

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Remaja

2.1.1 Pengertian Remaja

Remaja atau *adolescence* didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa (Efendi & Makhfudli, 2009) . Batasan usia remaja menurut WHO (2007) adalah 12 sampai 24 tahun. Namun, jika pada usia remaja seseorang sudah menikah, maka ia tergolong dalam dewasa dan bukan lagi remaja. Sebaliknya, jika usia sudah bukan lagi remaja tetapi masih tergantung pada orang tua (tidak mandiri), maka tetap dimasukkan ke dalam kelompok remaja.

Efendi dan Makhfudli (2009) mengemukakan bahwa remaja merupakan tahapan seseorang dimana ia berada diantara fase anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis, dan emosi. Untuk mendiskripsikan remaja dari waktu ke waktu memang berubah sesuai perkembangan zaman. Ditinjau dari segi pubertas, 100 tahun terakhir usia remaja putri mendapatkan haid pertama semakin berkurang dari 17,5 tahun menjadi 12 tahun, demikian pula remaja pria. Kebanyakan orang menggolongkan remaja dari usia 12-24 tahun dan beberapa literatur menyebutkan 15-24 tahun. Hal yang penting adalah masa ini seseorang mengalami perubahan pesat dalam hidupnya diberbagai aspek.

Remaja atau adolesens adalah periode perkembangan selama individu mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, biasanya

antara usia 13 sampai 20 tahun. Perubahan fisik terjadi sangat cepat pada adolesense. Maturasi seksual terjadi seiring perkembangan karakteristik seksual primer dan sekunder. Pada remaja penyesuaian dan adaptasi dibutuhkan untuk mengkopling perubahan dan usaha untuk membentuk perasaan identitas yang matur (Potter & Perry, 2005).

Hurlock (2012) mengatakan istilah *adolescene* yang digunakan sampai saat ini mempunyai arti luas mencakup kematangan mental, emosional, social, dan fisik.

2.1.2 Ciri Umum Usia Remaja

Remaja mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Perubahan yang tampak paling jelas adalah perubahan fisik. Masa remaja menjadi masa yang begitu khusus dalam hidup manusia, karena pada masa tersebut terjadi proses awal kematangan organ reproduksi manusia yang disebut sebagai masa pubertas. Pubertas berasal dari kata *pubercere* yang berarti menjadi matang. Yang spesifik pada pertumbuhan fisik remaja adalah kecepatan tumbuhnya (*growth spurt*). Pada masa ini pertumbuhan tinggi badan (linier) terjadi amat cepat. Perbedaan pertumbuhan fisik laki-laki dan perempuan adalah pada pertumbuhan organ reproduksinya, dimana akan diproduksi hormone yang berbeda, penampilan yang berbeda, serta bentuk tubuh akibat berkembangnya tanda seks sekunder (DepKes RI, 2007).

Pada perubahan psikis terjadi perkembangan psikososial yaitu masa pencarian identitas diri yang mulai dirintis sejak usia remaja muda. Pencarian identitas diri berarti pencarian diri sendiri dimana remaja ingin tahu kedudukan dan perannya dalam lingkungan. Gejala lain yang menguatkan adalah perilakunya

yang cenderung untuk melepaskan diri dari ikatan orang tuanya. Remaja akan lebih suka melakukan kegiatan pribadi atau berkumpul dengan teman-temannya dibandingkan bersama orang tuanya. Secara emosional remaja ingin disapuh, sekalipun tetap masih ingin dikasihi. Remaja mendambakan perlakuan seperti orang dewasa, serta amat puas bila pribadinya dihargai (DepKes RI, 2007).

Selain perubahan dalam diri remaja, terjadi pula perubahan dalam lingkungan seperti sikap orang tua, guru, teman sebaya dan masyarakat. Kondisi ini sebagai reaksi terhadap pertumbuhan remaja, remaja dituntut untuk mampu menampilkan sikap yang dianggap sesuai bagi orang-orang seusianya. Hal ini membuat kebutuhan remaja semakin meningkat terutama kebutuhan social dan psikologisnya. Dan untuk memenuhi kebutuhan itulah remaja memperluas lingkungan sosialnya diluar lingkungan keluarga, seperti lingkungan teman sebaya dan lingkungan masyarakat lain.

Hurlock (2012) mengemukakan ciri masa remaja sebagai berikut :

1. 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.

2. 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 bekas pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang.

3. 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.

4. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode perkembangan mempunyai masalah masing-masing, namun masalah pada saat remaja menjadi masalah yang sering kali sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun perempuan. Alasannya adalah 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. Selanjutnya karena mereka merasa dirinya mandiri, sehingga mereka menolak bantuan dari orang lain dan ingin mengatasi semua masalahnya sendiri.

5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pencarian identitas dimulai pada akhir masa kanak-kanak, penyesuaian diri dengan standar kelompok menjadi lebih penting dari pada bersikap individualis.

6. 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.

7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistic

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.

8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Dekatnya remaja dengan usia kematangan, membuat remaja 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 terlarang bahkan sampai dalam perbuatan aseksual. Secara umum masa remaja dapat dibedakan menjadi tiga tahap, yaitu sebagai berikut: Ingersoll (1989) dalam (Hendriati, 2009)

a. Masa remaja awal (12-15 tahun)

Pada tahap ini remaja mulai meninggalkan peran sebagai anak-anak dan berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik dan tidak tergantung pada orang tua. Namun remaja masih merasa heran dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya. Akibatnya mereka mulai mengembangkan pikiran-pikiran baru dan menjadi lebih peka terhadap lingkungan sekitarnya, kepekaan yang berlebihan ini ditambah dengan

berkurangnya pengendalian terhadap ego yang dapat membuat remaja sulit dimengerti oleh orang dewasa.

b. Masa remaja pertengahan (15-18 tahun)

Masa ini ditandai dengan semakin berkembangnya kemampuan berpikir yang baru. Pada masa ini remaja sangat membutuhkan teman-teman dan mulai memberi jarak kepada orang tua, ini membuat teman sebayanya menjadi sangat penting bagi remaja. Terdapat kecenderungan narsistik atau mencintai dirinya sendiri dengan cara lebih menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama dengan dirinya. Masa ini remaja akan mengalami kondisi kebingungan karena masih ragu dalam mengambil keputusan akan sesuatu yang menyangkut dirinya.

c. Masa remaja akhir (19-22 tahun)

Tahap ini adalah masa mendekati kedewasaan yang ditandai dengan persiapan akhir untuk memasuki peran-peran orang dewasa. Selama masa ini remaja berusaha meyakinkan tujuannya. Keinginan yang kuat untuk menjadi matang dan dewasa.

2.1.3 Tugas Perkembangan Remaja

Pencarian identitas diri merupakan tugas utama perkembangan psikososial adolesens. Remaja harus membentuk hubungan sebaya yang dekat atau tetap terisolasi secara sosial. Selain itu, mereka perlu mengembangkan sistem etisnya sendiri berdasarkan nilai-nilai personal. Pilihan tentang pekerjaan, pendidikan, dan gaya hidup harus dibuat. Perilaku yang menunjukkan resolusi negative pada tugas perkembangan pada usia ini adalah kebimbangan dan ketidakmampuan

menentukan pilihan. Ericson memandang krisis identitas (peran) sebagai bahaya utama pada tahap remaja (Potter & Perry, 2005).

Remaja memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Tugas ini diharapkan telah terpenuhi pada akhir masa remaja, sehingga individu akan siap untuk memasuki masa dewasa dengan peran dan tugas yang baru. Berikut ini adalah tugas-tugas perkembangan menurut Havighurst (Hendriati, 2006) :

1. Menciptakan hubungan baru dengan orang lain dan lebih matang bergaul dengan teman seusianya baik laki-laki maupun perempuan. Dengan terjalinnya hubungan pertemanan dengan lawan jenis, maka remaja dapat belajar tentang keterampilan sosial sebagai orang dewasa. Dengan demikian pada saat usia mereka bertambah tua, mereka akan lebih terampil dan siap untuk terjun pada lingkungan yang lebih luas.
2. Mencapai peran sosial pria dan wanita. Remaja dapat menerima dan belajar mengenai peran sosial yang dibenarkan dalam lingkungan orang dewasa.
3. Menerima perubahan terhadap keadaan fisiknya dan memanfaatkan perubahan tersebut secara efektif dan bijaksana. Pada diri remaja perubahan secara internal maupun eksternal terjadi secara paralel. Diharapkan dengan adanya perubahan ini, remaja dapat memiliki toleransi terhadap kondisi fisiknya, serta dapat menggunakan dan memeliharanya secara efektif dengan kepuasan pribadi.
4. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau orang dewasa lainnya. Remaja harus bisa untuk tidak tergantung lagi pada orang tua sedikit demi sedikit. Mereka harus bisa mengembangkan afeksi dari orang tua tanpa

bergantung pada mereka dan mengembangkan rasa hormat kepada orang dewasa lainnya tanpa bergantung pada mereka.

5. Mempersiapkan pernikahan dan kehidupan berkeluarga. Remaja menunjukkan perbedaan dalam sikap mereka terhadap pernikahan. Remaja dapat mengembangkan sikap positif terhadap kehidupan keluarga, khususnya wanita untuk mendapatkan pengetahuan penting dalam mengelola rumah tangga dan mengasuh anak.
6. Mempersiapkan diri untuk karir dan ekonomi. Remaja dapat mengorganisasikan suatu perencanaan dan berusaha dengan berbagai cara untuk mencapai tingkat karir yang teratur dan mampu membina kehidupan.
7. Memperoleh peringkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.
8. Mengharapkan dan mencapai perilaku social yang bertanggung jawab. Remaja belajar untuk menggabungkan diri dengan masyarakat dan negaranya. Remaja harus mengorbankan sesuatu untuk mencapai tahap kebaikan yang lebih tinggi.

2.1.4 Masalah yang Terjadi pada Remaja

Banyak sekali masalah yang akan dihadapi seseorang pada masa remaja. Santrock (2007) mengemukakan masalah-masalah yang sering terjadi pada remaja:

1. Penggunaan obat terlarang, alkohol dan rokok

Para remaja tertarik menggunakan obat-obatan karena mereka yakin bahwa obat-obatan dapat membantu mereka dalam beradaptasi terhadap lingkungan yang selalu berubah. Mereka menganggap dengan merokok,

minum-minuman keras bahkan mengkonsumsi narkoba dapat mengurangi stress, kebosanan, dan dalam situasi tertentu dapat membantu remaja untuk melarikan diri dari berbagai masalah yang dihadapinya. Remaja dapat merasakan ketenangan, kesenangan, rileks saat mengonsumsi narkoba, rokok atau minuman keras. Namun penggunaan obat untuk memperoleh kepuasan pribadi dan kemampuan beradaptasi yang sementara ini dapat menimbulkan dampak yang merugikan. Dengan demikian, remaja yang menganggap penggunaan obat terlarang adalah perilaku adaptif malah sebenarnya adalah perilaku maladaptif, karena dapat menimbulkan masalah kesehatan dalam jangka panjang dan merusak masa depannya.

2. Kenakalan remaja

Kenakalan remaja mengarah pada berbagai perilaku, mulai dari perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial seperti seks bebas, 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.

3. Gangguan depresi 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 di 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 dimasa remaja.

2.2 Konformitas Teman Sebaya

2.2.1 Pengetian Teman Sebaya

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia, teman sebaya diartikan sebagai kawan, sahabat atau orang yang sama-sama bekerja atau berbuat. Menurut Santrock (2007) mengatakan bahwa kawan-kawan sebaya adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama. Dari beberapa pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa teman sebaya adalah hubungan individu pada anak-anak atau remaja dengan tingkat usia yang sama serta melibatkan keakraban dalam kelompoknya.

Asmani (2012) mengatakan bahwa selain tingkat usia yang sama, teman sebaya juga memiliki tingkat kedewasaan yang sama. Jadi dapat disimpulkan bahwa teman sebaya adalah kelompok orang yang seumuran, 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.

Masa remaja membuat seseorang belajar tentang hubungan timbal balik yang di dapatkan ketika berinteraksi dengan lingkungannya. Selain itu, mereka juga belajar bagaimana mengobservasi dengan teliti mengenai minat dan pandangan temannya agar lebih mudah ketika ingin beradaptasi dengan mereka Piaget dan Sullivan (Asmani, 2012).

2.2.2 Bentuk-Bentuk Kelompok Teman Sebaya

Kelompok-kelompok sosial yang paling sering terjadi di masa remaja adalah : (Hurlock, 2012)

1. Teman dekat

Biasanya remaja memiliki dua atau tiga orang teman dekat yang mereka sebut dengan sahabat. 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.

3. 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.

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 untuk memenuhi kebutuhan sosial para remaja.

5. Kelompok geng

Terbentuk karena remaja tidak termasuk dalam kelompok kecil atau kelompok besar. Mereka yang 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.

2.2.3 Fungsi Teman Sebaya

Penelitian yang dilakukan pada sejumlah remaja menunjukkan bahwa hubungan yang positif dengan teman sebaya menghasilkan penyesuaian sosial yang positif pula (Santrock, 2007). Hubungan teman sebaya yang harmonis selama masa remaja akan menghasilkan kesehatan mental yang positif pada usia setengah baya (Desmita, 2012).

Menurut Gottman dan Parker dalam Santrock (2007), mengatakan bahwa ada enam fungsi pertemanan yaitu :

1. Berteman (Companionship)

Berteman akan memberikan kesempatan kepada seseorang untuk menjalankan fungsi sebagai teman bagi individu lain ketika sama-sama melakukan suatu aktivitas.

2. Stimulasi Kompetensi (Stimulation Competition)

Pada dasarnya, berteman akan memberi rangsangan seseorang untuk mengembangkan potensi dirinya karena memperoleh kesempatan dalam situasi sosial. Artinya melalui teman seseorang memperoleh informasi yang menarik, penting dan memicu potensi, bakat ataupun minat agar Berkembang dengan baik.

3. Dukungan Fisik (*Physical Support*)

Dengan kehadiran fisik seseorang atau beberapa teman, akan menumbuhkan perasaan berarti (berharga) bagi seseorang yang sedang menghadapi suatu masalah.

4. Dukungan Ego

Dengan berteman akan menyediakan perhatian dan dukungan ego bagi seseorang, apa yang dihadapi seseorang juga dirahasiakan, dipikirkan dan ditanggung oleh orang lain (temannya).

5. Perbandingan Sosial (*Social Comparison*)

Berteman akan menyediakan kesempatan secara terbuka untuk mengungkapkan ekspresi, kompetensi, minat, bakat dan keahlian seseorang.

6. Intimasi/Afeksi (*Intimacy/Affection*)

Tanda berteman adalah adanya ketulusan, kehangatan, dan keakraban satu sama lain. Masing-masing individu tidak ada maksud ataupun niat untuk menyakiti orang lain karena mereka saling percaya, menghargai dan menghormati keberadaan orang lain.

2.2.4 Konformitas Teman Sebaya

Konformitas adalah pengaruh sosial dalam bentuk penyamaan pendapat atau pola tingkah laku seseorang terhadap orang lain yang mempengaruhinya (Prayitno, 2009). Suryawati dan Maryati (2006) mendefinisikan konformitas sebagai bentuk interaksi yang didalamnya seseorang berperilaku sesuai dengan harapan kelompok atau masyarakat di mana ia tinggal, yang berarti konformitas adalah jika seseorang mengikuti sikap atau perilaku orang lain baik karena orang tersebut ingin menyamakan diri dengan norma yang dianut oleh kelompok

maupun karena adanya desakan dari kelompok tersebut. Konformitas akan menyebabkan timbulnya kepatuhan dan ketaatan.

Myers (Suryawati & Marwati, 2006) mengategorikan terdapat dua bentuk konformitas yang biasa muncul pada individu :

1. *Acceptance*

Merupakan bentuk konformitas yang dilakukan individu dengan cara menyamakan sikap, keyakinan pribadi, maupun perilakunya di depan masyarakat dengan norma dari kelompok. *Acceptance* lebih sering terjadi ketika individu percaya bahwa pendapat atau perilaku kelompok adalah benar, 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 bagaimana seharusnya bertingkah laku dan ia akan melihat dan menanyakan kepada orang lain. Mungkin jawaban yang diterima berasal dari satu orang, namun bila jawaban tersebut didukung oleh banyak orang akan lebih meyakinkan. Myers juga menekankan bahwa orang lain dapat menjadi sumber informasi yang berarti jika seseorang berada dalam situasi yang membingungkan sehingga *acceptance* adalah konformitas yang didasari oleh penerimaan seseorang terhadap bukti realitas yang diberikan orang lain. Jadi jika individu tidak tahu atau bingung harus berbuat apa maka ia akan menjadikan perilaku kelompok sebagai pedoman perilaku dan meyakinkan hal tersebut adalah benar.

Konformitas *acceptance* ini dapat dipengaruhi oleh : (Sears, 2010)

a. Kepercayaan terhadap kelompok

Masalah utamanya apakah individu mempercayai informasi yang dimiliki kelompok atau tidak. 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 yang selalu berpendapat bahwa kelompoknya selalu benar maka dia akan mengikuti apapun yang dilakukan kelompoknya tanpa memedulikan pendapatnya sendiri.

Salah satu faktor penentu kepercayaan terhadap kelompok adalah keahlian dan kompetisi yang dimiliki oleh anggota kelompok lain. Semakin tinggi tingkat keahlian dan kompetisi kelompok, maka kepercayaan penghargaan individu terhadap kelompok semakin besar.

b. Kepercayaan terhadap diri sendiri

Konformitas akan menurun jika individu mempunyai kepercayaan yang kuat terhadap penilaian perilakunya sendiri. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri adalah tingkat penilaian individu terhadap kemampuan yang dimilikinya. Faktor lain adalah kesulitan, semakin sulit hal yang harus dihadapi, maka semakin rendah rasa percaya diri yang dimiliki individu.

2. *Compliance*

Merupakan bentuk konformitas yang dilakukan individu 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. 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.

Konformitas *Compliance* ini dapat dipengaruhi oleh : (Sears, 2010)

a. Rasa takut terhadap penyimpangan

Rasa takut dianggap sebagai orang yang melakukan penyimpangan, merupakan alasan utama terjadinya konformitas *Compliance*. 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 konform 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, 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.

2.2.5 Remaja dan Kelompok Sebaya

Menurut Santrock (2007) 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 menjadi sangat tergantung kepada teman sebagai sumber kesenangannya sehingga keterikatan dengan teman sebayanya menjadi begitu kuat. Kecenderungan ketertarikan dalam kelompok tersebut akan bertambah dengan meningkatnya frekuensi interaksi diantara anggota-anggotanya.

Masih dalam Santrock (2007) 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..

Remaja memiliki kebutuhan yang kuat untuk disukai dan diterima kawan sebaya atau kelompok. Sebagai akibatnya, mereka akan merasa senang apabila diterima dan sebaliknya akan merasa sangat tertekan dan cemas apabila dikeluarkan dan diremehkan oleh kawan-kawan sebayanya. Bagi remaja, pandangan kawan-kawan terhadap dirinya merupakan hal yang paling penting.

Menurut Santrock (2007) peran terpenting dari teman sebaya adalah :

1. Sebagai sumber informasi mengenai dunia di luar keluarga.
2. Sumber kognitif, untuk pemecahan masalah dan perolehan pengetahuan.
3. Sumber emosional, untuk mengungkapkan ekspresi dan identitas diri.

Melalui interaksi dengan teman-teman sebaya, anak-anak dan remaja mempelajari modus relasi yang timbal-balik secara simetris. Bagi beberapa remaja, pengalaman ditolak atau diabaikan dapat membuat mereka merasa

keseharian dan bersikap bermusuhan. Dari uraian tersebut maka dapat diketahui bahwa teman sebaya sebagai lingkungan sosial bagi remaja mempunyai peranan yang cukup penting bagi perkembangan kepribadiannya. Teman sebaya memberikan sebuah dunia tempat para remaja melakukan sosialisasi dalam suasana yang mereka ciptakan sendiri Piaget dan Sullivan (Santrock, 2007).

2.3 Perilaku Merokok

Poerwadaminta (2003) mendefinisikan merokok sebagai kegiatan menghisap rokok dan rokok itu sendiri adalah gulungan tembakau yang dibalut dengan daun nipah atau kertas. Sedangkan pengertian merokok menurut Sitepu (2000) adalah membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok maupun pipa. Dan menurut Aula (2010) rokok dapat diklasifikasikan berdasarkan bahan pembungkusnya, bahan baku, proses pembuatan dan berdasarkan penggunaan filter.

1. Rokok berdasarkan bahan pembungkusnya
 - a. Kawung yaitu rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun aren.
 - b. Sigaret yaitu rokok yang bahan pembungkusnya berupa kertas.
 - c. Cerutu yaitu rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun tembakau.
2. Rokok berdasarkan bahan pembuatan
 - a. Sigaret kretek tangan yaitu rokok yang proses pembuatannya dengan cara digiling atau dilinting dengan menggunakan tangan atau alat bantu sederhana.
 - b. Sigaret kretek mesin yaitu rokok yang proses pembuatannya menggunakan mesin, keluaran yang dihasilkan mesin pembuat ini berupa rokok batangan.

3. Rokok berdasarkan penggunaan filter
 - a. Rokok filter yaitu rokok yang pada bagian pangkalnya terdapat gabus.
 - b. Rokok non filter yaitu rokok yang pada bagian pangkalnya tidak terdapat gabus.

2.3.1 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Remaja Merokok

Banyak alasan yang dapat menyebabkan individu merokok. Biasanya seseorang mempunyai kebiasaan merokok yang berbeda dari orang lain yang disesuaikan dengan tujuannya dalam merokok. Perilaku merokok sebenarnya tidak jauh dari lingkungan dan individu itu sendiri. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari lingkungan juga disebabkan faktor dari dalam diri individu itu sendiri.

Menurut Soetjiningsih (2010) terdapat empat faktor risiko bagi remaja untuk merokok yaitu :

1. Faktor psikologik
 - a. Faktor perkembangan sosial

Remaja beranggapan bahwa rokok dapat menjadi cara bagi mereka untuk bebas dan terlihat dewasa saat mereka berhadapan dengan teman-temannya yang juga merokok. Merokok sering dikaitkan dengan remaja yang mempunyai prestasi buruk di bidang akademik, sehingga mereka mencari ketenangan dengan merokok

- b. Faktor psikiatrik

Terdapat hubungan antara merokok dengan gangguan psikiatrik. Gejala depresi misalnya lebih sering muncul pada perokok dari pada bukan perokok. Seorang remaja yang memperlihatkan gejala depresi dan

cemas akan mempunyai risiko yang lebih tinggi untuk menggunakan rokok. Remaja yang mengalami gangguan cemas menggunakan rokok untuk menghilangkan gangguan kecemasan yang mereka alami.

2. Faktor biologik

a. Faktor kognitif

Faktor lain yang memengaruhi perilaku merokok adalah pikiran mereka yang dapat merasakan efek-efek menyenangkan dari rokok.

b. Faktor jenis kelamin

Seiring perkembangan teknologi, sekarang merokok tidak hanya perilaku laki-laki melainkan juga terjadi pada perempuan. Perempuan yang merokok dilaporkan menjadi lebih percaya diri, suka menentang, dan pandai berbicara.

c. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan yang berkaitan dengan perilaku merokok pada remaja antara lain orang tua, saudara kandung, teman sebaya, dan iklan rokok. Menggunakan rokok pertama kali lebih dipengaruhi oleh faktor lingkungan, namun untuk penggunaan rokok tetap lebih dipengaruhi oleh faktor personal.

d. Faktor regulasi dan hukum

Karena adanya peningkatan harga jual atau bea cukai yang tinggi maka akan menurunkan jumlah pembelian dan konsumsi. Pembatasan tempat-tempat untuk merokok juga diharapkan dapat menurunkan angka penggunaan rokok, namun kenyataannya angka mulai merokok usia remaja tetap saja semakin meningkat.

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

1. Pengaruh orang tua

Seseorang yang berasal dari keluarga yang konservatif lebih sulit untuk terlibat dengan rokok. Sebaliknya seseorang yang berasal dari keluarga yang permisif cenderung akan mudah untuk terlibat dengan rokok. Anak-anak dengan orang tua perokok cenderung akan merokok dikemudian hari, hal ini terjadi paling sedikit disebabkan oleh karena dua hal: pertama, karena anak tersebut ingin seperti bapaknya yang terlihat gagah dan dewasa saat merokok. Kedua, karena anak sudah terbiasa dengan asap rokok di rumah, dengan kata lain disaat kecil mereka telah menjadi perokok pasif maka setelah remaja anak gampang saja beralih menjadi perokok aktif.

2. Pengaruh teman sebaya

Kajian telah menunjukkan bahwa remaja yang mempunyai kawan yang merokok adalah lebih mungkin merokok dibandingkan 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 dua fakta tersebut ada dua kemungkinan yang terjadi, pertama remaja terpengaruh oleh teman-temannya atau bahkan teman-temannya tersebut dipengaruhi oleh diri remaja itu yang akhirnya mereka semua menjadi perokok. Diantara perokok

terdapat 87% sekurang-kurangnya mempunyai satu atau lebih sahabat yang juga perokok (Widianti, 2009)

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 tidak bisa dipungkiri bahwa ada 2 hal dari rokok yang member efek tenang, yaitu nikotin dan isapan rokok. Dalam dosis 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 literature menyebutkan bahwa gerakan bibir menghisap dan menghembuskan lagi asap rokok memberi efek tenang secara psikis. Gerakan ini dianalisiskan seperti gerak refleks seseorang saat menghela napas untuk menenangkan dirinya saat menghadapi masalah (Mu'tadin, 2002).

4. Pengaruh iklan

Iklan merupakan media informasi yang dibuat seemikian rupa untuk menarik para konsumen atau khalayak secara sukarela terdorong untuk melakukan suatu tindakan sesuai dengan yang diinginkan pengiklan. Bayaknya iklan rokok mendorong rasa ingin tahu penonton termasuk remaja tentang produk rokok. 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 (Mu'tadin, 2002).

2.3.2 Komposisi Rokok

Satu-satunya Negara di dunia yang menghasilkan rokok dengan bahan baku tembakau dan cengkeh hanyalah Indonesia, dengan sebutan rokok kretek dengan perbandingan tembakau dan cengkeh adalah 60 : 40. Sedangkan pembungkusnya, rokok digulung dengan berbagai jenis pembungkus, ada yang menggunakan kertas, misalnya rokok kretek dan rokok putih, daun nipah, pelepah tongkol jagung atau disebut rokok klobot, dan dengan tembakau sendiri disebut rokok cerutu. Lapisan pembungkus rokok kretek dibuat dua lapis sehingga minyak cengkih ditahan oleh lapisan paling dalam, sedangkan pembungkus lapisan luar tidak tembus oleh minyakcengkeh sehingga warna rokok tetap putih. Rokok biasanya terdiri dari rokok dengan atau tanpa filter. Filter digunakan untuk menyaring bahan-bahan yang berbahaya didalam asap rokok yang dihisap (Sitepoe, 2000)

Rokok mengandung kurang lebih 4000 elemen-elemen dan setidaknya 2000 diantaranya dinyatakan berbahaya bagi kesehatan. Racun utama pada rokok yaitu :

1. Nikotin

Adalah zat adiktif yang mempengaruhi syaraf dan peredaran darah. Zat ini bersifat karsinogen dan mampu memicu kanker paru-paru yang mematikan. Komponen ini terdapat didalam asap rokok dan juga didalam tembakau yang tidak dibakar. Nikotin diserap melalui paru-paru dan

kecepatan absorpsinya hampir sama dengan masuknya nikotin secara intravena. Nikotin masuk kedalam otak dengan cepat dalam waktu kurang lebih 10 detik. Dapat melewati *barrier* di otak dan diedarkan keseluruh bagian otak, kemudian menurun secara cepat, setelah beredar keseluruh bagian tubuh dalam waktu 15-20 menit pada waktu penghisapan terakhir (Pemerintah RI, 2003 dalam Sukendro, 2007).

2. Tar

Tar adalah hidrokarbon aromatik polisiklik yang ada dalam asap rokok, tergolong dalam zat karsinogen, yaitu zat yang dapat menumbuhkan kanker. Kadar tar yang terkandung dalam asap rokok inilah yang berhubungan dengan risiko timbulnya kanker. Sumber tar adalah tembakau, cengkeh, pembalut rokok, dan bahan organik lain yang terbakar (Pemerintah RI, 2003 dalam Sukendro, 2007).

3. Karbon monoksida (CO)

Karbon monoksida adalah gas yang bersifat toksin atau gas beracun yang tidak berwarna, zat yang mengikat hemoglobin dalam darah, membuat darah tidak mampu mengikat oksigen. Kandungan CO di dalam asap rokok 2-6%. Karbon monoksida pada paru-paru mempunyai daya pengikat dengan hemoglobin (Hb) sekitar 200 kali lebih kuat dari pada daya ikat oksogen (O_2) dengan hemoglobin. Hal ini membuat darah tidak mampu mengikat oksigen (Pemerintah RI, 2003 dalam Sukendro, 2007).

2.3.3 Dampak Perilaku Merokok bagi Remaja

Roko memiliki 4000 zat kimia berbahaya untuk kesehatan, diantaranya adalah nikotin yang bersifat adiktif dan tar yang bersifat karsinogenik. Rokok

memang hanya memiliki 8-20 mg nikotin, yang setelah dibakar 25 persennya akan masuk ke dalam darah. Namun, jumlah kecil ini hanya membutuhkan 15 detik untuk sampai ke otak. Dengan merokok mengurangi jumlah sel-sel berfilia (rambut getar), menambah sel lender sehingga menghambat oksigen ke paru-paru sampai risiko delapan kali lebih besar terkena kanker dibandingkan mereka yang hidup tanpa rokok Zulkifli (Hasanah, 2011).

Beberapa penyakit yang dapat ditimbulkan oleh kebiasaan merokok yang mungkin saja tidak terjadi dalam waktu singkat namun memberikan potensi besar bagi perokok. Diantaranya adalah : Zulkifli (Hasanah, 2011)

1. Impotensi

Merokok dapat menyebabkan penurunan seksual karena aliran darah ke penis berkurang sehingga tidak terjadi ereksi

2. Osteoporosis

Karbon monoksida dalam asap rokok dapat mengurangi daya angkat oksigen darah perokok sebesar 15 persen, mengakibatkan kerapuhan tulang sehingga lebih mudah patah dan membutuhkan waktu 80 persen lebih lama untuk penyembuhan

3. Gangguan kehamilan

Merokok selama kehamilan menyebabkan pertumbuhan janin lambat dan dapat meningkatkan risiko Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Risiko keguguran pada wanita perokok 2-3 kali lebih sering karena karbon monoksida dalam asap rokok dapat menurunkan kadar oksigen.

4. Jantung koroner

Penyakit jantung koroner merupakan salah satu penyebab kematian utama di Indonesia. Sekitar 40 persen kematian akibat serangan jantung yang terjadi sebelum umur 65 tahun biasanya berhubungan dengan kebiasaan merokok.

5. Sistem pernapasan

Kerugian jangka pendek sistem pernapasan akibat rokok adalah kemampuan rokok untuk membunuh sel rambut getar (silia) di saluran pernapasan. Ini adalah awal dari bronkitis, iritasi, batuk. Sedangkan untuk jangka panjang berupa kanker paru, emphysema atau hilangnya elastisitas paru-paru, dan bronchitis kronis.

Beberapa fakta lain dari penelitian WHO (Meilinda, 2013) mengenai ketergantungan remaja pada rokok dapat diketahui bahwa :

1. Lebih dari 5 juta remaja dibawah usia 18 tahun akan mempercepat kematian mereka akibat penyakit yang disebabkan oleh rokok.
2. Perokok usia 18 tahun akan mempunyai paru-paru yang sama dengan perokok berusia 50 tahun.
3. Pada tahun 1991 remaja perokok mengonsumsi rata-rata 28,3 juta rokok tiap hari (berarti 516 juta pak tiap tahun), selama periode yang sama ini, destimasiikan 225 juta pak rokok dijual secara ilegal ke remaja-remajadibawah usia 18 tahun tersebut.
4. Masalah merokok di usia dini akan menjadi peringatan untuk berbagai masalah di masa mendatang. Remaja yang merokok, akan 3 kali lebih besar kemungkinan mengonsumsi minuman beralkohol, 8 kali kemungkinan

mengonsumsi marijuana, 22 kali kemungkinan mengonsumsi kokain dari pada remaja yang tidak merokok. Merokok juga sering kali dikaitkan dengan serangkaian tingkah laku berisiko tinggi, termasuk perkelahian dan melakukan seks bebas.

2.4 Teori Adaptasi Calista Roy

Teori adaptasi Suster Callista Roy memandang klien sebagai suatu sistem adaptasi. Sesuai dengan model roy, tujuan dari keperawatan adalah membantu seseorang untuk beradaptasi terhadap perubahan kebutuhan fisiologis, konsep diri, fungsi peran, dan hubungan interpedensi selama sehat dan sakit. Kebutuhan asuhan keperawatan muncul, ketika klien tidak dapat beradaptasi terhadap kebutuhan lingkungan internal dan eksternal. Seluruh individu harus beradaptasi terhadap kebutuhan fisiologis dasar dan pengembangan konsep diri positif (Potter & Perry, 2005).

Teori adaptasi Callista Roy merupakan respon atau perilaku seseorang terhadap perubahan bergantung pada stimulus yang masuk dan kemampuan adaptasi orang tersebut. Tingkat adaptasi seseorang ditentukan oleh tiga hal yaitu masukan (input), Proses dan keluaran (output).

1. Input

Suatu stimulus yang berasal dari lingkungan dan dapat menimbulkan respon. Tingkat respon antar individu akan bervariasi, tergantung stimulus yang di dapatkan. Stimulus tersebut dibagi menjadi tiga yaitu:

a. Stimulus fokal

Stimulus yang di hadapi langsung oleh individu. Seperti perubahan fungsi peran dan perubahan konsep diri.

b. Stimulus Kontekstual

Stimulus yang diterima oleh individu. Seperti pengaruh lingkungan, keluarga, teman, masyarakat dan petugas kesehatan.

c. Stimulus Residual

Stimulus yang relevan dengan situasi yang ada namun sulit diobservasi, contohnya keyakinan, sikap atau sifat individu.

2. Proses

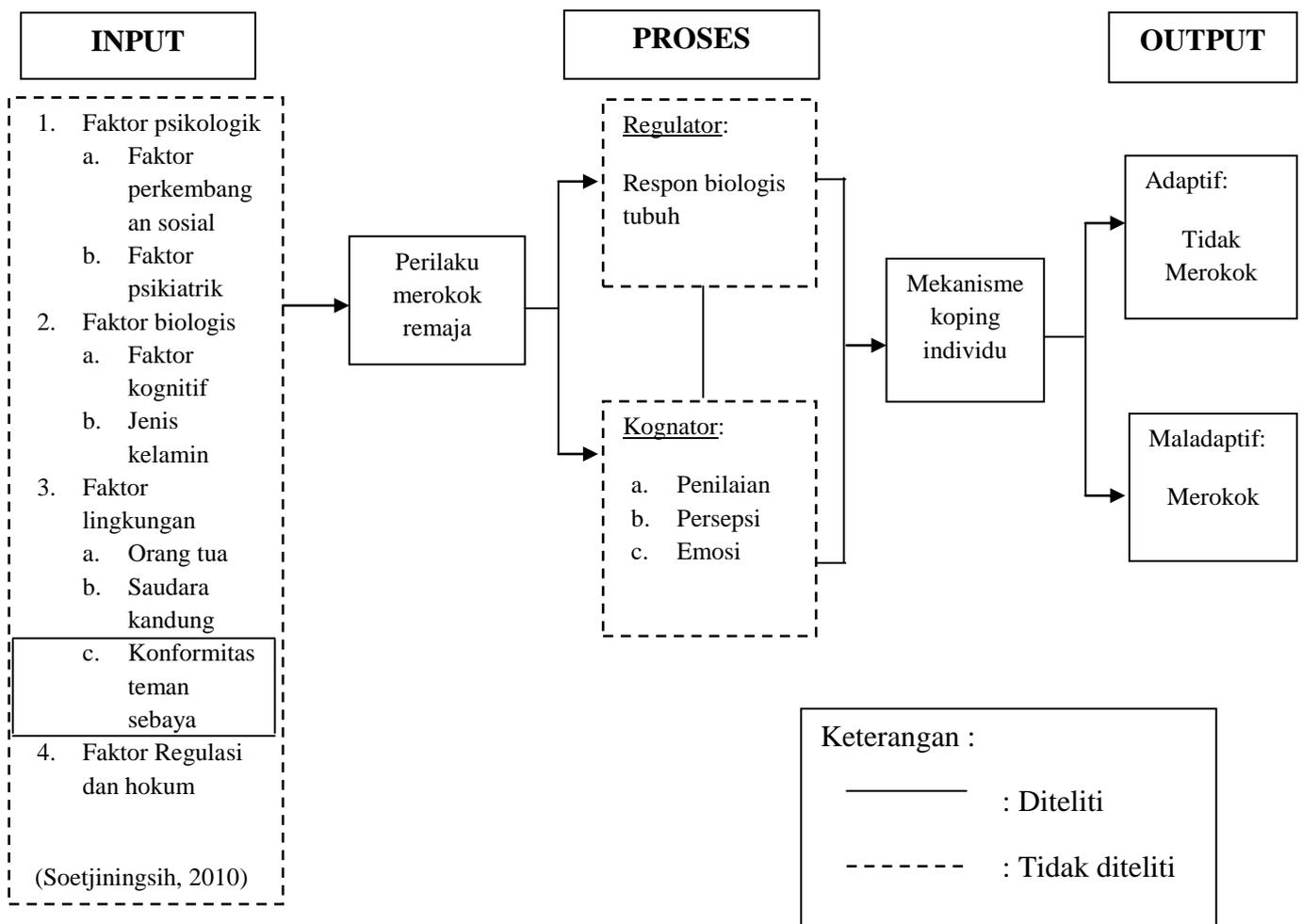
Mekanisme koping dipergunakan untuk menjelaskan proses kontrol dari individu sebagai suatu sistem adaptasi. Roy menekankan kepada ilmu keperawatan yang unik untuk mengontrol mekanisme koping. Mekanisme tersebut disebut *regulator* dan *kognator*. Respon *regulator* merupakan respon otomatis tubuh terhadap stimulus yang diamati. Sedangkan respon *cognator* mencakup persepsi, penilaian dan emosi, keduanya bekerja bersamaan dalam mempertahankan integritas seseorang.

3. Output

Output dari sistem adaptasi adalah perilaku yang dapat diamati dan diukur. Mekanisme koping yang tidak efektif berdampak pada respon maladaptif sedangkan mekanisme koping yang efektif dan maksimal akan menghasilkan respon yang adaptif sehingga dapat mempertahankan dan meningkatkan integritas.

2.5 Kerangka Konsep

Kerangka konseptual disusun sebagai landasan teori peneliti dalam melakukan penelitian. Penelitian ini menggunakan kerangka konseptual berdasarkan Teori Adaptasi oleh Callista Roy (Potter & Perry, 2005).



Gambar 2.1: Kerangka Konsep Hubungan Bentuk Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kejadian Merokok pada Remaja Laki-Laki Usia Pertengahan

F. Hipotesis

Hipotesa dalam penelitian ini adalah :

Ada hubungan antara bentuk konformitas teman sebaya dengan kejadian merokok pada remaja laki-laki usia pertengahan.