah pola pikirnya.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konformitas

Menurut Myers (2005) faktor-faktor yang mempengaruhi individu untuk konform adalah :

a. Group Size

Semakin besar jumlah anggota kelompok, semakin besar pula pengaruhnya terhadap individu.

b. Cohession

Cohession merupakan perasaan yang dimiliki oleh anggota dari kelompok dimana mereka merasa ada ketertarikan dengan kelompok. Myers (2005) menambahkan semakin seseorang memiliki kohesif dengan kelompoknya maka semakin besar pengaruh dari kelompok pada individu tersebut.

c. Status

Dalam sebuah kelompok bila seseorang memiliki status yang tinggi cenderung memiliki pengaruh yang lebih besar, sedangkan orang yang memiliki status rendah cenderung untuk mengikuti pengaruh yang ada.

d. Public Respon

Ketika seseorang diminta untuk menjawab secara langsung pertanyaan di hadapan publik, individu cenderung akan lebih konform daripada individu tersebut diminta untuk menjawab dalam bentuk tulisan.

e. No Prior Comitment

Seseorang yang sudah memutuskan untuk memiliki pendiriannya sendiri, akan cenderung mengubah pendiriannya di saat individu tersebut dipertunjukkan pada adanya aspek tekanan sosial.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi individu untuk konform, yaitu : *group size, cohesion, status, publik respon, no prior comitment.*

5. Dasar Pembentukan Konformitas

Menurut Myers (2005) terdapat dua dasar pembentuk konformitas, yaitu :

- a. Pengaruh normatif. Artinya penyesuaian diri dengan keinginan atau harapan orang lain untuk mendapatkan penerimaan. Myers (2005) menambahkan bahwa dalam pengaruh ini, individu berusaha mematuhi standar norma yang ada di dalam kelompok. Apabila norma ini dilanggar, maka efeknya adalah penolakan ataupun pengasingan oleh kelompok pada individu. Sedangkan menurut Feldman (1995) bahwa pengaruh ini tampak dengan adanya keinginan individu untuk berperilaku sesuai dengan keinginan dari kelompok dan untuk menghindari dari adanya pengalaman penolakan, maupun menghindari sanksi yang akan diterima kelompok pada individu.
- b. Pengaruh informasional. Artinya adanya penyesuaian individu ataupun keinginan individu untuk memiliki pemikiran yang sama sebagai akibat dari adanya pengaruh menerima pendapat maupun asumsi pemikiran kelompok, dan beranggapan bahwa informasi dari kelompok lebih kaya daripada informasi milik pribadi, sehingga individu cenderung untuk konform dalam menyamakan pendapat atau sugesti. Sesuai dengan Feldman (1995) yang menjelaskan bahwa disaat individu konform terhadap kelompoknya, hal ini didasari karena bagi individu, kelompok memiliki informasi yang lebih akurat, sehingga individu cenderung untuk selalu memverifikasi informasi yang dimiliki kelompok.

Selain itu juga agar pendapat individu lebih objektif dan secara moral menghindari perilaku yang tidak diinginkan.

Myers (2005) juga menambahkan bahwa kedua dasar pembentuk konformitas di atas, dalam realitas kehidupan sehari-hari sangat sering terjadi secara bersamaan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa dasar pembentukan konformitas, yaitu : pengaruh normatif dan pengaruh informasional.

6. Konformitas Kelompok Pada Remaja

Dimana seseorang berada akan belajar untuk mampu berinteraksi dengan lingkungannya, termasuk berinteraksi dengan orang lain. bagaimana harus bersikap dengan memperhatikan perasaan orang lain. selama hidup, seseorang akan menjumpai beberapa teman baru dan akan mejadi anggota dari beberapa kelompok sosial yang berbeda-beda. Dalam interaksi tersebut tentu diperlukan penyesuaian diri mengingat bahwa tiap orang diciptakan unik dan berbeda satu dengan yang lainnya. Begitu juga dengan remaja yang berusaha mengenal lingkungannya, dimana mulai belajar menyesuaikan diri dengan teman sebayanya, dengan cara membentuk kelompok yang anggotanya terdiri dari teman seusia serta berusaha mematuhi norma dan nilai-nilai yang telah ditentukan oleh kelompok.

Seperti yang dikatakan oleh Monk, dkk (2001) bahwa remaja dalam perkembangannya mempunyai dorongan untuk memisahkan diri dari orang tua dan lebih mendekatkan diri pada teman-teman sebaya untuk membentuk suatu

hubungan yang erat. Remaja merasa lebih suka berada diantara teman-teman sebayanya daripada diantara orang dewasa dikarenakan nilai-nilai yang berlaku bukanlah nilai yang ditetapkan oleh orang dewasa melainkan oleh teman seusia, dimana remaja merasa bebas, merasa tidak ada aturan-aturan orang dewasa yang mengikatnya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan konformitas kelompok pada remaja adalah penyesuaian diri remaja terhadap kelompok teman sebaya dalam bentuk menyeragamkan diri dan mematuhi norma-norma yang telah ditetapkan oleh kelompok, dengan harapan agar diterima menjadi anggota kelompok.

D. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri merupakan semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain (Stuart & Sudeen, 1998).

Konsep diri adalah semua perasaan, kepercayaan dan nilai yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain (Tarwoto & Wartonah, 2003).

Menurut Potter (2005) konsep diri merupakan kerangka acuan yang mempengaruhi manajemen kita terhadap situasi dan hubungan kita dengan orang lain. Ketidaksesuaian antara aspek tertentu dari kepribadian dan konsep diri dapat menjadi sumber stres atau konflik.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah pandangan, penilaian dan penghayatan seseorang terhadap dirinya sendiri yang terbentuk dari hasil interaksi dengan orang lain dan selanjutnya dapat mempengaruhi dalam berhubungan dengan orang lain.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri

Menurut Burns (1993) konsep diri bukan merupakan faktor yang dibawa sejak lahir melainkan faktor yang dipelajari dan dibentuk dari pengalaman individu dalam berhubungan dengan individu lain. Ada beberapa faktor yang berpengaruh dalam pembentukan konsep diri individu antara lain: a. Usia, pembentukan konsep diri adalah secara bertahap sesuai dengan bertambahnya usia. Pada usia anak, konsep dirinya dipengaruhi oleh lingkungan anak dan keluarganya. Pada masa remaja, konsep dirinya sangat dipengaruhi oleh teman sebaya dan orang yang dipujanya. Sedangkan pada masa dewasa, pembentukan konsep diri banyak dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya; b. Inteligensi, mempengaruhi penyesuaian diri seseorang terhadap lingkungannya, orang lain dan dirinya sendiri. Semakin tinggi taraf inteligensi seseorang maka akan semakin baik pula kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya yang berarti semakin baik pula konsep diri yang dimilikinya; c. Pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin meningkat pula konsep diri yang dimilikinya. Derajat dan tingginya tingkat pendidikan seseorang berkorelasi positif dengan konsep dirinya; d. Kreatifitas, orang yang kreatifitasnya kurang berkembang akan mempunyai perasaan yang kurang terhadap identitas dan individualitasnya, hal ini akan membuat konsep dirinya

menjadi kurang berkembang; e. Citra fisik, penilaian fisik yang positif seseorang baik dari diri sendiri maupun orang lain sangat membantu dalam perkembangan konsep diri kearah yang positif.

3. Karakteristik Konsep Diri

Konsep diri pada individu hampir seluruhnya terbentuk dari penilaian mengenai diri sendiri. Penilaian terhadap diri sendiri didasari oleh nilai-nilai yang diperoleh dari interaksinya dengan orang lain. Menurut Brooks (dalam Rakhmat, 1994) pada proses perkembangan selanjutnya dalam kehidupannya menunjukkan bahwa konsep diri dapat saja berubah menjadi positif atau negatif. a. Konsep diri positif, setiap individu dapat menyadari keadaan dan identitas yang dimilikinya akan tetapi yang lebih penting adalah menyadari seberapa baik dan buruk keadaan yang dimilikinya serta bagaimana ia memberi sikap terhadap keadaan itu. Oleh karena itu individu yang memiliki konsep diri positif ditandai dengan ciri-ciri yaitu :1) Yakin akan kemampuan mengatasi masalah; 2) Merasa setara dengan individu lain; 3) Menerima pujian tanpa rasa malu; 4) Menyadari bahwa setiap orang memiliki berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak seluruhnya diterima masyarakat; 5) Mampu memperbaiki diri karena bisa mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenangi dan berusaha mengubahnya; b. Konsep diri negatif, ada banyak hal yang menyebabkan berkembangnya konsep diri negatif pada diri individu. Menurut Brooks (dalam Rakhmat, 1994) terdapat lima ciri-ciri orang yang memiliki konsep diri negatif yaitu: 1) Peka terhadap dialog terbuka serta bersikeras mempertahankan pendapatnya dengan logika yang salah; 2)

Responsif sekali terhadap pujian dan selalu mengeluh, mencela dan meremehkan apapun dan siapapun; 3) Bersikap hiperkritis; 4) Cenderung tidak disenangi dan diperhatikan orang lain; 5) Bersikap pesimis, individu yang memiliki konsep diri yang negatif akan mengalami hambatan dalam interaksi sosialnya dengan lingkungan sekitar. Apabila konsep diri yang negatif ini dipertahankan dan terus berkembang maka mereka cenderung menguatkan konsep perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan ciri-ciri yang telah disebutkan di atas maka dapat dikatakan bahwa individu dengan kualitas konsep diri yang positif akan mampu menerima dirinya apa adanya, mempunyai harapan yang realitas sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya, mempunyai rasa percaya diri yang cukup tinggi karena merasa setara dengan orang lain, sedangkan individu dengan konsep diri yang negatif yaitu peka terhadap kritik, responsif terhadap pujian, tidak sanggup mengungkapkannya kelebihan orang lain, cenderung merasa tidak disenangi orang lain dan selalu pesimis.

E. Hubungan Antara Konformitas Dan Konsep Diri Dengan Perilaku

Merokok Pada Remaja

Hurlock (1999), menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, di mulai saat anak secara seksual matang dan berakhir saat mencapai usia matang secara hukum. Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya. Tetapi peralihan merupakan perpindahan dari satu tahap

perkembangan ke tahap perkembangan berikutnya, dengan demikian dapat diartikan bahwa apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekas pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang, serta mempengaruhi pola perilaku dan sikap yang baru pada tahap berikutnya (Havighurst dalam Hurlock, 1999).

Dalam perkembangannya remaja mempunyai dorongan untuk memisahkan diri dari orang tua dan lebih mendekati diri pada teman-teman sebaya untuk membentuk suatu hubungan yang erat (Monk dkk, 2001). Remaja merasa lebih suka berada diantara teman-teman sebayanya daripada diantara orang dewasa dikarenakan nilai-nilai yang berlaku bukanlah nilai yang ditetapkan oleh orang dewasa melainkan oleh teman seusia, dimana remaja merasa bebas, merasa tidak ada aturan-aturan orang dewasa yang mengikatnya. Hal tersebut terjadi karena remaja menganggap orang dewasa kurang mengerti dan memahami keinginan mereka. Oleh karena itu remaja mencari dukungan dari teman-teman sebayanya. Perubahan perilaku ataupun sikap yang disesuaikan untuk mengikuti keyakinan atau standar kelompok adalah konformitas (Feldman, 1995). Konformitas juga diartikan sebagai bujukan untuk merasakan tekanan kelompok meskipun tidak ada permintaan langsung untuk tunduk pada kelompok (Deux, Dane & Wrigthsman, 1993).

Remaja harus memiliki kemampuan membedakan mana yang baik dan mana yang tidak baik, serta dapat mengambil keputusan yang tepat (Gunarsa & Yulia, 2004). Seringkali remaja memberikan identitas pada dirinya seperti pada tokoh yang remaja kagumi. Tokoh tersebut merupakan model bagi remaja yang patut untuk dicontoh, baik karena tingkah laku maupun kepribadiannya.

Permasalahannya saat ini, banyak remaja yang mengidolakan tokoh yang seringkali menonjolkan kekerasan dan perilaku tidak sehat, seperti merokok, pornografi, maupun pornoaksi. Hal ini menyebabkan munculnya resiko masalah perilaku merokok, agresif, dan seksual pada remaja (Gunarsa & Yulia, 2004). Permasalahan ini dapat menimbulkan masalah pada konsep diri dan berisiko terjadinya perilaku yang membahayakan kesehatan, seperti merokok. Hal ini dilakukan untuk menghilangkan perasaan negatif yang remaja rasakan. Kecenderungan remaja untuk merokok merupakan indikasi bahwa remaja kurang percaya diri dan rendah diri. Konsep diri merupakan semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain (Stuart & Sudeen, 1998).

Perilaku merokok pada remaja tergolong perilaku yang tidak baik, karena dapat memicu berbagai penyakit yang disebabkan oleh asap rokok. Perilaku merokok berarti membakar tembakau dan daun tar, dan menghisap asap yang dihasilkannya (Husaini, 2006). Menurut Sari dkk (2003), merokok adalah aktivitas menghisap atau meghirup asap rokok dengan menggunakan pipa atau rokok. Perilaku merokok pada remaja dapat disebabkan karena adanya keinginan untuk konform dengan teman sebaya. Menurut Mu'tadin (2002) faktor kepribadian yang membuat individu mencoba untuk merokok adalah karena rasa ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit fisik atau jiwa, dan membebaskan diri dari kebosanan. Namun, satu sifat kepribadian yang bersifat prediktif pada pengguna obat-obatan (termasuk rokok) ialah konformitas sosial. Orang yang memiliki skor tinggi pada berbagai tes

konformitas sosial lebih mudah mejadi perokok dibandingkan dengan mereka yang memiliki skor yang rendah.

Banyak alasan pemicu remaja merokok, ada yang karena merasa gagah, ada juga yang karena merasa bebas, dan semata-mata karena ingin saja. Menurut Burns (1993) konsep diri merupakan inti pola kepribadian yang akan menentukan perilaku individu dalam menghadapi permasalahan hidupnya. Banyak orang yang merokok untuk mengurangi perasaan negatif, misalnya bila sedang marah, cemas, gelisah, merokok dianggap sebagai penyelamat, dengan kata lain perilaku individu akan sesuai dengan cara individu memandang dirinya sendiri.

Berdasarkan uraian di atas terlihat adanya suatu keterkaitan antara konformitas dan konsep diri dengan perilaku merokok pada remaja. Seorang remaja yang memiliki konsep diri bagus akan mampu menahan diri untuk merokok dan tidak akan mudah terpengaruh dalam situasi sosial. Sementara itu, perilaku merokok juga tidak terlepas dari pengaruh kelompok. Akibat ingin diterima dan diakui oleh kelompok teman-teman sebayanya remaja merokok dengan kelompoknya tanpa memikirkan akibat yang ditimbulkan dari merokok.

F. Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas dan teori yang sudah dijelaskan, peneliti merumuskan hipotesis :

1. Ada hubungan antara konformitas dan konsep diri dengan perilaku merokok pada remaja.

2. Ada hubungan positif antara konformitas dengan perilaku merokok pada remaja Artinya semakin tinggi konformitas, maka semakin tinggi perilaku merokok pada remaja, begitu juga sebaliknya semakin rendah konformitas, maka semakin rendah perilaku merokok pada remaja.

3. Ada hubungan negatif antara konsep diri dengan perilaku merokok pada remaja Artinya semakin negatif konsep diri, maka semakin tinggi perilaku merokok pada remaja, begitu juga sebaliknya semakin positif konsep diri, maka semakin rendah perilaku merokok pada remaja.