

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Remaja

2.1.1. Definisi Remaja

Remaja lebih sering diistilahkan sebagai masa adolescence, yang banyak mencakup arti yang luas, dalam hal ini yang mempengaruhi yaitu, kematangan mental, emosional dan fisik (Durandt, 2015). Kata *adolescence* atau remaja berasal dari bahasa latin *adolescere* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa (Hurlock, 2012). Secara psikologis masa remaja adalah sebuah masa dimana individu berperan bersama masyarakat dewasa, dimana pada usia ini anak sudah tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua, anak sudah mulai merasa dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak (Piaget dalam Hurlock 2012). Menurut Hurlock (2012), 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.

Definisi remaja menurut WHO adalah penduduk yang dalam rentang usia 10-19 tahun. Sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Usia remaja menurut WHO terbagi tiga, yaitu remaja awal, remaja pertengahan, dan remaja akhir. Berdasarkan ciri-ciri psikologi remaja, remaja awal dan remaja pertengahan cenderung berfikir labil dan masih diperhatikan ketat oleh orangtua tentang

apapun yang dilakukan anaknya, sehingga pada penelitian ini tidak menggunakan responden di usia remaja awal dan remaja akhir.

Remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut meliputi aspek fisik, psikis dan psikososial. Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Remaja merupakan masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial (Sofia & Adiyanti, 2013).

Menurut Monks (2008) masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, Fase remaja tersebut mencerminkan cara berfikir remaja masih dalam koridor berpikir konkret, kondisi ini disebabkan pada masa ini terjadi suatu proses pendewasaan pada diri remaja masa ini berlangsung antara umur 12 sampai 21 tahun, dengan pembagian sebagai berikut:

- 1) Masa remaja awal (*Early adolescent*) umur 12-15 tahun.
- 2) Masa remaja pertengahan (*middle adolescent*) umur 15-17 tahun
- 3) Remaja terakhir umur (*late adolescent*) 18-21 tahun.

2.1.2. Ciri-ciri Masa Remaja

Remaja mengalami perubahan-perubahan, baik fisik maupun psikis. Dan perubahan yang tampak paling jelas adalah perubahan fisik, dimana tubuh berkembang sehingga mencapai tubuh orang dewasa yang turut disertai dengan perkembangan reproduksi. Remaja juga mengalami perkembangan secara kognitif dan mulai mampu berpikir abstrak layaknya orang dewasa. Dan mereka juga mulai mencoba melepaskan diri dari orang tua dan mulai menjalankan peran

sosialnya yang baru sebagai orang dewasa. (Clarke-Stewart & Friedman, dalam Hendriati, 2006).

Selain perubahan dalam diri remaja, terjadi pula perubahan dalam lingkungan seperti sikap orang tua atau anggota keluarga lain, guru, teman sebaya, dan masyarakat pada umumnya. Kondisi ini sebagai reaksi terhadap pertumbuhan remaja, remaja dituntut untuk mampu menampilkan sikap yang dianggap pantas atau sesuai bagi orang-orang seusianya. Adanya perubahan-perubahan tersebut membuat kebutuhan remaja semakin meningkat terutama kebutuhan sosial dan psikologisnya. Dan untuk memenuhi kebutuhannya itulah remaja mulai memperluas lingkungan sosialnya di luar lingkungan keluarga, seperti lingkungan teman sebaya dan lingkungan masyarakat lain.

Seorang remaja berada pada batas peralihan antara kehidupan anak dan dewasa. Meskipun tubuhnya kelihatan dewasa, tetapi bila diperlukan bertindak seperti orang dewasa ia belum dapat menunjukkan kedewasaannya. Pengalaman mengenai alam dewasa masih belum banyak sehingga dapat terjadi hal-hal seperti berikut :

- a. Kegelisahan. Suatu keadaan yang membuat remaja sulit untuk menguasai diri karena mereka mempunyai banyak keinginan yang tidak selalu dapat dipenuhi.
- b. Pertentangan. Pertentangan disini timbul ketika terjadi perbedaan dengan orangtua yang membuat remaja ingin melepaskan diri dari orangtuanya, namun di sisi lain mereka belum berani mengambil resiko untuk dapat berdiri sendiri.

- c. Berkeinginan besar mencoba segala hal yang belum diketahuinya.

Mereka ingin mengetahui berbagai hal melalui usaha-usaha yang dilakukan dalam berbagai bidang. Contohnya, mereka ingin mencoba apa yang dilakukan oleh orang dewasa, seperti merokok dengan sembunyi-sembunyi. (Gunarsa 2012)

Hurlock (2012) menerangkan ciri-ciri masa remaja sebagai berikut :

- a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental, terutama pada masa awal perkembangan remaja, membuat perlunya penyesuaian mental, membentuk sikap, nilai, dan minat baru.

- b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Peralihan disini bukan berarti terputus atau berubah dari apa yang terjadi sebelumnya, namun lebih kepada sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku pada saat remaja bersamaan dengan tingkat perubahan fisik. Saat perubahan fisik terjadi secara cepat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung cepat. Sebaliknya jika perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku pun ikut menurun.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode perkembangan mempunyai masalahnya masing-masing, namun masalah pada saat remajalah menjadi masalah yang seringkali sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun perempuan. Alasannya adalah pertama karena saat mereka masih kanak-kanak, sebagian besar bahkan seluruh masalah yang dialami diselesaikan oleh orang tua dan guru mereka, sehingga ini membuat remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena mereka merasa dirinya mandiri, sehingga mereka menolak bantuan dari orang lain dan ingin mengatasi semua masalahnya sendiri.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pencarian identitas dimulai pada akhir masa kanak-kanak, penyesuaian diri dengan standar kelompok menjadi lebih penting daripada bersikap individualistis. Pada awalnya penyesuaian diri dengan kelompok bagi remaja sangatlah penting, namun lama kelamaan mereka mulai menginginkan identitas diri yaitu ingin menjadi pribadi yang berbeda dengan orang lain.

- f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan bahwa anak remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, tidak dapat dipercaya, dan cenderung merusak membuat orang dewasa yang mempunyai peranan membimbing dan mengawasi kehidupan remaja menjadi takut untuk bertanggung jawab dan lebih memilih untuk bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

- g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Pada masa ini remaja memandang dirinya dan orang lain sesuai dengan apa yang dia inginkan bukan seperti apa adanya. Jika keinginannya tidak sesuai yang dia harapkan ia akan menjadi marah. Remaja akan merasa iri dan merasa gagal apabila orang lain berhasil mencapai apa yang dia inginkan atau dia tentukan sendiri.

- h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Dekatnya usia remaja dengan usia kematangan, membuat para remaja menjadi takut untuk meninggalkan imej yang sudah melekat selama belasan tahun sebagai anak-anak dan diganti dengan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Mereka mulai merubah perilaku-perilaku mereka yang tadinya baik dengan perilaku yang dikatakan dengan status kedewasaan seperti perilaku merokok, minum alkohol, menggunakan obat-obatan bahkan sampai dalam perbuatan aseksual. Mereka beranggapan bahwa perilaku ini akan memberikan pandangan orang lain sesuai dengan apa yang mereka inginkan .

2.1.3. Tahap-Tahap Perkembangan dan Batasan Remaja

Menurut Monks (2008) dan Soetjiningsih (2010), berdasarkan proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada 3 tahap perkembangan remaja yaitu

1. Remaja awal (*Early adolescent*) umur 12-15 tahun

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan yang menyertai perubahan-perubahan itu, mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis, dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis ia sudah akan berfantasi erotik.

2. Remaja madya (*middle adolescent*) berumur 15-18 tahun

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan, remaja akan senang kalau banyak teman yang mengakuinya. Ada kecenderungan mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang sama dengan dirinya, selain itu ia berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tahu memilih yang mana peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimistis, idealitas atau materialis, dan sebagainya.

3. Remaja akhir (*late adolescent*) berumur 18-21 tahun

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal yaitu:

- a. Minat makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- b. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dalam pengalaman-pengalaman baru.
- c. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.

- d. Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- e. Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (Sarwono, 2010).

2.1.4. Karakteristik Remaja

Masa remaja mempunyai karakteristik yang khas, dimana semua tugas perkembangan pada masa ini dipusatkan pada penanggulangan sikap dan pola perilaku yang kekanak-kanakan dan mengadakan persiapan untuk menghadapi masa dewasa. Oleh sebab itu, masa remaja disebut juga sebagai periode peralihan, periode perubahan, periode bermasalah, periode pencarian identitas, dan periode tidak realistis. Pada periode pencarian identitas, remaja yang tidak ingin lagi disebut sebagai anak-anak, berusaha menampilkan atau mengidentifikasi perilaku yang menjadi simbol status kedewasaan. Salah satu perilaku yang muncul adalah perilaku merokok yang mereka anggap sebagai simbol kematangan, dimana perilaku ini seringkali dimulai pada usia sekolah menengah pertama (Hurlock, 2004).

Sangat besarnya pengaruh teman sebaya, maka dapat dimengerti bahwa teman sebaya sangat berpengaruh pada pembentukan sikap, pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku dibandingkan dengan keluarga (Hurlock, 2004).

Sedangkan secara emosional, telah diketahui bahwa masa remaja dianggap sebagai masa “badai dan topan”, suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan hormonal. Hal ini dikuatkan dengan tekanan sosial yang menuntut remaja menampilkan pola kehidupan sosial yang

baru. Untuk menghadapi hal tersebut sebagian besar remaja akan mengalami ketidakstabilan demi penyesuaian. Kondisi tersebut diistilahkan sebagai kondisi stress pada remaja yang disebabkan perubahan fisik dan psikologis yang terjadi secara bersamaan.

2.1.5. Masalah – masalah yang terjadi pada remaja

Banyak sekali masalah-masalah yang akan dihadapi seseorang pada saat remaja. Seorang remaja bisa saja mengalami masalah yang sangat berat dan memerlukan waktu lama untuk menyelesaikannya (Santrock, 2007). Misalnya saja saat anak berusia 13 tahun ia mulai menunjukkan perilaku mengganggu orang lain, pada usia 14 ia sudah melakukan kenakalan-kenakalan yang nyata, dan pada usia 16 tahun masalahnya akan bertambah parah karena ia semakin sering melakukan kenakalan. Hal ini terjadi karena masa remaja adalah masa pembuktian diri kepada orang lain, maka remaja akan melakukan apapun agar dirinya diakui walaupun apa yang ia lakukan sebenarnya salah. Berikut adalah masalah yang sering terjadi pada remaja (Santrock, 2007):

- a. Penggunaan obat terlarang , alkohol, dan merokok

Para remaja tertarik menggunakan obat-obatan karena mereka yakin bahwa obat-obatan dapat membantu mereka beradaptasi terhadap lingkungan yang selalu berubah. Mereka menganggap dengan merokok, minum-minuman keras mereka dapat mengurangi stress, tidak bosan, dan dalam beberapa situasi dapat membantu remaja untuk melarikan diri dari kenyataan dunia. Remaja dapat merasakan perasaan tenang, gembira, rileks saat memakai obat. Namun penggunaan obat untuk memperoleh kepuasan pribadi dan kemampuan

beradaptasi yang sementara dapat menimbulkan dampak yang sangat merugikan. Dengan demikian, remaja yang menganggap penggunaan obat itu adalah perilaku adaptif malah sebenarnya adalah perilaku maladaptif, karena dapat menimbulkan masalah kesehatan dalam jangka panjang.

b. Kenakalan remaja

Kenakalan remaja mengarah pada berbagai perilaku, mulai dari perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial, pelanggaran, hingga tindakan kriminal. Kenakalan ini biasanya dilakukan oleh remaja-remaja yang gagal dalam menjalani tugas perkembangannya, baik pada saat remaja maupun masa kanak-kanak. Kenakalan remaja merupakan bentuk dari konflik-konflik yang tidak terselesaikan dengan baik pada tahap perkembangan sebelumnya.

c. Gangguan depresif dan bunuh diri

Di masa remaja, gejala-gejala depresif dapat dilihat dalam berbagai cara, seperti kecenderungan untuk mengenakan pakaian hitam, menulis kata-kata yang mengerikan, atau senang mendengarkan lagu-lagu yang bertema sedih. Gangguan tidur juga dapat muncul seperti sulit bangun di pagi hari maupun sulit tidur saat malam hari. Dengan timbulnya perasaan depresi akan membuat remaja menjadi bosan dan enggan untuk melanjutkan hidupnya, sehingga muncul ide-ide untuk bunuh diri dan usaha bunuh diri di masa remaja.

2.1.6. Perubahan Sosial pada Masa Remaja

Salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya belum pernah ada dan harus menyesuaikan diri dengan orang dewasa diluar lingkungan keluarga dan

sekolah. Remaja lebih banyak menghabiskan waktunya bersama dengan teman-teman sebaya, maka pengaruh teman-teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku lebih besar dari pada pengaruh keluarga. Misalnya, sebagian besar remaja mengetahui bahwa bila mereka memakai model pakaian yang sama dengan anggota kelompok yang populer, maka kesempatan untuk diterima menjadi anggota kelompok lebih besar (Hurlock, 1999 dalam Nasution, 2007). Kelompok sosial yang paling sering terjadi pada masa remaja adalah (Hurlock, 1999 dalam Nasution, 2007):

1. Teman dekat

Remaja biasanya mempunyai dua atau tiga orang teman dekat, atau sahabat karib. Mereka terdiri dari jenis kelamin yang sama, mempunyai minat dan kemampuan yang sama. Teman dekat saling mempengaruhi satu sama lain.

2. Kelompok kecil

Kelompok ini terdiri dari kelompok teman-teman dekat. Pada mulanya, terdiri dari jenis kelamin yang sama, tetapi kemudian meliputi kedua jenis kelamin.

3. Kelompok besar

Kelompok ini terdiri dari beberapa kelompok kecil dan kelompok teman dekat, berkembang dengan meningkatnya minat pesta dan berkencan. Kelompok ini besar sehingga penyesuaian minat berkurang di antara anggota-anggotanya. Terdapat jarak sosial yang lebih besar di antara mereka.

4. Kelompok yang terorganisasi

Kelompok ini adalah kelompok yang dibina oleh orang dewasa, dibentuk oleh sekolah dan organisasi masyarakat untuk memenuhi kebutuhan sosial para remaja yang tidak mempunyai klik atau kelompok besar.

5. Kelompok geng

Remaja yang tidak termasuk kelompok atau kelompok besar dan merasa tidak puas dengan kelompok yang terorganisasi akan mengikuti kelompok geng. Anggotanya biasanya terdiri dari anak-anak sejenis dan minat utama mereka adalah untuk menghadapi penolakan teman-teman melalui perilaku anti sosial.

2.1.6. Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Remaja terhadap Rokok

Sama halnya dengan penggunaan zat-zat (substance) lainnya, terdapat beberapa faktor resiko yang berpengaruh terhadap penggunaan rokok atau perilaku merokok pada remaja. Dalam Siquera (2004) terdapat dua faktor yang mempengaruhi perilaku merokok:

1. Faktor intrinsik

a. Faktor psikiatrik

Studi epidemiologi pada dewasa mendapatkan asosiasi antara merokok dengan gangguan psikiatrik seperti skizofrenia, depresi, cemas dan penyalahgunaan zat-zat tertentu. Pada remaja, didapatkan asosiasi antara merokok dengan depresi dan cemas. Gejala depresi lebih sering pada remaja perokok daripada bukan perokok. Merokok berhubungan dengan

meningkatnya kejadian depresi mayor dan penyalahgunaan zat-zat tertentu.

b. Faktor Kognitif

Kesulitan untuk menghentikan kebiasaan merokok akibat dari kecanduan nikotin disebabkan karena perokok merasakan efek bermanfaat dari nikotin. Beberapa perokok dewasa mengungkapkan bahwa merokok memperbaiki konsentrasi.

c. Jenis kelamin

Pada saat ini, peningkatan kejadian merokok tidak hanya terjadi pada remaja laki-laki. Begitupun dengan wanita, wanita yang merokok dilaporkan menjadi percaya diri, suka menentang dan secara social cakap.

d. Faktor Etnik

Kejadian merokok di Amerika Serikat cenderung lebih tinggi terjadi pada orang-orang kulit putih dan penduduk asli Amerika, serta terendah pada orang Amerika keturunan Afrika dan Asia. Laporan tersebut memberi kesan bahwa perbedaan asupan nikotin dan tembakau serta waktu paruh kotinin antara perokok dewasa Amerika keturunan Afrika dengan orang kulit putih adalah substansial. Hal ini dapat menjelaskan mengapa ada perbedaan resiko pada beberapa etnik dalam hal penyakit yang berhubungan dengan merokok.

e. Faktor genetic

Variasi genetik mempengaruhi fungsi reseptor dopamin dan enzim hati yang memetabolisme nikotin. Kensekuensinya adalah meningkatnya resiko kecanduan nikotin pada beberapa individu. Variasi efek nikotin

dapat diperantarai oleh polimorfisme gen dopamin yang mengakibatkan lebih besar atau lebih kecilnya reward dan mudah kecanduan obat.

f. Stress

Stress merupakan respon individu dimana terjadi ketidaksesuaian antara harapan dan pencapaian yang ditampilkan melalui perasaan secara emosional. Banyak hal yang dapat menyebabkan stress, terlambat dalam perjalanan, kecemasan akan kondisi keluarga, ataupun tugas yang sudah ditunggu pada batas waktu akhir. Ketidakmampuan mengatasi hal tersebut dengan baik akan direfleksikan melalui perasaan emosional seperti marah, tegang, cemas bahkan agresi. Stress merupakan pergerakan energi “mobilized energy” yang diperlukan agar seseorang dapat berfikir lebih baik, sehingga dari ketidaksesuaian yang ada, seseorang dapat menganalisa masalah dan memperbaikinya.

2. **Faktor ekstrinsik**

a. Faktor Lingkungan

Faktor-faktor lingkungan yang berkaitan dengan penggunaan tembakau antara lain orangtua, saudara kandung maupun teman sebaya yang merokok. Selain itu juga karena paparan iklan rokok dimedia. Orangtua seperti halnya memegang peranan penting, dalam pembentukan perilaku merokok remaja.

b. Faktor Regulatori

Peningkatan harga jual atau diberlakukannya cukai yang tinggi, diharapkan dapat menurunkan daya beli masyarakat terhadap rokok. Selain itu pembatasan fasilitas merokok dengan menetapkan ruang atau

daerah bebas rokok diharapkan dapat mengurangi konsumsi. Akan tetapi kenyataannya masih terdapat peningkatan kejadian mulainya merokok pada remaja, walaupun telah banyak dibuat usaha-usaha untuk mencegahnya.

c. Dukungan Keluarga

Anak-anak dengan orangtua perokok cenderung akan merokok dikemudian hari, hal ini terjadi paling sedikit disebabkan oleh karena dua hal: Pertama, karena anak tersebut ingin seperti bapaknya yang kelihatan gagah dan dewasa saat merokok. Kedua, ialah karena anak sudah terbiasa dengan asap rokok dirumah, dengan kata lain disaat kecil mereka telah menjadi perokok pasif dan sesudah remaja anak gampang saja beralih menjadi perokok aktif

d. Dukungan Teman

Pada masa remaja, pola interaksi mereka lebih banyak dihabiskan dengan teman-teman sebayanya. Teman sebaya mempunyai peran yang sangat berarti karena pada masa tersebut remaja mulai memisahkan diri dari orangtua dan mulai bergabung dengan teman sebaya. Kebutuhan untuk dapat diterima sering kali membuat remaja berbuat apa saja agar dapat diterima oleh kelompoknya. (Hurlock,2004).

e. Dukungan Iklan

Untuk menjaring konsumen yang lebih banyak, para produsen rokok mempunyai cara yang handal. Berbagai iklan baik dalam bentuk reklame, poster maupun iklan dalam media elektronik ditampilkan dengan maksud untuk merangsang para konsumen mencoba produk yang mereka

iklankan. Selain berperan terhadap perubahan persepsi, iklan menjadi media penting bagi remaja dalam memperoleh informasi seputar rokok.

3. Faktor Psikososial

Aspek perkembangan sosial remaja antara lain: menetapkan kebebasan dan otonomi, membentuk identitas diri dan penyesuaian perubahan psikososial berhubungan dengan maturasi fisik. Merokok menjadi sebuah cara agar mereka tampak bebas dan dewasa saat mereka menyesuaikan diri dengan teman sebayanya. Istirahat, santai dan kesenangan, penampilan diri rasa ingin tahu rasa bosan, sikap menentang dan stress berkontribusi remaja untuk mulai merokok. Selain itu rasa rendah diri, hubungan interpersonal yang kurang baik, putus sekolah sosial ekonomi yang rendah dan tingkat pendidikan orangtua yang rendah serta tahun-tahun pertama transisi antara sekolah dasar dan sekolah menengah juga menjadi faktor resiko lain yang mendorong remaja mulai merokok.

2.2 Konsep Diri

2.2.1. Definisi Konsep Diri

Konsep diri adalah apa yang dipikirkan dan dirasakan tentang dirinya sendiri. Ada dua konsep diri, yaitu konsep diri komponen kognitif dan konsep diri komponen afektif. Komponen kognitif disebut *self image* dan komponen afektif disebut *self esteem*. Komponen kognitif adalah pengetahuan individu tentang dirinya mencakup pengetahuan “siapa saya” yang akan memberikan gambaran tentang diri saya, gambaran ini disebut citra diri. Sementara itu, komponen afektif merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang akan membentuk

bagaimana penerimaan terhadap diri dan harga diri individu (Ghufron dan Risnawita. 2011. 14).

Konsep diri merupakan gambaran seseorang mengenai dirinya sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional, aspirasi dan prestasi yang mereka capai. Konsep diri adalah pandangan individu mengenai siapa diri individu, dan itu bisa diperoleh lewat informasi yang diberikan orang lain kepada individu (Hurlock , 2012).

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah semua persepsi kita terhadap aspek diri, aspek fisik, aspek sosial dan aspek psikologis, yang didasarkan pada pengalaman dan interaksi dengan orang lain. Konsep diri juga merupakan suatu hal yang penting dalam pengintegrasian kepribadian, memotivasi tingkah laku sehingga pada akhirnya akan tercapainya kesehatan mental.

2.2.2. Perkembangan Konsep Diri

Konsep diri terbentuk melalui sejumlah besar pengalaman yang tersusun secara hirarki. Jadi konsep diri pertama terbentuk merupakan dasar bagi konsep diri berikutnya. Berdasarkan pengamatan psikologi kognitif, pengenalan akan diri pertama kali disebut dengan *self schema*. Pengalaman dengan anggota keluarga dalam hal ini orang tua memberikan informasi mengenai siapa kita. *Self schema* ini kemudian berkembang menjadi *priming*, proses dimana ada memori yang meningkatkan kita mengenai sesuatu yang terjadi di masa lalu. Peran yang kemudian kita jalankan kelak akan berkembang menjadi konsep diri.

Individu tidak lahir dengan konsep diri, karena konsep diri bukan bawaan. Konsep diri terbentuk seiring dengan perkembangan individu tersebut dan karena adanya interaksi dengan orang lain di sekitarnya (Yudit, 2008: 147). Hal ini sesuai dengan pendapat Melanie D. Murmanto (2007: 68) yang mengatakan bahwa proses pembentukan konsep diri dimulai sejak usia kecil. Hurlock (2010: 238-239) mengatakan hal yang sama, bahwa konsep diri berasal dari kontak anak dengan orang, cara orang memperlakukan anak tersebut, apa yang dikatakan pada dan tentang anak tersebut, serta status anak dalam kelompok di mana mereka diidentifikasi.

Melanie D. Murmanto (2007: 68) yang menyebutkan bahwa masa kritis dari pembentukan konsep diri adalah saat seseorang masuk sekolah dasar. Masa kritis tersebut dikarenakan pada usia 6-7 tahun batas-batas dari diri individu mulai menjadi lebih jelas sebagai hasil dari eksplorasi dan pengalaman dengan tubuhnya sendiri. Hurlock (2010: 238-239) memberikan penjelasan bahwa wawasan sosial sangat dipengaruhi tingkat intelegensi seseorang. Seseorang yang cerdas akan lebih pandai menginterpretasikan perasaan orang lain terhadapnya berdasarkan apa yang dikatakan dan dilakukan orang lain terhadapnya dibandingkan anak yang kurang cerdas. Interpretasi mereka dari perasaan orang lain menentukan apakah mereka akan mengembangkan konsep diri yang baik atau tidak.

Konsep diri yang pertama kali terbentuk disebut konsep diri primer. Hal ini diperoleh di lingkungan keluarga terutama pada tahun-tahun awal kehidupan. Kemudian konsep diri akan terus berkembang sejalan dengan semakin luasnya hubungan sosial yang diperoleh anak.

Bagaimana orang-orang disekitarnya memperlakukan dirinya, apa yang mereka katakan tentang dirinya, status yang diraihinya dalam kelompok akan memperkuat dan memodifikasi konsep diri yang telah terbentuk dalam keluarga. Oleh karena struktur konsep diri tersebut berkembang secara hirarkis dan saling terkait satu sama lainnya, maka ia akan mencapai tingkat perkembangan tertentu yang relatif stabil. Namun ada juga pendapat yang mengatakan bahwa sepanjang kehidupan seseorang konsep diri individu secara kontinu akan berkembang dan berubah.

Sumber informasi untuk konsep diri adalah interaksi individu dengan orang lain. Individu menggunakan orang lain untuk menunjukkan siapa dia. Individu membayangkan bagaimana pandangan orang lain terhadapnya dan bagaimana mereka menilai penampilannya. Penilaian pandangan orang lain diambil sebagai gambaran tentang diri individu. Orang lain yang dianggap bisa mempengaruhi konsep diri seseorang adalah :

a. Orang tua

Orang tua memberi pengaruh yang paling kuat karena kontak sosial yang paling awal dialami manusia. Orang tua memberikan informasi yang menetap tentang individu, mereka juga menetapkan pengharapan bagi anaknya. Orang tua juga mengajarkan anak bagaimana menilai diri sendiri.

b. Teman sebaya

Kelompok teman sebaya menduduki tempat kedua setelah orang tua terutama dalam mempengaruhi konsep diri anak. Masalah penerimaan atau penolakan dalam kelompok teman sebaya berpengaruh terhadap diri anak.

c. Masyarakat

Masyarakat punya harapan tertentu terhadap seseorang dan dan harapan itu masuk ke dalam diri individu, dimana individu akan berusaha melaksanakan harapan tersebut.

d. Hasil dan proses belajar

Belajar merupakan hasil perubahan permanen yang terjadi dalam diri individu akibat dari pengalaman. Pengalaman dengan lingkungan dan orang sekitar akan memberikan masukan mengenai akibat suatu perilaku. Akibat ini bisa menjadi berbentuk sesuatu yang positif maupun negatif.

2.2.3. Faktor – Faktor Konsep Diri

Pembentukan konsep diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Hardy dan Heyes bahwa faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah :

1. Reaksi dari orang lain
2. Perbandingan dengan orang lain
3. Peranan seseorang
4. Identifikasi terhadap orang lain

Rakhmat menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri yaitu : orang lain dan kelompok rujukan (*reference group*). Sedangkan Gunarsa dalam bukunya menyebutkan bahwa selain faktor lingkungan, faktor spesifik lain yang mempengaruhi konsep diri adalah :

a. Jenis kelamin

Dalam keluarga, lingkungan sekolah ataupun dalam lingkungan masyarakat yang lebih luas akan berkembang bermacam-macam tuntutan peran yang berbeda-beda berdasarkan jenis kelamin. Tuntutan ini berdasar atas tiga macam kekuatan yang berbeda seperti yaitu biologis, lingkungan keluarga dan kebudayaan. Dorongan biologis menyebabkan seseorang, secara bawaan, bertingkah laku, berpikir, berperasaan yang berbeda antara jenis kelamin yang berbeda.

b. Harapan-harapan

Stereotipi sosial mempunyai peranan yang penting dalam menentukan harapan-harapan apa yang dipunyai oleh seorang remaja terhadap dirinya, itu merupakan pencerminan dari harapan-harapan orang lain terhadap dirinya.

c. Suku bangsa

Dalam suatu masyarakat terdapat suatu kelompok suku bangsa tertentu yang dapat dikatakan tergolong sebagai kaum minoritas. Remaja dari kelompok minoritas umumnya mengembangkan suatu konsep diri yang kurang positif dibandingkan dengan kelompok mayoritas lainnya.

d. Nama dan pakaian

Nama dan pakaian mempunyai pengaruh yang cukup penting perkembangan konsep diri seorang remaja. Nama atau panggilan tertentu yang membesar-besarkan kelemahan dalam diri seseorang dapat mempunyai pengaruh yang negatif terhadap perkembangan konsep diri remaja. Serta melalui caranya berpakaian, kita dapat menilai atau

mempunyai gambaran mengenai sisi dari seorang remaja tersebut itu melihat dirinya sendiri.

Hurlock dalam bukunya psikologi perkembangan menyebut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah :

- 1) Usia kematangan
- 2) Penampilan diri
- 3) Kepatutan seks
- 4) Nama dan julukan
- 5) Hubungan keluarga
- 6) Teman-teman sebaya
- 7) Kreativitas
- 8) Cita-cita

Konsep diri berkembang dari sejumlah sumber yang saling berkait antara satu sumber dengan sumber yang lain. Menurut Burns , konsep diri dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut :

- a. Citra diri, yang berisi tentang kesadaran dan citra tubuh, yang pada mulanya dilengkapi melalui presepsi indrawi. Hal ini merupakan inti dan dasar dari acuan dan identitas diri yang terbentuk.
- b. Kemampuan bahasa. Bahasa timbul untuk membantu proses diferensiasi terhadap orang lain yang ada di sekitar individu dan juga untuk memudahkan atas umpan balik yang dilakukan oleh orang-orang terdekat (significant others).
- c. Umpan balik dari lingkungan, khususnya dari orang-orang terdekat (significant others). Individu yang citra tubuhnya mendekati ideal

masyarakat atau sesuai dengan yang diinginkan oleh orang lain yang dihormatinya, akan mempunyai rasa harga diri yang akan tampak melalui penilaian-penilaian yang terefleksikan.

- d. Identifikasi dengan peran jenis yang sesuai dengan stereotip masyarakat. Identifikasi berdasarkan penggolongan seks dan peranan seks yang sesuai dengan pengalaman masing-masing individu yang berpengaruh terhadap sejauh mana individu memberi label maskulin atau feminin kepada dirinya sendiri.
- e. Pola asuh, perlakuan dan komunikasi orang tua. Hal ini akan berpengaruh terhadap harga diri individu karena ada ketergantungan secara fisik, emosional dan sosial kepada orang tua individu (terutama pada masa kanak-kanak), selain karena orang tua juga merupakan sumber umpan balik bagi individu.

2.2.4. Jenis – Jenis Konsep Diri

Menurut Calhoun dan Acocella , dalam perkembangannya konsep diri terbagi menjadi dua, yaitu :

1. Konsep diri positif

Konsep diri yang positif menunjukkan adanya penerimaan diri dimana individu dengan konsep diri positif mengenal dirinya dengan baik sekali.

Konsep diri positif bersifat stabil dan bervariasi. Individu yang memiliki konsep diri positif akan memahami dan menerima sejumlah fakta yang bermacam-macam tentang dirinya sendiri sehingga evaluasi terhadap dirinya sendiri menjadi positif dan dapat menerima dirinya apa adanya.

Individu yang mempunyai konsep diri positif akan merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan realitas, yaitu tujuan yang memiliki kemungkinan besar untuk dapat dicapai, mampu menghadapi kehidupan didepannya serta menganggap bahwa hidup adalah suatu proses penemuan.

2. Konsep diri negatif

Calhoun dan Acocella membagi konsep diri negatif menjadi dua tipe, yaitu :

- a. Pandangan individu tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur, tidak memiliki perasaan, kestabilan, dan keutuhan diri. Individu tersebut benar-benar tidak tahu siapa dirinya, kekuatan dan kelemahannya atau yang dihargai dalam kehidupannya.
- b. Pandangan terhadap dirinya sendiri terlalu stabil dan teratur. Hal ini dapat terjadi karena individu dididik dengan cara yang keras, sehingga menciptakan citra diri yang tidak mengizinkan adanya penyimpangan dari seperangkat hukum yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat.

2.3 Teman Sebaya

2.3.1 Definisi Tekanan Teman Sebaya (Peer Pressure)

“Peer Pressure” adalah tekanan sosial dari sebuah kelompok masyarakat, yang mengharuskan seseorang untuk bertindak dan berpikiran dengan cara tertentu, agar dia dapat diterima oleh kelompok masyarakat tersebut. Tekanan untuk mengikuti teman sebaya menjadi sangat kuat pada masa remaja (Santrock, 2003). Teman sebaya juga dapat diartikan sebagai kelompok orang yang mempunyai latar belakang, usia, pendidikan, dan status sosial yang sama, dan

mereka biasanya dapat mempengaruhi perilaku dan keyakinan masing-masing anggotanya.

Asmani (2012) menambahkan selain tingkat usia yang sama, teman sebaya juga memiliki tingkat kedewasaan yang sama. Jadi dapat disimpulkan bahwa teman sebaya adalah sekelompok orang yang seumur, berlatar belakang, berpendidikan, dan dalam status sosial yang sama, dimana dalam kelompok tersebut biasanya terjadi pertukaran informasi yang mungkin saja dapat mempengaruhi perilaku dan keyakinan dari anggota lainnya.

Memasuki masa remaja, individu akan mulai belajar tentang hubungan timbal balik yang akan di dapatkan ketika mereka melakukan interaksi dengan orang lain maupun dengan temannya sendiri. Selain itu mereka juga belajar untuk mengobservasi dengan teliti mengenai minat dan pandangan temannya, ini dilakukan agar remaja mudah ketika ingin menyatu atau beradaptasi dengan temannya (Piaget dan Sullivan dalam Asmani, 2012)

Menurut Santrock (2012) *peer pressure* bisa mendatangkan hal yang positif maupun hal yang negatif, tergantung dari satu lingkungan pergaulan remaja. Akan tetapi dalam faktanya, peer pressure lebih sering mendatangkan hal negatif bagi para remaja.

2.3.2 Ciri-ciri Teman sebaya

Karakteristik teman berpengaruh penting terhadap perkembangan remaja (Erath dkk, 2010; Vitaro, Boivin, & Bukowski, 2009). Relasi dengan kawan sebaya mengalami perubahan penting selama masa remaja, termasuk perubahan dalam persahabatan, serta kelompok sebaya. Selama masa remaja, Sullivan

berpendapat bahwa dalam pergaulan teman sebaya menjadi sangat penting untuk memenuhi kebutuhan sosial. Berikut ini ciri-ciri pergaulan teman sebaya menurut (Sears dalam Santrock, 2007: 83) adalah sebagai berikut :

1. Interaksi antar sebaya. Interaksi yang diadakan dengan teman-teman yang berganti kepada pertemuan dengan kelompok yang tetap
2. Minat serta intensitas dalam berkelompok
3. Peran sosial di dalam kelompok sebaya, individu belajar menempatkan dirinya sebagai anggota kelompok, dan mampu menyadari identitas sosial yang terjadi di dalam kelompok
4. Perbandingan sosial. Dalam berinteraksi, biasanya timbul proses saling mempengaruhi dan perilaku saling bersaing dikarenakan adanya kebutuhan untuk menilai diri sendiri dan kebutuhan ini dapat dipenuhi dengan membandingkan diri dengan orang lain di luar lingkungan kelompok

2.3.3 Bentuk-bentuk kelompok teman sebaya

Hurlock (2012) menyebutkan kelompok-kelompok sosial yang paling sering terjadi pada masa remaja adalah :

1. Teman dekat

Biasanya remaja memiliki dua atau tiga orang teman dekat atau sahabat. Dan pada umumnya teman mereka terdiri dari jenis kelamin dan usia yang sama, mempunyai tujuan, keinginan, dan kemampuan 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.

a. Kelompok besar

Kelompok ini terdiri dari beberapa kelompok kecil dan kelompok teman dekat. Kelompok ini berkembang dengan meningkatnya minat untuk bersenang-senang dan menjalin hubungan. Karena besarnya kelompok ini membuat penyesuaian minat berkurang diantara anggota-anggotanya. Sehingga timbul jarak sosial yang besar diantara mereka.

b. 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 untuk memenuhi kebutuhan sosial para remaja yang tidak mempunyai kelompok besar.

c. Kelompok geng

Kelompok ini terbentuk karena remaja tidak termasuk dalam kelompok atau kelompok besar dan merasa kurang puas dengan kelompok yang terorganisasi akan mengikuti kelompok geng. Anggotanya biasanya terdiri dari anak-anak sejenis yang minat utama mereka adalah untuk menghadapi penolakan teman-teman melalui perilaku anti sosial.

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 dalam Desmita, 2012). Pernyataan ini diperkuat oleh Hartup yang menemukan bahwa pengaruh teman sebaya memberikan fungsi-fungsi sosial dan psikologis yang sangat penting bagi remaja, Hightower juga menyatakan bahwa hubungan teman sebaya yang harmonis selama masa remaja akan menghasilkan kesehatan mental yang positif pada usia setengah baya. (Desmita, 2012).

Kelly dan Hansen (dalam Desmita, 2012), menyebutkan 6 fungsi dari teman sebaya, yaitu :

1. Mengontrol impuls-impuls negatif. Interaksi dengan teman sebaya membuat remaja belajar bagaimana memecahkan masalah dengan cara-cara lain dengan tidak meluapkan kemarahan langsung.
2. Mendapatkan dukungan emosional dan sosial serta menjadi lebih mandiri. Kelompok teman sebaya memberikan dukungan untuk mencoba peran dan tanggung jawab baru, hal ini membuat berkurangnya rasa ketergantungan mereka dengan keluarganya.
3. Meningkatkan keterampilan-keterampilan sosial, mengembangkan kemampuan penalaran, dan belajar untuk mengekspresikan perasaan-perasaan dengan cara-cara yang lebih dewasa.
4. Mengembangkan sikap terhadap seksualitas dan tingkah laku peran jenis kelamin. Dari teman sebaya, remaja belajar tentang tingkah laku dan sikap yang mereka dengan menjadi laki-laki dan perempuan muda.

5. Memperkuat penyesuaian moral dan nilai-nilai. Dalam kelompok, remaja mencoba untuk mengambil keputusan menurut diri mereka sendiri. Mereka menilai sendiri nilai-nilai yang dimilikinya dan yang dimiliki temannya, selanjutnya mereka akan memutuskan mana yang benar menurut mereka. Hal ini dapat membantu remaja dalam mengembangkan kemampuan penalaran moral mereka.
6. Meningkatkan harga diri. Seorang remaja akan merasa nyaman dan senang ketika dirinya menjadi orang yang disukai dalam kelompoknya.

2.3.5 Remaja dan kelompok sebaya

Seiring dengan perkembangan sosial remaja, maka remaja mulai memisahkan diri dari orang tua dan mulai memperluas hubungan dengan teman sebaya. Kelompok sebaya menjadi begitu berarti dan sangat berpengaruh dalam kehidupan sosial remaja. Kelompok sebaya juga merupakan wadah untuk belajar, karena melalui kelompok, remaja dapat mengambil berbagai peran. Di dalam kelompok juga remaja juga menjadi sangat tergantung kepada teman sebagai sumber kesenangannya sehingga keterikatan dengan teman sebaya menjadi begitu kuat. Kecendrungan keterikatan dalam kelompok tersebut akan bertambah dengan meningkatnya frekuensi interaksi diantara anggota-anggotanya.

Pada awal usia remaja, keterlibatan remaja dalam kelompok sebaya ditandai dengan persahabatan dengan teman, pada mulanya hanya dengan teman sejenis, hubungan yang terjadi begitu akrab karena melibatkan emosi yang cukup kuat. Hubungan dengan lawan jenis biasanya terjadi dalam kelompok yang lebih

besar. Seorang sahabat merupakan pendengar terbaik, yaitu tempat remaja mencoba kemungkinan peran-peran dan identitas yang ingin dicobanya. Dengan mempunyai sahabat remaja dapat saling mendukung satu sama lain, saling memperhatikan apa yang dipikirkan dan dirasakan sahabatnya.

Pada usia pertengahan keterlibatan remaja dalam kelompok semakin besar, ditandai dengan terjadinya perilaku konformitas terhadap kelompok. Remaja mulai bergabung dengan kelompok-kelompok sesuai dengan minatnya seperti olahraga, musik, dan kelompok-kelompok lainnya. Pada usia ini juga remaja sudah mulai menjalin hubungan khusus dengan teman lawan jenisnya. Dan pada akhir usia remaja ikatan dengan kelompok sebaya menjadi berkurang, dan nilai-nilai dalam kelompok menjadi kurang begitu penting karena pada umumnya remaja lebih merasa senang dengan nilai-nilai dan identitas dirinya (Sih Utami, 2013)

2.3.6 Hal yang menyebabkan remaja terpengaruh oleh *Peer Pressure*

1. Peer Pressure mempengaruhi remaja

Pengaruh teman sebaya tidak hanya lewat tekanan atau ajakan mereka untuk bertindak, atau bersikap seperti yang mereka lakukan, tetapi juga dapat timbul dari diri remaja itu sendiri. Selain itu pengaruh tekanan teman sebaya (*Peer Pressure*) juga dapat berupa mencaci, membentak, mengancam, memaksa, menodong bahkan memukul. Seringkali, kurangnya percaya diri dan perasaan tidak aman membuat seorang remaja mudah dipengaruhi teman sebaya (Daradjat, 1983). Tetapi mengingat usia remaja yang baru beralih dari masa kanak-kanak, kebanyakan dari mereka

memiliki pandangan dan pendapat yang tidak pasti, bersikap labil, kurang dapat diandalkan, bahkan ceroboh. (Daradjat,1983).

2. Remaja ingin diterima sehingga meniru Peer Pressure

Seiring dengan penambahan usia, pengaruh dari orang tua makin berkurang pada remaja, sebaliknya keinginan untuk populer dan diterima oleh teman sebaya bertambah kuat. Pada masa ini orang tua lebih dianggap sebagai seseorang yang dapat mengerti atau sumber kasih sayang ketika remaja diterpa galau. Namun, bila mereka tidak menemukan orang tua di rumah saat remaja dalam kondisi seperti ini, maka mereka mencari tempat curhat diantara teman-teman sebaya (Daradjat,1983).

2.3.7. Penelitian Sebelumnya Terkait *Peer Pressure*

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh (Marisawati Riza Ramandani , Fakultas Psikologi Universitas Islam , Yogyakarta , 2014) dengan judul “Hubungan Antara Tekanan Teman Sebaya Negatif (Negative Peer Pressure) Dengan Kesejahteraan Subjektif (Subjective Well-Being) Pada Remaja”. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara negative peer pressure dengan subjective well-being pada remaja awal. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi negative peer pressure, maka semakin rendah subjective well-being pada remaja awal. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah negative peer pressure, maka semakin tinggi subjective well-being pada remaja awal. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka hipotesis pada penelitian ini diterima.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh (Ahmad Suprayitno , Fakultas Ilmu Keperawatan Dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah , Semarang , 2013) dengan judul ”Pengaruh Teman Sebaya terhadap Perilaku Merokok Remaja di SMK Sepuluh Nopember Semarang”. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa tidak merokok yaitu sebanyak 58,7%, sebagian besar faktor teman sebaya dalam kategori baik yaitu 51,4%. Hasil analisis menemukan ada hubungan yang bermakna antara faktor teman sebaya dengan perilaku merokok pada siswa SMK Sepuluh Nopember Semarang. Saran: Berdasarkan hasil penelitian maka diharapkan Remaja hendaknya dapat menjaga diri dengan memilih pergaulan yang baik dan tidak mudah terjerumus kedalam tindakan yang salah seperti perilaku merokok.

2.4 Konsep Perilaku Merokok

2.4.1. Definisi Perilaku Merokok

Dilihat dari segi biologis, perilaku adalah suatu tindakan atau kegiatan makhluk hidup yang bersangkutan. dan pada dasarnya perilaku adalah tindakan manusia yang memiliki arti sangat luas misalnya berjalan, tertawa, menangis, bekerja, menulis, membaca, dan sebagainya. Maka dapat disimpulkan bahwa perilaku (manusia) adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (Notoatmodjo 2010).

Kata merokok berasal dari suku kata yaitu rokok, rokok adalah silinder dari kertas berukuran panjang antara 70 hingga 120 mm (bervariasi tergantung Negara) dengan diameter sekitar 10 mm yang berisi daun-daun tembakau yang

telah dicacah. Rokok dibakar pada salah satu ujungnya dan dibiarkan membara agar asapnya dapat dihirup lewat mulut pada ujung lainnya (Juliansyah, 2010).

Merokok merupakan kegiatan yang menyebabkan efek kenyamanan. Rokok memiliki *antidepressant* yang menimbulkan efek kenyamanan pada efek pada perokok, walaupun perilaku merokok merupakan perilaku yang membahayakan kesehatan karena terdapat 4000 racun dalam sebatang rokok (Roschayati, 2015).

2.4.2. Tipe perilaku merokok

Menurut Tomkins (dalam Aula 2010) menyebutkan terdapat empat tipe perilaku merokok, yaitu :

1. Tipe perokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif, yaitu dengan merokok seseorang akan merasakan lebih positif dalam dirinya
 - a. *Pleasure relaxation*, perilaku merokok hanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat, misalnya merokok setelah minum kopi atau makan
 - b. *Simulation to pick them up*, merokok hanya dilakukan untuk menyenangkan perasaan
 - c. *Pleasure of handling the cigarette*, kenikmatan yang diperoleh hanya dengan memegang rokok. Misalnya perokok yang lebih senang berlama-lama untuk memainkan rokoknya dengan jari-jarinya sebelum ia nyalakan dengan api atau menghisapnya.
2. Perilaku merokok yang dipengaruhi perasaan negatif

Banyak orang merokok untuk mengurangi perasaan negatif dalam dirinya.

Misalnya merokok bila marah, cemas, gelisah, rokok dianggap sebagai pelampiasan. Menurut mereka menggunakan rokok disaat perasaan tidak enak akan membuat perasaan mereka menjadi lebih nyaman kembali.

3. Perilaku merokok yang adiktif

Perokok yang sudah kecanduan akan menambah dosis rokok yang digunakannya sedikit demi sedikit, terutama ketika efek dari rokok yang dihisapnya mulai berkurang. Mereka umumnya akan mencari rokok untuk persediaan, sehingga ketika ia menginginkannya rokok itu sudah tersedia.

2.4.3. Tahapan Perilaku Merokok

Perilaku merokok tidak terjadi secara kebetulan, karena ada tahap yang dilalui seseorang perokok sebelum ia menjadi perokok reguler yaitu Seorang yang telah menganggap rokok telah menjadi bagian dari hidupnya. Menurut Leventhal dan Cleary dalam Fajar Juliansyah (2010) ada 4 tahap dalam perilaku merokok sehingga menjadi perokok, yaitu:

1. Tahap *preparatory*

Tahap ini remaja mendapatkan model yang menyenangkan dari lingkungan dan media. Remaja yang mendapatkan gambaran yang menyenangkan mengenai merokok dengan cara mendengar, melihat, atau dari hasil bacaan yang menimbulkan minat untuk merokok. *Life model* remaja yaitu:

- a) Teman sebaya yang paling utama menjadi *life model*, remaja akan menularkan perilaku merokok dengan cara menawari teman-teman remaja lain tentang kenikmatan merokok, atau solidaritas kelompok. Dari teman sebaya ini kemudian remaja yang belum merokok

menginterpretasi bahwa dengan merokok dia akan mendapatkan kenyamanan, dan atau dapat diterima oleh kelompok, dari hasil interpretasi tersebut kemungkinan remaja membentuk dan memperkokoh *anticipatory belief* yaitu *belief* yang mendasari bahwa remaja membutuhkan pengakuan teman sebaya.

b) Orang tua, orang tua yang merokok kemungkinan berdampak besar pada pembentukan perilaku merokok pada remaja. Hal tersebut membuat *permission belief* remaja. Interpretasi remaja yang mungkin terbentuk adalah bahwasanya merokok tidak berbahaya, tidak melanggar peraturan norma. Hasil dari interpretasi tersebut memungkinkan terbentuknya *permission belief system*.

c) Model lain yang sangat berpengaruh juga adalah peran media massa.

2. Tahap *Initiation*

Tahap perintisan merokok yaitu tahap seseorang meneruskan untuk Tetap mencoba-coba merokok, setelah terbentuk interpretasi-inpretasi tentang model yang ada, kemudian remaja mengevaluasi hasil interpretasi tersebut melalui persaan dan perilaku.

3. Tahap *Becoming Smoker*

Menurut Leventhal dan Clearly dalam Rochayati (2015) tahap *becoming smoker* merupakan tahap dimana seseorang telah mengkonsunsi rokok sebanyak empat batang perhari. Hal ini didukung dengan adanya kepuasan psikologis dari dalam diri, dan terdapat *reinforcement* positif dari teman sebaya. Untuk memperkokoh perilaku merokok paling tidak ada kepuasan psikologis tertentu yang diperoleh ketika remaja merokok, dijelaskan oleh

Helmi dan Komalasari (2013) sebagai akibat atau efek yang diperoleh dari merokok berupa keyakinan dan perasaan yang menyenangkan. Hal ini memberikan gambaran bahwa perilaku merokok bagi remaja dianggap bisa memberikan kenikmatan yang menyenangkan. Selain mendapatkan kepuasan psikologis, *reinforcement* positif dari teman sebaya juga merupakan faktor yang menentukan remaja untuk merokok karena lingkungan teman sebaya mempunyai arti yang penting bagi remaja untuk bisa diterima.

Menurut Brigham dan Helmi (2013) remaja tidak ingin dirinya disebut banci atau pengecut dan merokok dianggap sebagai simbolisasi kejantanan, kekuasaan dan kedewasaan. Bisa jadi simbol kedewasaan kejantanan dan kekuasaan merupakan hasil evaluasi proses kognisi atas interpretasi remaja terhadap orang tua yang bertindak sebagai *life-model* merokok yang kemudian dievaluasi melalui perasaan dan tindakan yaitu dengan merokok akan terlihat jantan, dewasa, dan berkuasa tentunya akan sangat membanggakan.

4. Tahap *Maintenance Of Smoking*

Pada tahap ini merokok sudah menjadi salah satu bagian dari cara pengaturan diri (*self-regulating*). Merokok dilakukan untuk memperoleh efek fisiologis yang menyenangkan, pada tahap ini individu telah betul-betul merasakan kenikmatan dari merokok sehingga merokok sudah dilakukan sesering mungkin untuk mengeliminasi kecemasan, menghindari kecemasan juga sebagai upaya untuk relaksasi menghilangkan kelelahan, rasa tidak enak ketika makan ketika bekerja, ketika lelah berpikir, bahkan ketika merasa terpojokan. Tahap ini terjadi setelah keyakinan ini terbentuk yaitu keyakinan dengan merokok mendapat pengakuan dari teman sebaya (*anticipatory beliefs*), serta keyakinan

bahwa merokok bukan merupakan suatu pelanggaran norma (*permissions beliefs*). Selain itu perilaku permisif orang tua tentang bagaimana menyikapi remaja yang merokok dapat berpengaruh pada perilaku merokok remaja, jika saja orang tua mau bersikap tegas maka perilaku merokok pada tahap *maintenance of smoking* ini dapat ditekan atau diminimalisir (Rochayai, 2015).

2.4.4. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja

Sejumlah studi menyebutkan sebagian besar perilaku merokok dimulai di usia remaja (Doe dan DeSanto, 2009). Data Riskesdas 2013 menunjukkan bagaimana pola merokok yang ada di Indonesia, dimana rata-rata umur mulai merokok secara nasional adalah pada anak usia remaja dengan persentase penduduk yang mulai merokok tiap hari terbanyak pada umur 15-19 tahun (Depkes, 2013).

Menurut Lewin dalam Komasari dan Helmi (2000) mengatakan bahwa perilaku merokok disebabkan oleh factor diri sendiri dan factor lingkungan. Sedangkan Mu'tadin (2002) mengemukakan faktor-faktor yang menyebabkan seseorang merokok, yaitu :

1. Pengaruh Orang Tua

Seseorang yang berasal dari keluarga yang konservatif (keluarga yang menjaga dan memperhatikan anak-anaknya) lebih sulit untuk terlibat dengan rokok. Sedangkan seseorang yang berasal dari keluarga yang permisif (keluarga yang tidak terlalu menjaga anaknya dan menerima perilaku anak) cenderung akan mudah untuk terlibat dengan rokok. Dalam

journal of consumer affairs, Aliyah (2011) menyebutkan bahwa orangtua perokok akan berpengaruh dalam mendorong anak mereka untuk menjadi perokok pemula di usia mahasiswa. Diperkirakan pengaruh orangtua ini akan meningkatkan kemungkinan merokok 1,5 kali pada anak lelaki dan 3,3 kali lebih besar pada anak perempuan. Secara psikologis, toleransi orangtua terhadap asap rokok di rumah akan membentuk nilai bagi anak bahwa merokok adalah hal yang boleh-boleh saja dilakukan dan mereka merasa bebas untuk merokok karena tidak ada sanksi moral yang diberikan oleh orangtua (Mu'tadin, 2002).

2. Pengaruh Teman Sebaya

Kajian telah menunjukkan bahwa mahasiswa yang masih tergolong remaja mempunyai kawan-kawan yang merokok adalah lebih mungkin merokok berbanding dengan yang sebaliknya. Banyak orang terdorong menjadi perokok pemula karena untuk menyesuaikan diri pada sebuah komunitas pergaulan. Rokok membuat mereka merasa lebih diterima oleh banyak orang (Mu'tadin, 2002). Dari fakta tersebut ada 2 kemungkinan yang terjadi, pertama remaja terpengaruh oleh teman-temannya atau bahkan teman-teman remaja dipengaruhi oleh diri remaja tersebut yang akhirnya mereka semua menjadi perokok.

3. Faktor Kepribadian

Orang mencoba untuk merokok karena alasan ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit dan kebosanan. Secara kepribadian, kondisi mental yang sedang menurun seperti stress, gelisah, takut, kecewa, dan putus asa sering mendorong orang untuk menghisap asap rokok. Mereka

merasa lebih tenang dan lebih mudah melewati masa-masa sulit setelah merokok. Memang tak bisa dipungkiri bahwa 2 hal dari rokok yang memberi efek tenang, yaitu nikotin dan isapan rokok. Dalam dosis yang tertentu asupan nikotin akan merangsang produksi dopamine (hormon penenang) di otak. Namun, ini hanya terjadi sesaat dan akan berbalik menjadi efek buruk bagi kesehatan secara permanen. Ditambah lagi, sebuah literatur menyebutkan bahwa gerakan bibir menghisap dan menghembuskan lagi asap rokok memberi efek tenang secara psikis. Gerakan ini dianalisis seperti gerak reflex seseorang saat menghela nafas untuk menenangkan dirinya saat menghadapi masalah (Mu'tadi, 2002).

Ada beberapa factor kepribadian pada remaja diantaranya :

1. ID adalah reflek secara halusinasi secara tidak sadar dan didorong oleh prinsip kesenangan yang berusaha untuk memenuhi semua keinginan dan kebutuhan, apabila tidak terpenuhi maka akan timbul kecemasan dan ketegangan.
2. EGO adalah dilakukan secara sadar dan didahului dengan aktivitas berfikir dan mencegah terjadinya tegangan sampai ditemukannya suatu objek yang cocok untuk pemuasan kebutuhan.
3. SUPEREGO adalah melahirkan sebuah keyakinan karena aktivitas yang dilakukan sudah dirasa etis dimasyarakat . suatu gambaran kesadaran akan nilai-nilai dan moral masyarakat yang ditanam oleh adat-istiadat, agama, orangtua, dan lingkungan

4. Pengaruh Iklan

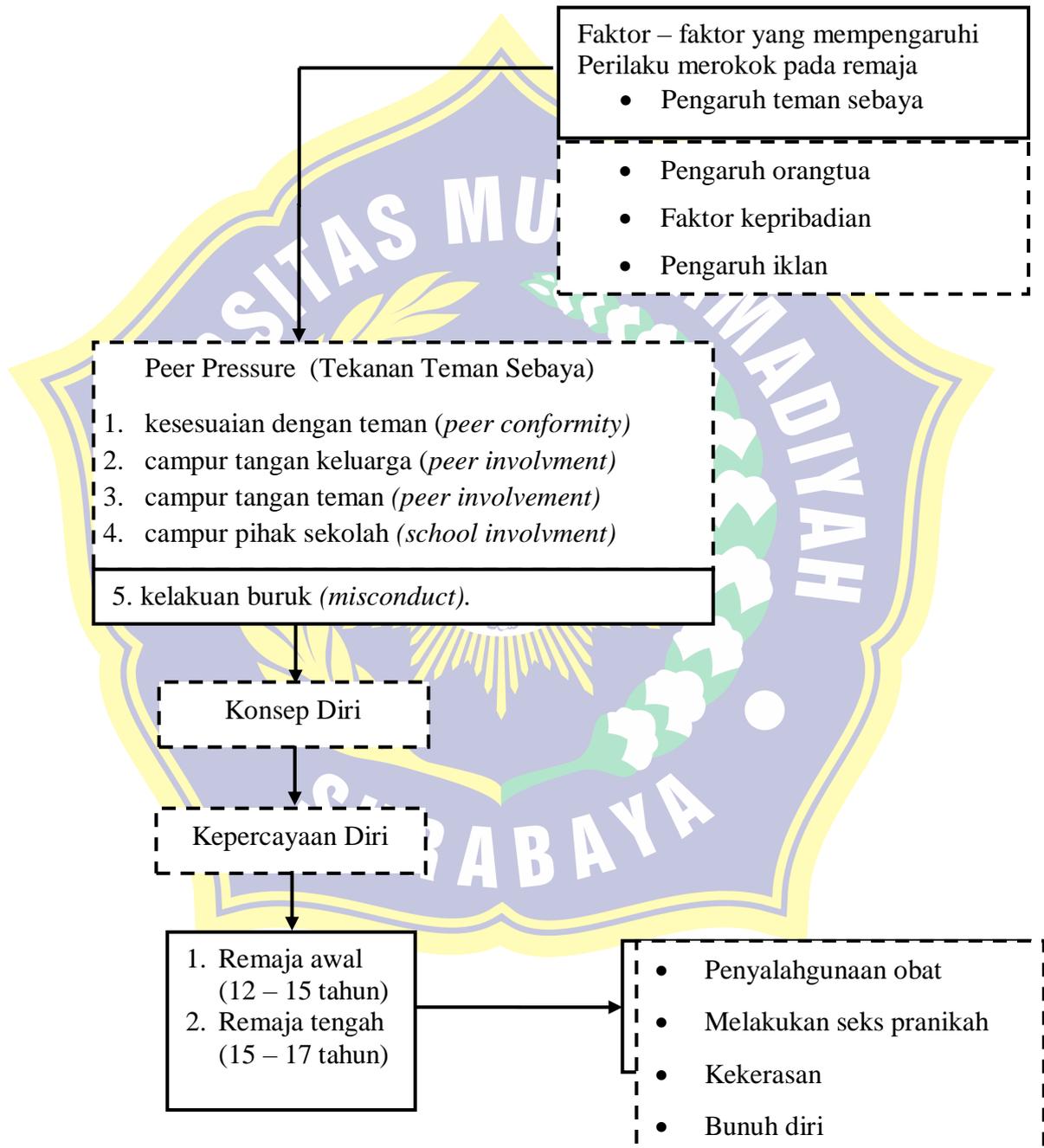
Iklan merupakan media informasi yang dibuat sedemikian rupa sehingga dapat menarik para konsumen atau khalayak secara sukarela terdorong untuk melakukan suatu tindakan sesuai dengan yang diinginkan pengiklan. Banyaknya iklan rokok di media cetak, elektronika dan media luar ruang telah mendorong rasa ingin tahu penonton tentang produk rokok (Mu'tadin, 2002). Salah satu iklan yang dianggap cukup berbahaya dan paling sering melanggar etika periklanan adalah iklan rokok.

Penggambaran tokoh serta adegan-adegan menantang dalam iklan membuat masyarakat menirunya. Iklan-iklan yang ada merangsang mereka untuk merokok dengan bujukan yang berbeda. Meskipun dalam iklan rokok tidak digambarkan orang merokok akan tetapi adegan-adegan yang identik dengan keperkasaan atau kebebasan mempengaruhi mereka untuk mengkonsumsi rokok (Mu'tadin, 2002).

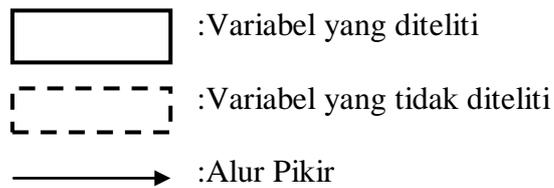
Seseorang juga terkesan lebih hebat bila merokok. Industry rokok paham betul bahwa remaja yang masih berada pada tahap mencari identitas. Industry rokok juga sangat paham mengkondisikan perasaan positif pada benda yang diiklankan di televisi (Mu'tadin, 2002).

2.5. KERANGKA KONSEP

Kerangka Konsep adalah abstraksi dari suatu realita agar dapat dikomunikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antar variabel (baik variabel yang diteliti maupun yang tidak diteliti) (Nursalam, 2008).



Keterangan :



Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Usia Remaja Dengan *Peer Pressure*

Terkait Perilaku Merokok Di CFD Taman Bungkul Surabaya.

2.6. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu pernyataan yang masih lemah dan membutuhkan pembuktian untuk menegaskan apakah hipotesis tersebut dapat diterima atau harus ditolak, berdasarkan fakta atau data empiris yang telah dikumpulkan dalam penelitian (Hidayat, A. Aziz Alimul, 2008). Hipotesis dalam penelitian ini termasuk

Ho : yaitu tidak ada hubungan usia remaja dengan kejadian *peer pressure* terkait perilaku merokok.

H1 : yaitu ada hubungan usia remaja dengan kejadian *peer pressure* terkait perilaku merokok.