

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Konsep Remaja

##### 2.1.1 Pengertian Remaja

Menurut Perry Potter (2005) remaja atau *adolesens* adalah periode perkembangan dimana individu mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Remaja yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Bangsa primitif dan orang-orang purbakala memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode lain dalam rentang kehidupan. Anak dianggap sudah dewasa apabila mampu melakukan reproduksi. Perkembangan lebih lanjut, istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 2012). Pandangan ini didukung oleh Piaget yang mengatakan bahwa secara psikologis, Remaja adalah suatu usia di mana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia di mana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar.

Sebenarnya remaja tidak mempunyai tempat yang jelas. Mereka sudah tidak termasuk golongan anak-anak, tetapi juga belum dapat diterima secara penuh untuk masuk golongan orang dewasa. Posisi remaja berada di antara anak-anak dan orang dewasa. Oleh karena itu, masa remaja sering

kali disebut dengan fase “mencari jati diri” atau fase “topan dan badai”. Namun, yang perlu ditekankan disini ialah bahwa remaja merupakan fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi, maupun fisik (Moh. Ali & Asrori, 2015).

### 2.1.2 Karakteristik Umum Perkembangan Remaja

Masa remaja sering kali dikenal dengan masa mencari jati diri, oleh Erickson disebut dengan identitas ego (*ego identity*). Ini terjadi karena masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa. Ditinjau dari segi fisik, mereka sudah bukan anak-anak lagi, tetapi jika diperlakukan seperti orang dewasa, ternyata mereka belum bisa menunjukkan sikap yang dewasa. Oleh karena itu, ada beberapa karakteristik sikap yang sering ditunjukkan oleh remaja yaitu : (Moh. Ali & Asrori, 2015)

#### 1. Kegelisahan

Sesuai dengan fase perkembangannya, remaja mempunyai banyak idealisme, angan-angan, atau keinginan yang hendak diwujudkan di masa depan. Namun, sesungguhnya remaja belum memiliki banyak kemampuan yang memadai untuk mewujudkan semua itu. Seringkali angan-angan dan keinginannya jauh lebih besar dibandingkan dengan kemampuannya. Tarik-menarik antara angan-angan yang tinggi dengan kemampuannya yang masih belum memadai mengakibatkan mereka diliputi perasaan gelisah.

## 2. Pertentangan

Sebagai individu yang sedang mencari jati diri, remaja berada pada situasi psikologis antara ingin melepaskan diri dari orang tua dan perasaan masih belum mampu untuk mandiri. Oleh karena itu, pada umumnya remaja sering mengalami kebingungan karena sering terjadi pertentangan pendapat antara mereka dengan orang tua. Pertentangan yang sering terjadi itu menimbulkan keinginan remaja untuk melepaskan diri dari orang tua kemudian ditentangnya sendiri karena dalam diri remaja ada keinginan untuk memperoleh rasa aman. Akibatnya, pertentangan yang sering terjadi itu akan menimbulkan kebingungan dalam diri remaja itu sendiri maupun pada orang lain.

## 3. Mengkhayal

Keinginan untuk menjelajah dan bertualang tidak semuanya tersalurkan. Biasanya hambatannya dari segi keungan atau biaya. Sebab, menjelajah lingkungan sekitar yang luas akan membutuhkan biaya yang banyak, padahal kebanyakan remaja hanya memperoleh uang dari pemberian orang tuanya. Akibatnya mereka lalu mengkhayal, mencari kepuasan, bahkan menyalurkan khayalannya melalui dunia fantasi. Khayalan remaja putra biasanya berkisar pada prestasi dan jenjang karier, sedang remaja putri lebih mengkhayalkan romantika hidup. Khayalan ini tidak selamanya bersifat negatif. Sebab khayalan ini kadang-kadang menghasilkan sesuatu yang bersifat konstruktif, misalnya timbul ide-ide tertentu yang dapat direalisasikan.

#### 4. Aktivitas berkelompok

Berbagai macam keinginan para remaja seringkali tidak dapat terpenuhi karena bermacam-macam kendala, dan yang sering terjadi adalah tidak tersedianya biaya. Adanya bermacam-macam larangan dari orang tua seringkali melemahkan atau bahkan mematahkan semangat para remaja. Kebanyakan remaja menemukan jalan keluar dari kesulitannya setelah mereka berkumpul dengan rekan sebaya untuk melakukan kegiatan bersama. Mereka melakukan suatu kegiatan secara berkelompok sehingga berbagai kendala dapat diatasi bersama (Singgih DS, 1980 dalam Ali & Asrori, 2015)

#### 5. Keinginan mencoba segala sesuatu

Pada umumnya remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (*high curiosity*). Karena didorong oleh rasa ingin tahu yang tinggi, remaja cenderung ingin bertualang, menjelajah, dan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya. Selain itu, didorong juga oleh keinginan seperti orang dewasa menyebabkan remaja ingin mencoba melakukan apa yang sering dilakukan oleh orang dewasa. Akibatnya tidak jarang secara sembunyi-sembunyi, remaja pria mencoba merokok karena sering melihat orang dewasa melakukannya. Oleh karena itu, yang amat penting bagi remaja adalah memberikan bimbingan agar rasa ingin tahunya yang tinggi dapat terarah kepada kegiatan-kegiatan yang positif, kreatif, dan produktif. Jika keinginan semacam itu mendapat bimbingan dan penyaluran yang baik, akan menghasilkan kreativitas remaja yang sangat bermanfaat. Jika tidak, dikhawatirkan dapat

menjurus kepada kegiatan atau perilaku negative, misalnya mencoba narkoba, minum-minuman keras, penyalahgunaan obat, atau perilaku seks pranikah yang berakibat terjadinya kehamilan (Soerjono Soekanto,1989 dalam Ali & Asrori, 2015).

Selain karakteristik sikap yang biasa ditunjukkan oleh remaja, tumbuh kembang remaja juga mempunyai beberapa tahap. Marcel AV 2007 dalam Soetjiningsih & Gde Ranuh 2013 mengemukakan bahwa tumbuh kembang remaja dibagi menjadi tiga menurut tahapannya, yaitu :

- a. Remaja awal 10-13 tahun (*early puberty*)
- b. Remaja pertengahan 14-17 tahun (*middle puberty*)
- c. Remaja akhir 17-20 tahun (*late puberty*)

**Tabel 2.1:** Tumbuh kembang pada masa remaja awal, pertengahan, dan akhir.

Variabel	Remaja awal	Remaja pertengahan	Remaja akhir
Usia (tahun)	10 – 13 tahun	14 – 17 tahun	17 – 20 tahun/lebih
Tingkat maturitas kelamin (TMK)	1 - 2	3 – 5	5
Somatik	Karakteristik seks (mulai sejak pertumbuhan payudara pada anak perempuan dan pertumbuhan testis pada anak laki-laki) awal pertumbuhan cepat, penampilan yang canggung	Tinggi badan puncak, bentuk tubuh dan perubahan komposisi, jerawat dan bau badan, <i>menarche/spermache</i>	Matang secara fisik, pertumbuhan lebih lambat pada laki-laki dilanjutkan masa otot dan pertumbuhan rambut di seluruh tubuh
Kognitif dan Moral	Jalan pikiran konkret, tidak mampu melihat akibat jangka panjang dari suatu keputusan yang dibuat sekarang,	Berpikir abstrak (jalan pikiran formal), dapat melihat implikasi ke depan, tapi tidak bisa mengambil keputusan,	Orientasi masa depan dengan pandangan perspektif, idealisme, absolutism, dapat

	moralitas yang konvensional	banyak bertanya	berpikir secara bebas
Konsep diri (formasi identitas)	Asyik dengan perubahan tubuh, kesadaran diri akan penampilan dan daya tarik, khayalan dan orientasi masa kini	Perhatian dengan penampilan yang atraktif, " <i>stereotypical adolescent</i> "	Lebih stabil terhadap body image, penampilan yang menarik masih menjadi pemikiran, <i>emancipation complete</i> , identitas lebih kuat
Keluarga	Peningkatan akan privasi, peningkatan keinginan akan kebiasaan	Konflik seputar control dan kebebasan, berjuang untuk mendapatkan autonomi yang lebih besar	Pemisahan emosional dan fisik dari keluarga, peningkatan ekonomi
Teman sebaya	Mencari teman sebaya yang berjenis kelamin sama untuk mengatasi ketidakstabilan	intens terhadap keterlibatan teman sebaya, preokupasi dengan budaya kelompok sebaya, lingkungan sekitar menyediakan contoh perilaku	Berkurangnya kepentingan kelompok sebaya dan nilainya, keintiman/komitmen didahulukan
Seksual	Peningkatan ketertarikan pada anatomi seksual, kecemasan dan pertanyaan mengenai perubahan alat kelamin dan ukurannya, kewanitaan dan keintiman yang terbatas	Uji kemampuan untuk menarik lawan jenis, permulaan hubungan dan aktivitas seksual, pertanyaan mengenai orientasi seksual	Konsolidasi identitas social, fokus pada keintiman dan pembentukan hubungan yang stabil
Hubungan dengan lingkungan	Penyesuaian sekolah tingkat menengah	Pengukuran kemampuan dan kesempatan	Keputusan karir (contoh: kuliah, bekerja)

Sumber: Marcell AV. Adolescence. *Nelson Textbook of Pediatrics*, Edisi ke-18. 2007. (yang dikutip dalam Soetjiningsih & Gde Ranuh. *Tumbuh Kembang Anak*, Edisi ke-2. 2013)

### 2.1.3 Ciri-Ciri Masa Remaja

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Memasuki masa remaja yang diawali dengan terjadinya kematangan seksual, maka remaja akan dihadapkan pada keadaan yang

memerlukan penyesuaian untuk dapat menerima perubahan-perubahan yang terjadi. Menurut Hurlock (dalam Hartati, 2013) menjelaskan bahwa cirri-ciri masa remaja antara lain :

1. Masa remaja sebagai periode yang penting

Disebut sebagai periode yang penting karena pada masa ini remaja banyak mengalami perubahan. Pada awal masa remaja biasanya terjadi perkembangan fisik yang cepat yang disertai dengan perkembangan mental yang pesat. Semua perkembangan itu memerlukan penyesuaian dan pembentukan sikap, nilai dan minat yang baru.

2. Masa remaja sebagai periode transisi

Transisi atau peralihan merupakan suatu proses perubahan yang terjadi pada masa remaja. Peralihan bukan berarti berubah atau terputus dengan apa yang telah terjadi sebelumnya. Peralihan merupakan perpindahan dari satu tahap perkembangan ke tahap selanjutnya. Dengan demikian dapat diartikan bahwa apa yang telah terjadi pada tahap sebelumnya akan terus mempengaruhi perilaku dan pola sikap pada tahap sekarang serta tahap yang akan datang.

3. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan fisik pada masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku. Perubahan fisik yang terjadi secara pesat juga diikuti dengan perubahan perilaku dan sikap yang berkembang dengan cepat. Sebaliknya, jika perubahan fisik menurun, perubahan sikap dan perilaku juga ikut menurun.

#### 4. Masa remaja sebagai masa bermasalah

Masa remaja ialah masa yang sangat rentan mendapatkan masalah. Biasanya pada masa ini remaja sangat sulit untuk mengatasi masalahnya. Ada dua hal yang menyebabkan hal ini terjadi, yaitu :

- a. Saat mereka masih kanak-kanak, sebagian besar masalah diselesaikan oleh orang tua atau para guru disekolahnya sehingga menyebabkan remaja tidak mempunyai pengalaman untuk menyelesaikan masalahnya.
- b. Para remaja menolak bantuan dari orang tua dan guru karena mereka merasa mandiri dan ingin menyelesaikan masalahnya sendiri.

#### 5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pada tahap awal remaja, penyesuaian diri pada kelompok menjadi sangat penting. Namun lambat laun remaja menginginkan identitas dirinya sendiri dalam segala hal yang berbeda dengan orang lain.

#### 6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Banyak yang beranggapan bahwa masa remaja adalah masa-masa yang sangat berharga, tetapi sangat disayangkan banyak yang menyalahgunakan masa remaja ini untuk melakukan hal-hal yang negatif.

#### 7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistic

Pada masa ini remaja melihat dirinya sendiri dan orang lain seperti apa yang dia inginkan, bukan sebagaimana adanya apalagi dalam hal cita-cita. Ini menyebabkan pada awal masa remaja menjadi lebih



emosional dan sensitif. Semakin tidak realistis cita-cita seorang remaja tersebut dia akan semakin menjadi pemaarah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila ada orang lain yang mengecewakannya dan apa yang telah ditetapkan sesuai keinginannya tidak berhasil.

#### 8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Dekatnya masa remaja dengan usia kedewasaan sering membuat para remaja takut dan gelisah untuk meninggalkan imej kekanak-kanakan yang sudah melekat dalam dirinya selama belasan tahun. Mereka mulai melakukan perilaku-perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa seperti perilaku merokok, minum alkohol, menggunakan obat-obatan, bahkan sampai melakukan perilaku seks. Mereka beranggapan bahwa perilaku-perilaku tersebut akan memberi pandangan orang lain sesuai dengan apa yang mereka inginkan.

#### 2.1.4 Tugas-Tugas Perkembangan Masa Remaja

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Havighurst (dalam Moh. Ali & Asrori, 2015) mendefinisikan tugas perkembangan adalah tugas yang muncul pada saat atau sekitar suatu periode tertentu dari kehidupan individu yang jika berhasil akan menimbulkan fase bahagia dan membawa ke arah keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya. Akan tetapi, jika gagal akan menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas berikutnya. Adapun tugas perkembangan yang harus diselesaikan dengan baik oleh remaja, yaitu :

1. Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita

Hakikat tugas : mempelajari peran anak perempuan sebagai wanita dan anak laki-laki sebagai pria, menjadi dewasa di antara orang dewasa, dan belajar memimpin tanpa menekan orang lain.

2. Mencapai peran social pria dan wanita

Hakikat tugas : mempelajari peran sosial sesuai dengan jenis kelaminnya sebagai pria atau wanita.

3. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan secara efektif

Hakikat tugas : menjadi bangga atau sekurang-kurangnya toleran dengan kondisi fisiknya sendiri, menjaga dan melindungi, serta menggunakannya secara efektif.

4. Mencari kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya

Hakikat tugas : membebaskan sifat kekanak-kanakan yang selalu menggantungkan diri pada orang tua, mengembangkan sikap perasaan tertentu kepada orang tua tanpa menggantungkan diri padanya, dan mengembangkan sikap hormat kepada orang dewasa tanpa menggantungkan diri padanya.

5. Mencapai jaminan kebebasan ekonomis

Hakikat tugas : merasakan kemampuan membangun kehidupan sendiri.

6. Memilih dan menyiapkan lapangan pekerjaan

Hakikat tugas : memilih pekerjaan yang memerlukan kemampuan serta mempersiapkan pekerjaan.

7. Persiapan untuk memasuki kehidupan berkeluarga

Hakikat tugas : mengembangkan sikap yang positif terhadap kehidupan berkeluarga. Khusus untuk remaja putri termasuk di dalamnya kesiapan untuk mempunyai anak.

8. Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep yang penting untuk kompetensi kewarganegaraan

Hakikat tugas : mengembangkan konsep tentang hukum, politik, ekonomi, dan kemasyarakatan.

9. Mencapai dan mengharapkan tingkah laku sosial yang bertanggung jawab

Hakikat tugas : berpartisipasi sebagai orang dewasa yang bertanggung jawab dalam kehidupan masyarakat dan mampu menjunjung nilai-nilai masyarakat dalam bertingkah laku.

10. Memperoleh suatu himpunan nilai-nilai dan system etika sebagai pedoman tingkah laku

Hakikat tugas : membentuk suatu himpunan nilai-nilai sehingga memungkinkan remaja mengembangkan dan merealisasikan nilai-nilai, mendefinisikan posisi individu dalam hubungannya dengan individu lain, dan memegang suatu gambaran dunia dan suatu nilai untuk kepentingan hubungan dengan individu lain.

### 2.1.5 Resiko Kesehatan Remaja

Sebagian besar morbiditas dan mortalitas remaja disebabkan oleh keadaan yang bisa dicegah dan berhubungan dengan masalah perilaku, lingkungan, dan social. Perilaku kurang baik yang sudah ada

sejak masa remaja dapat terus dibawa sampai dewasa, sehingga dapat menghabiskan banyak biaya dan bahkan menyebabkan kematian dini. Secara garis besar, resiko kesehatan padaremaja meliputi : (Soetjningsih & Gde Ranuh, 2013)

1. Resiko biomedik (*biomedical risk*)

Riwayat imunisasi, riwayat kesehatan keluarga, suhu badan, tinggi badan, kolesterol dan tekanan darah.

2. Resiko fisik (*physical risk*)

Kebugaran, kebiasaan makan, body image (penampilan), resiko trauma yang tidak disengaja/kecelakaan, trauma terkait dengan kekerasan/kenakalan remaja.

3. Resiko psikososial (*psychosocial risks*)

Hal-hal yang terkait dengan sekolah/masalah belajar, hubungan antar teman, depresi/bunuh diri, perlakuan salah (*physical, sexual, emotional abuse*).

4. Resiko penggunaan zat-zat terlarang (*substance use*)

Rokok, alkohol, obat-obat terlarang, penyalahgunaan resep dokter dan penggunaan obat bebas (OTC) yang melebihi dosis.

5. Perilaku seksual (*sexual behavior*)

Ditanyakan sesuatu yang terkait dengan hubungan seksual. Bila jawabannya membenarkan, perlu ditanyakan tentang IMS (infeksi menular seksual), orientasi seksual, penggunaan kontrasepsi, riwayat kehamilan, dan jumlah pasangan.

### 2.1.6 Masalah Yang Terjadi Pada Remaja dan Pencegahannya

Masa remaja merupakan masa peralihan. Pada masa itu remaja mengalami berbagai perubahan yaitu perubahan fisik dan psikis (Afif, 2016). Perubahan yang tampak paling jelas yaitu perubahan fisik, dimana remaja mengalami proses awal kematangan organ reproduksi yang biasa disebut masa pubertas. Sedangkan pada perubahan psikis remaja terjadi perkembangan psikososial yaitu masa pencarian jati diri, dimana remaja sangat senang mencoba-coba hal baru yang unik baik yang akan berdampak baik atau buruk bagi dirinya sendiri maupun orang lain. Sehingga pada masa ini remaja sangat rentan terjerumus atau terkena berbagai macam masalah. Adapun masalah-masalah yang sering terjadi pada remaja menurut Santrock, 2007 (dalam Hartati, 2013) yaitu :

1. Penggunaan obat terlarang, alkohol, dan rokok

Penyalahgunaan zat atau obat-obatan seperti alkohol, tembakau, marijuana, heroin, morfin dan lain sebagainya di kalangan remaja harus mendapat perhatian yang serius mengingat luasnya penggunaan zat atau obat-obatan tersebut banyak dikaitkan dengan kebudayaan setempat maupun akibat pergaulan hidup sehari-hari. Dalam beberapa situasi remaja menganggap dengan merokok atau minum-minuman keras dapat mengurangi stress, rasa takut, dan dapat merasakan perasaan rileks, tenang, bahkan gembira saat mengkonsumsinya. Namun hal tersebut dapat menimbulkan dampak yang sangat merugikan bagi pengguna maupun orang lain. Dampak-dampak yang dapat muncul akibat penyalahgunaan zat atau obat tersebut meliputi

gangguan fisik, psikologis, ekonomis, hukum maupun sosial, maka sangat diperlukan penanganan secara komprehensif.

## 2. Kenakalan remaja

Kenakalan remaja merupakan bentuk dari konflik-konflik yang tidak terselesaikan pada tahap sebelumnya, baik pada saat remaja gagal saat menyelesaikan tugas perkembangannya maupun pada saat kanak-kanak. Hal ini dapat mengarah pada perilaku yang tidak dapat diterima dalam norma sosial, pelanggaran, hingga tindakan kriminal.

## 3. Gangguan depresi dan bunuh diri

Depresi dalam penggunaan istilah sehari-hari biasanya dikaitkan dengan perasaan sedih, murung, putus asa, merana dan tidak bahagia. Sedangkan bunuh diri adalah istilah yang digunakan ketika anak atau orang dewasa bermaksud sebagian atau seluruhnya membuat dirinya mati dengan perbuatannya sendiri (Soetjningsih, 2007). Pada masa remaja gejala-gejala depresi dapat dilihat dari berbagai cara seperti remaja yang senang mendengarkan lagu-lagu galau, senang menceritakan masalahnya di media sosial, atau menulis kata-kata yang mengerikan. Selain itu gangguan pola tidur yang dialami remaja juga merupakan salah satu gejala dari depresi. Remaja yang mengalami depresi biasanya senang melamun, menyendiri bahkan enggan untuk melanjutkan hidupnya, sehingga biasanya jika tidak diawasi akan timbul ide-ide gila yang dapat berakibat fatal bagi remaja maupun orang lain misalnya seperti bunuh diri dan lain sebagainya.

Menurut Santrock (2007) stereotip negatif mengenai remaja

merupakan gejala yang umum dijumpai disepanjang sejarah. Disampaikan juga oleh Kartini Kartono (2008, dalam Dewi 2012) kenakalan remaja adalah perilaku jahat (dursila) atau kejahatan/kenakalan anak-anak muda : merupakan sakit (patologis) secara sosial pada anak-anak dan remaja yang disebabkan oleh satu bentuk pengabaian sosial, sehingga mereka itu mengembangkan bentuk tingkah laku yang menyimpang. Hal ini dapat menimbulkan kerugian materiil dan kesengsaraan batin bagi remaja itu sendiri sebagai pelaku maupun bagi para korbannya. Oleh karena itu diperlukan pencegahan untuk mengatasi kenakalan remaja tersebut. Dalam hal ini Kartini Kartono membagi menjadi dua tindakan pencegahan, yaitu :

1. *Tindakan Preventif* yaitu tindakan yang dilakukan sebelum terjadinya penyimpangan sosial agar suatu tindak pelanggaran dapat diredam atau dicegah. Tindakan preventif yang dilakukan antara lain :
  - a. Meningkatkan kesejahteraan keluarga
  - b. Mendirikan klinik bimbingan psikologis/edukatif untuk memperbaiki tingkah laku dan membantu remaja dari kesulitan mereka.
  - c. Mendirikan tempat latihan untuk menyalurkan kreativitas para remaja, misalnya berupa latihan hidup bermasyarakat, latihan persiapan untuk bertransmigrasi dan lain-lain.
  - d. Menyusun undang-undang khusus untuk pelanggaran dan kejahatan yang dilakukan oleh anak dan remaja.

- e. Mengadakan rumah tahanan khusus untuk anak dan remaja.
2. *Tindakan Kuratif* yaitu tindakan yang diambil setelah terjadinya penyimpangan sosial. Tindakan ini dilakukan agar para pelaku penyimpangan dapat menyadari kesalahannya dan mau memperbaiki kehidupannya. Tindakan-tindakan tersebut antara lain:

- a. Melakukan perubahan lingkungan dan memberikan fasilitas yang diperlukan bagi perkembangan jasmani dan rohani yang sehat bagi remaja.
- b. Memindahkan anak-anak nakal ke sekolah yang lebih baik atau ke tengah lingkungan sosial yang baik.
- c. Memberikan latihan bagi para remaja untuk hidup teratur, tertib, dan disiplin.
- d. Memanfaatkan waktu senggang untuk membiasakan diri bekerja, belajar, dan melakukan rekreasi sehat dengan disiplin tinggi.
- e. Menggiatkan organisasi remaja dengan program-program latihan untuk mempersiapkan anak remaja hidup di tengah masyarakat.

## 2.2 Merokok Pada Remaja

Merokok merupakan kebiasaan buruk remaja yang sulit dihindari. Merokok juga dapat memberikan kenikmatan bagi si perokok, namun di lain pihak juga dapat menimbulkan dampak buruk baik bagi si perokok maupun orang-orang disekitarnya. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kondisi remaja tersebut diantaranya adalah masa



perkembangan remaja yang sedang mencari identitas diri dan selalu ingin mencoba hal baru (Peterson, 2003; Tarwoto dkk, 2010). Namun secara tidak langsung perilaku merokok yang dilakukan remaja ini juga mereka peroleh dari masyarakat sekitar. Faktor lingkungan, keluarga dan masyarakat sangat berpengaruh dalam masa perkembangan remaja. Orang tua juga menjadi panutan dalam memberikan contoh bagi anak-anaknya (Riska, 2015).

Menurut Silvan Tomkins berdasarkan Management of Affect Theory, ada empat tipe perilaku merokok, yaitu : (Tim Penulis Depkes Jakarta I, 2010)

1. Tipe perokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif

Mereka berpendapat bahwa dengan merokok mereka akan mendapatkan perasaan yang positif. Menurut Green yang dikutip dari Psychological factor in smoking (Tim Penulis Depkes Jakarta I, 2010) menambahkan 3 sub tipe berikut ini :

- a. *Pleasure relaxation*, yaitu perilaku merokok yang hanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat, misalnya merokok setelah minum kopi atau makan.
- b. *Stimulation to pick them up*, yaitu perilaku merokok yang hanya dilakukan sekedar untuk menyenangkan perasaan.
- c. *Pleasure of handling the cigarette*, yaitu kenikmatan yang diperoleh dengan memegang rokok. Hal ini sangat spesifik pada perokok pipa. Perokok pipa akan menghabiskan waktu

untuk mengisi pipa dengan tembakau sedangkan untuk menghisapnya hanya dibutuhkan waktu beberapa menit saja.

2. Tipe perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif.

Kebanyakan orang menggunakan rokok untuk mengurangi perasaan negatif, misalnya saat marah, cemas, ataupun gelisah. Rokok dianggap sebagai penyelamat.

3. Tipe perilaku merokok yang adiktif

Green menyebutnya sebagai kecanduan secara psikologi (*psychological addiction*). Bagi yang kecanduan mereka cenderung akan menambah dosis rokok yang digunakan setiap saat setelah efek dari rokok yang dihisapnya berkurang atau habis. Pada umumnya mereka akan tetap pergi keluar rumah untuk membeli rokok meskipun tengah malam, karena khawatir tidak tersedia saat mereka menginginkan rokok.

4. Tipe perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan

Pada tipe ini mereka menggunakan rokok sama sekali bukan karena untuk mengendalikan perasaan mereka, tetapi karena benar-benar sudah menjadi kebiasaan rutin yang mereka lakukan setiap saat. Dapat dikatakan merokok sudah menjadi perilaku yang bersifat otomatis, sering kali tanpa dipikirkan dan disadari mereka menghidupkan lagi dan lagi jika rokok sebelumnya sudah habis.

Selain itu perokok juga dapat diklasifikasikan berdasarkan tempat mereka merokok. Menurut Mu'tadin berdasarkan tempat-tempat yang biasa digunakan oleh seseorang untuk merokok digolongkan sebagai

berikut : (Tim Penulis Depkes Jakarta I, 2010)

1. Merokok di tempat-tempat umum/ruang public

a. Kelompok homogen (sama-sama perokok)

Mereka menikmati kebiasaan merokok secara bergerombol.

Umumnya mereka masih menghargai orang lain yang tidak merokok. Karena itu biasanya mereka menempatkan diri di area merokok (*smoking area*).

b. Kelompok heterogen

Kelompok ini biasanya merokok di antara orang lain yang tidak merokok seperti anakkecil, lansia, orang sakit, dan lain-lain. Mereka yang berani merokok di tempat tersebut tergolong sebagai orang yang tidak berperasaan, tidak mempunyai tata karma, bertindak kurang terpuji dan kurang sopan dan secara tidak langsung mereka juga menyebarkan “racun” dari rokok itu kepada orang lain yang tidak bersalah.

2. Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi

a. Di kantor atau di kamar tidur pribadi

Mereka yang memilih tempat-tempat seperti ini untuk merokok digolongkan sebagai individu yang kebersihan diri serta penuh dengan rasa gelisah yang mencekam.

b. Di toilet

Perokok jenis ini dapat digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi.

Kemudian pendapat Perwitasari (yang di kutip dalam Frihartine, 2013) mengatakan bahwa setiap orang mempunyai tingkatan merokok yang berbeda-beda. Hal itu dapat diukur dari banyak rokok yang dihisap dan lama orang itu merokok. Seseorang dikatakan sebagai perokok jika dia telah menghabiskan minimal 4 batang rokok setiap hari dan telah menghisap 100 batang rokok dalam hidupnya. Kategori perokok berdasarkan jumlah rokok yang dihisap menurut Mu'tadin (Frihartine, 2013) yaitu :

1. Perokok ringan yaitu seseorang yang menghabiskan sekitar 10 batang rokok dengan selang waktu 60 menit setelah bangun tidur.
2. Perokok sedang yaitu perokok yang menghabiskan 11-21 batang rokok dengan selang waktu 30 menit setelah bangun tidur.
3. Perokok berat yaitu perokok yang menghabiskan sekitar 21-30 batang rokok sehari dengan selang waktu sejak bangun tidur pagi berkisar antara 6-30 menit.
4. Perokok sangat berat yaitu perokok yang mengkonsumsi lebih dari 31 batang rokok per hari dengan selang waktu merokok 5 menit setelah bangun pagi.

### **2.2.1 Tahap-tahap Menjadi Perokok**

Menjadi seorang perokok tidak terjadi secara mendadak atau pun langsung, karena ada beberapa tahap yang harus dilewati. Begitupun bagi remaja, untuk menjadi seorang yang aktif remaja melewati beberapa tahap tersebut. Leventhal dan Cleary (dalam Sulistyawan, 2012)

mengungkapkan bahwa ada empat tahap dalam perkembangan menjadi perokok, yaitu :

1. Tahap *Preparatory* (Tahap Persiapan)

Pada tahap ini terjadi pembentukan opini dalam diri remaja. Remaja mendapat informasi yang menyenangkan tentang merokok dengan cara mendengar, melihat, atau melalui bacaan. Hal ini menimbulkan ketertarikan dalam diri remaja untuk mencoba rokok.

2. Tahap *Intiation* (Tahap Inisiasi)

Merupakan tahap perintisan/penentuan bagi remaja, dimana pada tahap ini remaja akan menentukan apakah remaja akan meneruskan atau tidak terhadap perilaku merokok.

3. Tahap *becoming a smoker* (Tahap menjadi seorang perokok)

Apabila remaja yang telah merokok empat batang rokok per hari maka ia cenderung akan menjadi seorang perokok regular. Perokok regular seringkali terjadi secara perlahan dan membutuhkan waktu satu tahun atau lebih.

4. Tahap *maintenance of smoking* (Tahap tetap menjadi perokok)

Pada tahap ini perilaku merokok sudah dipengaruhi oleh faktor psikologis dan mekanisme biologis. Faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi misalnya seperti kebiasaan, kecanduan, penurunan kecemasan dan ketegangan, efek relaksasi yang menyenangkan. Sedangkan ada dua faktor mekanisme biologis yang mempengaruhi seseorang untuk mempertahankan perilaku merokok, yaitu efek penguat nikotin dan level nikotin yang dibutuhkan dalam aliran darah.

### 2.2.2 Jenis-Jenis Rokok dan Kandungannya

Indonesia adalah satu-satunya negara di dunia yang menghasilkan rokok dengan bahan dasar tembakau dan cengkeh. Pembungkus pada rokok juga ada beberapa macam. Ada yang dibungkus menggunakan kertas, misalnya rokok kretek dan rokok putih. Ada juga yang dibungkus dengan daun nipah, pelepah tongkol jagung yang sering disebut rokok klobot (Sitepoe dalam Afif, 2016). Selain itu Purnama (dalam Sulistyawan, 2012) juga berpendapat bahwa pada umumnya rokok dibagi menjadi 3 macam yaitu rokok putih, rokok kretek, dan rokok cerutu. Rokok putih mempunyai kandungan 14-15 mg tar dan 5 mg nikotin. Sedangkan rokok kretek memiliki kandungan tar dan nikotin yang lebih tinggi dibanding rokok putih yaitu sekitar 20 mg tar dan 4-5 mg nikotin. Pada umumnya rokok cerutu berbentuk seperti kapal selam dengan ukuran lebih besar dan panjang dari dua jenis rokok yang disebutkan diatas. Rokok cerutu terdiri dari daun tembakau kering yang digulung-gulung menjadi silinder yang tebal, lalu dilem. Sehingga kandungan tar dan nikotin pada cerutu paling besar dibandingkan dengan jenis rokok yang lain (Purnama, dalam Sulistyawan, 2012).

### 2.2.3 Faktor-faktor Resiko Bagi Remaja dan Pencegahannya

Selain penggunaan zat-zat (substances) lainnya, terdapat beberapa faktor resiko bagi remaja sehingga mereka menjadi perokok. Faktor-faktor tersebut antara lain faktor psikologik, faktor biologik, dan faktor lingkungan serta regulasi atau peraturan penjualan rokok. Menurut

Soetjningsih (2007) ada beberapa faktor yang menyebabkan remaja merokok , yaitu :

## 1. Faktor psikologik

### a. Faktor perkembangan social

Merokok dapat menjadi sebuah cara bagi remaja agar mereka tampak bebas dan dewasa saat mereka menyesuaikan diri dengan teman-teman sebayanya yang merokok. Istirahat/santai dan kesenangan, tekanan-tekanan teman sebaya, penampilan diri, sifat ingin tahu, stress, kebosanan, ingin kelihatan gagah dan sifat suka menentang merupakan hal-hal yang dapat memicu remaja untuk merokok.

### b. Faktor psikiatrik

Pada remaja didapatkan asosiasi antara merokok dengan depresi dan cemas. Gejala depresi lebih sering padaremaja perokok daripada bukan perokok. Remaja yang memperlihatkan gejala depresi dan cemas mempunyai resiko lebih tinggi untuk memulai merokok daripada remaja asimtomatik. Remaja dengan gangguan cemas bisa menggunakan rokok untuk menghilangkan kecemasan yang mereka alami.

## 2. Faktor biologik

### a. Faktor kognitif

Faktor lain yang mungkin berkontribusi perkembangan kecanduan nikotin adalah merasakan adanya efek bermanfaat dari rokok.

b. Faktor jenis kelamin

Belakangan ini perlu diperhatikan bahwa kejadian merokok tidak hanya terjadi pada remaja laki-laki melainkan pada remaja wanita. Wanita perokok dilaporkan menjadi lebih percaya diri, suka menentang, dan secara social merasa lebih cakap.

c. Faktor etnik

Di Amerika Serikat angka kejadian merokok tertinggi pada orang-orang kulit putih dan penduduk asli amerika, serta terendah pada orang-orang Amerika keturunan Afrika dan Asia. Hal ini dapat menjelaskan bahwa ada perbedaan resiko pada beberapa etnik dalam hal penyakit yang berhubungan dengan merokok.

d. Faktor genetic

Kecanduan pada nikotin melibatkan faktor lingkungan dan genetik yang multiple. Faktor genetik menjelaskan banyaknya variasi penggunaan tembakau pada remaja, serta tampak mempengaruhi reaksi farmakologik terhadap nikotin, beberapa darinya tampak berkaitan dengan gen yan mempengaruhi ekspresi alkoholisme.

3. Faktor lingkungan

Faktor-faktor lingkungan yang berkaitan dengan kejadian merokok antara lain orang tua, saudara kandung maupun teman sebaya yang merokok, dan pengaruh iklan rokok di media. Menggunakan rokok lebih erat hubungannya dengan faktor-faktor lingkungan, sedangkan



peningkatan dari merokok pertama ke kecanduan rokok tampaknya dipengaruhi oleh faktor personal dan farmakologi.

#### 4. Faktor regulatori

Pembatasan fasilitas untuk merokok dengan menetapkan ruang/daerah bebas rokok diharapkan mengurangi konsumsi rokok. Tapi kenyataannya terdapat peningkatan kejadian merokok pada remaja walaupun telah dibuat usaha-usaha untuk mencegahnya.

Selain itu Mu'tadin dalam Ade Sulistyawan (2012) mengemukakan bahwa ada beberapa faktor lain penyebab remaja merokok, yaitu :

##### 1. Pengaruh orang tua

Remaja yang berasal dari keluarga konservatif akan lebih sulit untuk merokok dibandingkan dengan remaja yang berasal dari keluarga yang permisif. Sebagai contoh apabila salah satu/dua dari orang tua di rumah ada yang merokok maka sangat mungkin sekali anak-anaknya juga merokok.

##### 2. Pengaruh teman sebaya

Teman sebaya merupakan pengaruh yang sangat besar di masa remaja. Ada dua kemungkinan yaitu pertama remaja bisa terpengaruh oleh teman-temannya atau yang kedua teman-temannya yang dipengaruhi oleh remaja itu sendiri untuk merokok. Diantara remaja perokok terdapat 87% mempunyai sekurang-kurangnya satu atau lebih sahabat yang juga perokok (Sulistyawan, 2012).

### 3. Faktor kepribadian

Orang mencoba untuk merokok karena rasa ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit dan bosan. Secara kepribadian, kondisi mental yang sedang menurun seperti stress, gelisah, takut, kecewa, dan putus asa sering mendorong orang untuk merokok. Ada dua hal dari rokok yang tidak bisa dipungkiri, yaitu nikotin dan gerakan isapan rokok (Afif, 2016). Gerakan ini diartikan seperti gerak refleks seseorang saat menghela nafas untuk menangkan dirinya saat menghadapi masalah (Mu'tadin dalam Afif, 2016).

### 4. Pengaruh iklan

Melihat iklan di media massa dan elektronik yang menampilkan bahwa perokok adalah lambing kejantanan atau glamor membuat remaja seringkali terdorong untuk mengikuti perilaku seperti iklan tersebut (Sulistyan, 2012).

#### **2.2.4 Bahaya Penggunaan Rokok dan Terpapar Asap Rokok**

Soetjningsih (2007) menjelaskan bahwa terpapar asap rokok selama 8 jam sebanding dengan merokok langsung sebanyak 20 batang perhari. Bahaya dari merokok antara lain meningkatnya kejadian infeksi saluran nafas bagian atas, batuk, asma, sinusitis, penyakit kardiovaskuler, kanker, mengganggu fertilitas, lahir kurang bulan, kematian, atau absen dari kerja atau sekolah. Anak dan kaum muda yang merokok, pertumbuhan dan perkembangan parunya akan terganggu oleh asap rokok tersebut.

Wanita hamil yang merokok akan meningkatkan risiko abortus spontan, BBLR (bayi berat lahir rendah), SIDS (*sudden infant death syndrome*), dan dalam jangka panjang mengenai masalah kognitif atau perilaku seperti gangguan pemusatan perhatian dengan atau tanpa hiperaktifitas. Laki-laki perokok hendaknya waspada terhadap impotensi dan transmisi kelainan genetik. Asap rokok diklasifikasikan sebagai karsinogen kelas A. Terpaparnya anak dengan asap rokok akan meningkatkan risiko asma, SIDS, penyakit telinga tengah, pneumonia, batuk, infeksi saluran napas bagian atas, menurunkan kadar kolesterol HDL, dan penyakit jantung koroner.

Selain itu efek merokok tidak hanya memengaruhi kesehatan perokok saja, tetapi juga memengaruhi kesehatan orang sekitarnya yang tidak merokok yang biasa disebut dengan perokok pasif. Adapun bahaya merokok yang dijelaskan oleh Depkes RI (dalam Poltekes Depkes Jakarta I, 2010) antara lain :

1. Bagi perokok aktif
  - a. meningkatkan risiko dua kali lebih besar untuk mengalami serangan jantung.
  - b. Meningkatkan risiko dua kali lebih besar untuk mengalami stroke.
  - c. Meningkatkan risiko mengalami serangan jantung dua kali lebih besar pada mereka yang mengalami tekanan darah tinggi atau kadar kolesterol tinggi.
  - d. Meningkatkan risiko 10 kali lebih besar untuk mengalami serangan jantung bagi wanita pengguna pil KB.

e. Meningkatkan risiko lima kali lebih besar menderita kerusakan jaringan anggota tubuh yang rentan.

## 2. Bagi perokok pasif

a. Bahaya kerusakan paru-paru. Kadar nikotin, karbon monoksida, serta zat-zat lain yang lebih tinggi dalam darah mereka akan memperparah penyakit yang sedang diderita, dan kemungkinan mendapat serangan jantung yang lebih tinggi bagi mereka yang berpenyakit jantung.

b. Anak-anak yang orang tuanya merokok akan mengalami batuk, pilek, dan radang tenggorokan serta penyakit paru-paru lebih tinggi.

c. Jika suami perokok, maka asap rokok yang dihirup oleh istrinya akan memengaruhi bayi dalam kandungan.

## 2.3 Konformitas Teman Sebaya

### 2.3.1 Pengertian Teman Sebaya

Menurut Santrock (2007) mengatakan bahwa kawan-kawan sebaya adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama. Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) teman sebaya diartikan sebagai kawan, sahabat atau orang yang sama-sama bekerja atau berbuat.

Selain tingkat usia yang sama, teman sebaya juga memiliki tingkat kedewasaan yang sama. Jadi dapat disimpulkan bahwa teman sebaya adalah kelompok orang yang seumurannya, dengan latar belakang, status sosial, serta pemikiran yang sama, biasanya dalam kelompok akan terjadi

pertukaran informasi yang bisa saja mempengaruhi perilaku dan keyakinan dari tiap anggotanya.

Piaget dan Sullivan (Hartati, 2013) juga menjelaskan bahwa ketika seorang remaja berinteraksi dengan lingkungannya, mereka akan mulai belajar hubungan timbal balik dengan orang lain ataupun dengan temannya sendiri. Selain itu mereka juga belajar tentang bagaimana mengobservasi dengan teliti mengenai pandangan dan minat temannya. Hal ini dilakukan mereka agar lebih mudah untuk menyatu dengan temannya yang lain.

### 2.3.2 Perubahan Sosial Pada Masa Remaja

Salah satu tugas perkembangan remaja yang tersulit adalah penyesuaian diri dalam perubahan sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan perubahan hubungan yang baru, contohnya dalam hubungan dengan lawan jenis dan hubungan dengan orang-orang dewasa di sekitarnya. Menurut Hurlock (2012) kelompok-kelompok sosial yang paling sering muncul pada masa remaja adalah :

1. Teman dekat

Biasanya remaja memiliki dua atau tiga orang teman dekat yang mereka sebut dengan sahabat. Dan pada umumnya kebanyakan dari mereka terdiri dari jenis kelamin yang sama, usia yang sama dan memiliki tujuan ataupun keinginan yang sama. Teman dekat ini dapat mempengaruhi satu sama lain dalam berbagai hal yang terjadi dalam kehidupan remaja.

## 2. Kelompok kecil

Kelompok ini terdiri dari beberapa kelompok teman-teman dekat. Pada awalnya kelompok ini terdiri dari satu jenis kelamin yang sama, namun kemudian meliputi juga dari kedua jenis kelamin yang berbeda.

## 3. Kelompok besar

Kelompok ini terdiri dari beberapa kelompok kecil dan kelompok teman dekat. Karena besarnya kelompok ini membuat penyesuaian minat berkurang diantara anggota-anggotanya sehingga timbul jarak sosial yang besar diantara mereka.

## 4. Kelompok yang terorganisir

Kelompok ini merupakan kelompok binaan orang dewasa. Biasanya kelompok ini dibentuk oleh orang dewasa misalnya oleh sekolah atau organisasi masyarakat. Kelompok ini dibentuk dengan tujuan memenuhi kebutuhan sosial para remaja.

## 5. Kelompok geng

Kelompok geng ini terbentuk karena remaja tidak termasuk ke dalam kelompok kecil ataupun kelompok besar. Mereka yang kurang puas dengan kelompok terorganisasi akan mengikuti kelompok geng.

### 2.3.3 Pengertian Konformitas Teman Sebaya

Menurut Myers (Pratiwi, 2009) mengemukakan bahwa konformitas berarti tunduk pada tekanan kelompok meskipun tidak ada permintaan langsung untuk mengikuti apa yang telah diperbuat oleh

kelompok. Hal ini cenderung membuat remaja akan berperilaku sama dengan kelompoknya sehingga terhindar dari celaan, keterasingan, maupun cemoohan. Konformitas mencerminkan perubahan perilaku sebagai hasil tekanan kelompok secara nyata atau hanya imajinasi. Selain itu Prayitno (2009) juga berpendapat bahwa konformitas adalah pengaruh sosial dalam bentuk penyamaan pendapat atau pola tingkah laku seseorang terhadap orang lain yang mempengaruhinya. Keinginan remaja untuk selalu berada dan diterima oleh kelompoknya akan mengakibatkan remaja bersikap konformitas terhadap kelompoknya.

Menurut Notoatmodjo (2007) bahwa perilaku dari pandangan biologis merupakan suatu kegiatan atau aktivitas organisme yang bersangkutan. Jadi perilaku manusia pada hakikatnya adalah suatu aktivitas dari pada manusia itu sendiri. Dari beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa konformitas teman sebaya merupakan pengaruh sosial yang secara tidak langsung berupa tekanan dari suatu kelompok terhadap individu untuk menyamakan pendapat ataupun tingkah laku agar dapat selalu diterima dalam kelompok tersebut.

Sebuah pendapat dari seorang ilmuwan bernama Myers dalam Suryawati dan Marwati (yang dikutip dari Hartati, 2013) mengatakan bahwa konformitas teman sebaya yang biasa muncul pada remaja dikelompokkan menjadi dua bentuk, yaitu :

#### 1. *Acceptance*

*Acceptance* merupakan bentuk konformitas yang dilakukan dengan cara menyamakan sikap, keyakinan pribadi, maupun perilakunya di

depan masyarakat dengan norma dari kelompok tersebut. *Acceptance* lebih sering terjadi jika individu tidak tahu atau bingung harus berbuat apa maka ia akan menjadikan perilaku kelompok sebagai pedoman dan meyakini bahwa hal tersebut adalah benar. Ketika individu percaya bahwa pendapat atau perilaku kelompok adalah benar, maka konformitas ini dapat terjadi. Karena kelompok menyediakan informasi yang dibutuhkan individu atau disebut dengan *informational social influence*.

*Informational social influence* terjadi jika seseorang mempunyai pertanyaan atau masalah dan ia tidak tahu jawabannya atau tidak tahu harus bertingkah laku, ia akan melihat dan menanyakan masalahnya kepada orang lain. Mungkin jawaban yang diterima berasal dari satu orang, namun bila jawaban tersebut didukung oleh banyak orang maka akan lebih meyakinkan. Myers juga menekankan bahwa jika seseorang berada dalam situasi yang membingungkan maka orang lain dapat menjadi sumber informasi yang berarti.

Menurut Sears (2010) konformitas *acceptance* ini dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu :

- a. Kepercayaan terhadap kelompok

Semakin besar kepercayaan individu terhadap kelompok sebagai sumber informasi yang benar, semakin besar pula kemungkinan untuk menyesuaikan atau mengikuti kelompok. Dengan kata lain, jika individu selalu berpendapat bahwa kelompoknya selalu benar maka ia akan mengikuti apapun



yang dilakukan kelompoknya tanpa mempedulikan pendapatnya sendiri.

Salah satu faktor penentu kepercayaan terhadap kelompok adalah keahlian dan kompetisi yang dimiliki oleh anggota kelompok lainnya. Semakin tinggi tingkat keahlian dan kompetisi kelompok, semakin besar pula kepercayaan individu terhadap kelompok tersebut.

b. Kepercayaan terhadap diri sendiri

Konformitas akan menurun jika individu memiliki kepercayaan yang kuat terhadap penilaian perilakunya sendiri.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri adalah tingkat penilaian individu terhadap kemampuan yang dimilikinya.

2. *Compliance*

*Compliance* merupakan bentuk konformitas yang dilakukan dengan cara bertingkah laku sesuai dengan tekanan kelompok, sementara secara pribadi ia tidak menyetujui perilaku tersebut.

*Compliance* terjadi ketika individu menyamakan perilaku dengan tujuan untuk mendapatkan hadiah atau pujian dan menghindari hukuman. Selain itu konformitas ini juga terjadi dengan tujuan untuk diterima dalam kelompok atau menghindari penolakan. Konformitas ini dilakukan atas dasar rasa cemas atau takut mendapat celaan dari lingkungan sosialnya.

Menurut Sears (2010) konformitas *compliance* ini dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu :

a. Rasa takut terhadap penyimpangan

Alasan utama terjadinya konformitas *compliance* ini adalah rasa takut akan dianggap sebagai orang yang melakukan penyimpangan. Rasa takut ini diperkuat oleh tanggapan kelompok terhadap perilaku menyimpang. Penyimpangan yang terjadi dalam kelompok dapat mengakibatkan seseorang menerima risiko yang tidak menyenangkan seperti dikucilkan atau ditolak oleh kelompok.

b. Kekompakan kelompok

Semakin kuat ketertarikan individu terhadap kelompok, maka semakin kuat juga konformitas yang terjadi. Ketika anggota-anggota kelompok bekerja untuk satu tujuan yang sama mereka cenderung untuk conform dibandingkan mereka yang tidak berada dalam satu kesatuan. Dan ketika rasa suka anggota kelompok yang satu terhadap yang lain semakin besar, maka semakin besar pula harapan untuk memperoleh manfaat dari keanggotaan kelompok dan membuat kelompok tersebut semakin kompak. Kekompakan yang semakin tinggi akan mempertinggi tingkat konformitas.

c. Kesepakatan kelompok

Anggota kelompok yang dihadapkan pada keputusan kelompok yang sudah bulat akan merasa mendapat tekanan

yang kuat untuk dapat menyesuaikan pendapat atau perilakunya. Namun bila ada satu orang saja yang tidak sependapat dengan anggota lainnya, maka tingkat konformitas dalam kelompok itu pun akan menurun. Hal ini dapat terjadi karena pertama, pelanggaran kesepakatan yang terjadi dalam kelompok berarti ada kemungkinan terdapat perbedaan pendapat atau penilaian antar anggota. Kedua, anggota yang tidak setuju dengan pendapat kelompok akan menimbulkan penolakan. Ketiga, berkurangnya kesepakatan terhadap kelompok mengurangi keyakinan anggota kelompok terhadap kelompok itu sendiri.

#### **2.3.4 Fungsi Teman Sebaya**

Penelitian-penelitian yang dilakukan pada sejumlah remaja menunjukkan bahwa hubungan yang positif dengan teman sebaya menghasilkan penyesuaian sosial yang positif juga (Santrock, 2007). Pernyataan ini didukung oleh Hightower yang menyatakan bahwa hubungan teman sebaya yang harmonis selama masa remaja akan menghasilkan kesehatan mental yang positif pada usia setengah baya. Selain itu Hartup juga mengemukakan bahwa pengaruh teman sebaya memberikan fungsi-fungsi sosial dan psikologis yang penting bagi remaja (Desmita, 2012).

Kelly dan Hansen (dalam Desmita, 2012) menjelaskan bahwa terdapat beberapa fungsi dari teman sebaya, antara lain :

1. Mengatur impuls-impuls negative

Berinteraksi dengan teman sebaya membuat remaja belajar cara-cara mengatasi masalah dengan tidak meluapkan kemarahannya langsung.

2. Mendapatkan dukungan emosional dan sosial serta menjadi lebih mandiri

Kelompok teman sebaya memberikan dukungan kepada remaja untuk mencoba peran dan tanggung jawab yang baru. Hal ini membuat berkurangnya rasa ketergantungan mereka dengan orang tua maupun keluarganya.

3. Mengembangkan potensi diri

Melalui teman sebaya remaja dapat mengasah dan meningkatkan keterampilan-keterampilan sosial yang dimilikinya. Selain itu juga dapat meningkatkan kemampuan penalaran dan belajar untuk mengekspresikan perasaan-perasaan dengan cara yang lebih dewasa.

4. Mengembangkan sikap terhadap seksualitas dan tingkah laku peran jenis kelamin

Dari teman sebaya remaja dapat belajar tentang bagaimana harus menjalankan peran yang sesuai dengan jenis kelaminnya masing-masing. Selain itu remaja juga dapat belajar tentang bertingkah laku dan sikap yang benar serta dapat mengontrol sikap seksualitas mereka terhadap lawan jenis.

#### 5. Memperkuat penyesuaian moral dan nilai-nilai

Pada masa remaja umumnya mencoba untuk mengambil keputusan menurut diri mereka sendiri. Mereka menilai sendiri nilai-nilai yang dimilikinya dan dimiliki oleh temannya, kemudian mereka akan memutuskan mana yang benar menurut mereka. Hal ini dapat membantu remaja dalam hal mengembangkan penalaran nilai-nilai moral mereka.

#### 6. Meningkatkan harga diri

Seorang remaja akan merasa nyaman dan senang ketika dirinya menjadi orang yang disukai dan dianggap kehadirannya dalam kelompok tersebut.

#### 2.3.5 Remaja dan Kelompok Remaja

Sebaya adalah orang dengan tingkat umur dan kedewasaan yang kira-kira sama (Santrock, 2007). Salah satu fungsi terpenting sebaya adalah memberikan sumber informasi dan perbandingan tentang dunia di luar keluarga. Piaget dan Sullivan (dalam Santrock, 2007) memberikan penjelasan tentang peran sebaya dalam perkembangan sosioemosional pada remaja. Mereka menekankan bahwa melalui interaksi sebayalah anak dan remaja belajar bagaimana berinteraksi dalam hubungan yang simetris dan timbal balik. Dengan kelompok sebaya, mereka juga belajar memformulasikan dan menyatakan pendapat mereka, menghargai sudut pandang sebaya, menegosiasikan solusi atas perselisihan secara kooperatif, dan mengubah standar perilaku yang diterima oleh semua.

Menurut Santrock (2007) pada awal usia remaja, keterlibatan remaja dalam kelompok sebaya ditandai dengan persahabatan dengan teman. Pada mulanya dengan teman sejenis. Sedangkan hubungan dengan lawan jenis biasanya terjadi dalam kelompok yang lebih besar. Dengan mempunyai seorang sahabat, remaja dapat saling mendukung satu sama lain, saling memperhatikan apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh sahabatnya.

Pada usia pertengahan keterlibatan remaja dalam suatu kelompok menjadi semakin besar. Hal ini ditandai dengan terjadinya perilaku konformitas terhadap kelompok. Remaja mulai bergabung dengan kelompok-kelompok sesuai dengan minatnya seperti olahraga, musik, dan kelompok-kelompok lainnya. Biasanya pada usia ini remaja mulai menjalin hubungan yang khusus dengan teman lawan jenisnya. Dan pada akhir usia remaja, ketertarikan terhadap kelompok sebaya menjadi berkurang, hal ini terjadi karena pada umumnya remaja merasa lebih senang dengan nilai-nilai dan identitas dirinya sendiri. Sehingga nilai-nilai dalam kelompokpun menjadi kurang begitu penting lagi untuk remaja (Santrock, dalam Hartati, 2007).

#### **2.4 Teori Perilaku Lawrence Green**

Perilaku adalah sesuatu yang dilakukan oleh manusia, baik yang bisa diamati maupun tidak bisa diamati (Notoatmodjo, 2007). Menurut Lawrence Green yang dikutip dalam Ade Sulistyawan (2012) mengatakan bahwa teori ini menjelaskan perilaku manusia dilihat dari tingkat kesehatannya. Kesehatan seseorang dipengaruhi oleh dua faktor pokok

yaitu faktor perilaku (*behavior causes*) dan faktor diluar perilaku (*non behavior causes*). Selanjutnya perilaku itu sendiri dibentuk oleh tiga faktor, yaitu :

1. Faktor Predisposisi (*predisposing factor*)

Faktor predisposisi merupakan faktor internal yang terdapat pada diri individu, keluarga, kelompok atau masyarakat yang dapat melatarbelakangi atau mempengaruhi perilaku tersebut terwujud seperti nilai, keyakinan, kepercayaan, tradisi, sikap, dan pengetahuan.

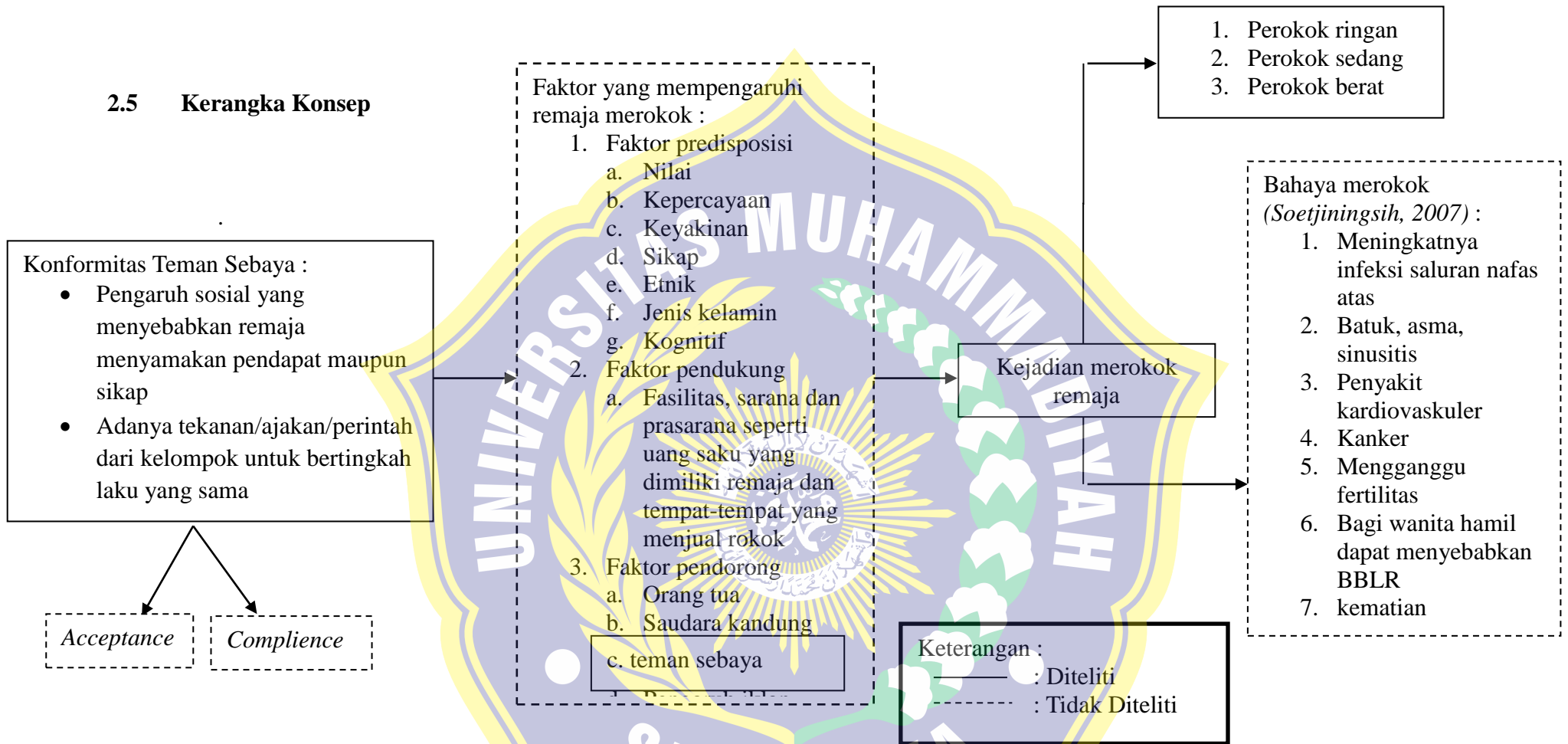
2. Faktor Pendukung (*enabling factor*)

Faktor pendukung merupakan faktor yang memungkinkan atau memfasilitasi terwujudnya suatu perilaku. Faktor ini terwujud dalam lingkungan fisik berupa sarana dan prasarana atau fasilitas untuk terjadinya perilaku kesehatan. Misalnya remaja yang memiliki uang saku dan tempat-tempat yang menjual rokok dimana tempat tersebut sangat mudah dijumpai juga dapat mempermudah mereka untuk mendapatkan rokok.

3. Faktor Pendorong (*reinforcing factor*)

Faktor pendorong merupakan faktor yang menguatkan terjadinya perilaku yang terwujud dalam sikap dan perilaku petugas kesehatan, orang tua, teman sebaya yang merupakan kelompok referensi dari masyarakat tersebut.

**2.5 Kerangka Konsep**



**Gambar 2.1 :** Kerangka Konsep Hubungan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kejadian Merokok pada remaja laki-laki usia pertengahan di SMAN 1 Kalianget



Pada kerangka konsep diatas dijelaskan bahwa berdasarkan Teori Perilaku Lawrence Green ada tiga faktor utama yang mempengaruhi kejadian merokok pada remaja, antara lain yang pertama adalah faktor predisposisi yang terdiri dari nilai, kepercayaan, keyakinan, sikap, jenis kelamin, etnik dan kognitif. Yang kedua adalah faktor pendukung yang meliputi fasilitas, sarana dan prasarana. Dan yang ketiga adalah faktor pendorong yaitu terdiri dari orang tua, saudara kandung dan teman sebaya.

Selain itu Soetjiningsih (2007) mengungkapkan bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan remaja merokok antara lain: faktor psikologik, faktor biologik, faktor lingkungan yang dibedakan lagi menjadi faktor orang tua, saudara kandung, maupun teman sebaya yang merokok), dan yang terakhir ialah faktor regulatori. Kemudian ada pula pendapat Mu'tadin yang dikutip dalam penelitian Sulistyawan (2012) menjelaskan bahwa faktor-faktor yang menjadi pencetus bagi remaja untuk merokok adalah pengaruh orang tua, pengaruh teman sebaya, faktor kepribadian dan pengaruh iklan seperti media elektronik maupun media cetak yang memuat tentang rokok.

Efek merokok tidak hanya memengaruhi kesehatan perokok saja, tetapi juga memengaruhi kesehatan orang sekitarnya yang tidak merokok. Seperti yang dijelaskan oleh Soetjiningsih (2007) bahaya yang dapat ditimbulkan oleh rokok antara lain dapat meningkatkan infeksi saluran nafas atas, batuk, asma, sinusitis, penyakit kardiovaskuler, kanker, mengganggu fertilitas, bagi wanita hamil yang merokok dapat mengakibatkan bayi lahir kurang bulan (BBLR), hingga menyebabkan kematian bagi si perokok.

Kerangka konsep pada penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu

*variable dependen* (variabel terikat) dan *variable independen* (variabel bebas). Adapun yang menjadi variabel dependen pada penelitian ini adalah kejadian merokok pada remaja. Sedangkan variabel independen pada penelitian ini adalah teman sebaya.

## 2.6 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan sebuah pernyataan tentang hubungan yang diharapkan antara dua variabel atau lebih yang dapat diuji secara empiris (Hidayat, 2010). Hipotesis pada penelitian ini yaitu :

H1 : Ada hubungan antara konformitas teman sebaya dengan kejadian merokok pada remaja laki-laki usia pertengahan di SMAN 1 Kalianget Kabupaten Sumenep.

