

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa menuju kedewasaan atau masa transisi pencarian jati diri. Masa ini merupakan taraf perkembangan dalam kehidupan manusia, dimana seseorang sudah tidak dapat disebut anak kecil lagi, tetapi belum dapat disebut orang dewasa. Taraf perkembangan ini pada umumnya disebut masa pancaroba atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa peralihan kedewasaan. Ego seorang remaja sebagai individu yang sedang berada dalam masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, biasanya sangat tinggi. Mereka cenderung melakukan berbagai hal untuk menunjukkan eksistensi diri. Mereka tidak mau dianggap anak-anak, sedangkan untuk bertindak secara dewasa mereka belum mampu. Mereka menjadi orang yang sering serba salah dalam bertindak (Monks, 2002).

Berkaitan dengan hubungan sosial, remaja harus menyesuaikan diri dengan orang di luar lingkungan keluarga, seperti meningkatnya pengaruh kelompok teman sebaya (*peer group*). Kuatnya pengaruh kelompok sebaya terjadi karena remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama dengan teman sebaya sebagai kelompok. Remaja melakukan banyak hal ketika bersama dengan teman sebaya. Mereka menyamakan model, perilaku, gaya berpakaian, gaya hidup dan lainnya. Melalui perkembangan jaman sekarang ini, banyak remaja yang meniru teman-temannya melakukan hal-hal yang di anggapnya menyenangkan, terlihat

keren, dan terlihat sama di lingkungan teman sebayanya. Keinginan mengubah keyakinan atau perilaku agar terlihat sama dengan yang lain disebut dengan konformitas (Monks, 2004).

Konformitas muncul ketika individu meniru sikap atau tingkah laku orang lain dikarenakan tekanan yang nyata maupun yang dibayangkan oleh mereka. Tekanan untuk mengikuti teman sebaya menjadi sangat kuat pada masa remaja (Santrock, 2003). Konformitas teman sebaya pada remaja dapat menjadi positif atau negatif. Konformitas pada remaja yang tidak negatif, merupakan keinginan untuk terlibat dalam dunia teman sebaya, misalnya berperilaku seperti teman-temannya dan ingin menghabiskan waktu dengan anggota perkumpulan. Keadaan seperti ini dapat melibatkan aktivitas sosial yang baik, misalnya ketika suatu perkumpulan mengumpulkan uang untuk alasan yang benar. Namun, banyak juga remaja terlibat dengan tingkah laku sebagai akibat dari konformitas yang negatif menggunakan bahasa yang asal-asalan, mencuri, mencoret-coret, dan mempermainkan orang tua dan guru (Santrock, 2003).

Pengaruh teman-teman sebaya terhadap sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan tingkah laku lebih besar dari pada pengaruh keluarga. Hal ini disebabkan karena remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama teman-teman sebaya sebagai kelompok. Sebagai contoh dengan alasan ingin diterima oleh kelompoknya, maka remaja mencoba minum minuman keras, mengonsumsi obat terlarang atau merokok tanpa mempertimbangkan perasaannya sendiri, remaja cenderung mengikutinya. Tidak hanya hal negatif saja yang remaja ikuti, misal remaja berada pada lingkungan kelompok yang suka membaca buku, remaja

tersebut juga akan ikut membaca buku agar saat bersama kelompoknya tidak dikucilkan karena wawasannya yang kurang (Taylor, 2009).

Hal yang sering menjadi permasalahan bagi remaja salah satunya adalah masalah yang terkait dengan perilaku merokok. Perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang manapun sangat merugikan, baik untuk diri sendiri maupun orang lain yang berada di sekelilingnya. Dilihat dari sisi ekonomi, merokok pada dasarnya “membuang uang” apalagi jika hal tersebut dilakukan remaja yang belum mempunyai penghasilan sendiri. Banyak remaja berfikir bahwa dengan merokok maka stres hilang dan merasa bangga jika dilihat oleh teman-temannya. Mereka cenderung tidak memikirkan dampak negatif dari tindakan yang di lakukan. Mereka hanya memikirkan kenikmatan yang di peroleh dari rokok (Komalasari,2002).

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

Ada banyak alasan yang melatarbelakangi perilaku merokok pada remaja. Secara umum menurut Komasari (2000), perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri, juga disebabkan dari faktor lingkungan. Remaja mulai

merokok dikatakan oleh Erikson (dalam Komalasari, 2002) berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya. Seperti yang dikatakan oleh Brigham (dalam Komalasari, 2002) bahwa perilaku merokok bagi remaja merupakan perilaku simbolisasi. Simbol dari kematangan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap lawan jenis. Rokok menjadi gaya hidup dan citra diri seseorang yang sehat. Rokok dapat membuat orang yang menghisapnya merasa tenang dan percaya diri, begitulah pengakuan dari sebagian perokok (Mangoenprasodjo, 2005).

Fatia (2005) menyatakan bahwa banyak alasan orang merokok. Ada yang karena gengsi, gaya hidup, iseng, atau hanya ingin terlihat keren dan gaul. Efek yang dirasakan kebanyakan para perokok itu adalah efek sugesti yang bersifat psikologis. Efek secara psikologis memang dapat langsung dirasakan. Perasaan terlihat lebih keren, lebih percaya diri, lebih tenang, dan efek-efek menyenangkan lainnya. Namun selain efek tersebut ada efek lain yang pelan-pelan menyusup di balik tubuh, yaitu suatu penyakit yang ditimbulkan oleh rokok salah satunya adalah serangan jantung, batuk, kanker dan sebagainya. Seringkali demi pergaulan orang yang tidak merokok ikut-ikutan menghisap rokok walaupun hanya satu batang.

Sebagian remaja merokok disebabkan karena tekanan hidup. Mungkin karena tidak mendapat kasih sayang keluarga, gagal dalam pelajaran, dihina dan sebagainya. Jadi, untuk mendapatkan ketenangan, melepaskan segala ketegangan pikiran, mereka pun merokok atas dorongan teman-temannya atau akibat tekanan

yang datang dari dalam diri mereka sendiri. Setelah dicoba, rokok dapat memberi sedikit kelegaan sementara waktu tanpa memikirkan efek samping yang lebih buruk dan berkepanjangan dibanding dengan manfaatnya yang hampir tidak ada, secara perlahan-lahan remaja pun menjadi perokok (Husaini, 2006).

Meskipun banyak dampak negatif yang ditimbulkan dari merokok, namun di Indonesia terjadi peningkatan jumlah perokok yang makin pesat. Menurut Mackay dan Eriksen (2011), berdasarkan jumlah pengkonsumsi rokok di dunia, terdapat 5 (lima) negara teratas yang mengkonsumsi rokok terbanyak, dan Indonesia menduduki peringkat kelima. Urutan negara yang mengkonsumsi rokok terbanyak pertahun 1. RRC, 1.643 milyar batang; 2. Amerika Serikat, 451 milyar batang; 3. Jepang, 328 milyar batang; 4. Rusia, 258 milyar batang; dan 5. Indonesia, 215 milyar batang rokok. Jumlah rokok yang sangat banyak telah dikonsumsi rakyat Indonesia. Mackay dan Eriksen (2011), juga menjelaskan bahwa lebih dari 15 milyar batang rokok tiap harinya dikonsumsi para perokok diseluruh dunia.

Sitepoe (2000) menjelaskan bahwa di Indonesia, anak-anak berusia muda mulai merokok karena kemauan sendiri, melihat teman-temannya, dan diajari atau di paksa merokok oleh teman-temannya. Sitepoe menambahkan bahwa alasan utama seseorang merokok karena ingin menghilangkan rasa jenuh, ketagihan, dan untuk menghilangkan stres. Mu'tadin (2002) menjelaskan bahwa seseorang merokok karena beberapa faktor, yaitu pengaruh dari orang tua, teman, iklan, dan kepribadian. Mu'tadin mengatakan bahwa faktor kepribadian mempengaruhi

seseorang untuk mencoba rokok karena rasa ingin tahu, ingin melepaskan diri dari rasa sakit fisik atau jiwa, serta membebaskan diri dari kebiasaan.

Perilaku merokok masih merupakan masalah kesehatan dunia karena dapat menyebabkan berbagai penyakit dan bahkan kematian (BKKBN, dalam Lizam 2009). Bagi sebagian besar masyarakat Indonesia, rokok adalah salah satu kebutuhan hidup. Data pada Lembaga Demografi Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia (UI) tahun 2006 (dalam Setyoadi, 2011) mencatat bahwa rokok merupakan pengeluaran terbesar kedua yaitu sebesar 11,89% setelah pengeluaran untuk padi-padian yang mencapai 22,10%, dan lebih tinggi dari pengeluaran untuk biaya listrik, telepon dan bahan bakar minyak (BBM) yang sebesar 10,95 % dan sewa serta kontrak tempat tinggal yang mencapai 8,82%. Menurut Setyoadi (2011), Indonesia merupakan negara yang memiliki jumlah perokok remaja terbanyak di dunia. Sekitar 80% perokok di Indonesia memulai kebiasaannya tersebut sebelum berumur 19 tahun. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2007 pun menunjukkan bahwa usia pertama kali merokok tiap hari yaitu usia 10–14 tahun sebanyak 9,6%, 15–19 tahun sebanyak 36,3%, 20–24 tahun 16,3%, 25–29 tahun sebanyak 4,4% dan ≥ 30 tahun sebanyak 3,2% (dalam Chodtjah, 2012).

Riset yang dilakukan oleh Lembaga Demografi Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia (UI) tahun 2006 di 33 provinsi dan secara nasional persentase usia mulai merokok tiap hari yang menduduki tempat tertinggi adalah usia 15–16 tahun yaitu sebanyak 36,3%. Berita Metro TV, 15 Februari 2013 pukul 16.20 pun memberitakan bahwa Indonesia mendapat label “*Baby Smoker*” karena

prevalensi jumlah perokok anak yang meningkat secara signifikan dan usia mulai merokok yang semakin muda. Kondisi ini tentu saja memprihatinkan karena anak merupakan kelompok yang rentan dan berpotensi menjadi perokok jangka panjang (Astuti, 2010). Perilaku merokok yang dimulai pada usia anak-anak dan remaja juga seringkali disertai dengan perilaku kekerasan dan penggunaan narkoba. Perilaku merokok pun membuat seseorang cenderung untuk mencoba obat-obatan terlarang di masa depan (Taylor, 2006). Perokok aktif berisiko untuk terkena kanker hati dan paru, bronkitis kronis, *emphysema*, gangguan pernafasan, kerusakan dan luka bakar, berat badan rendah dan perkembangan yang terhambat pada bayi (Taylor, 2006).

Dampak rokok bahkan sudah terlihat pada perokok di umur 20-an yaitu terdapat kerusakan permanen pada saluran kecil di paru-paru dan pembuluh darah mereka serta cairan dari paru-paru perokok menunjukkan peningkatan sel radang dan meningkatnya level kerusakan pada paru-paru (Slovic, 2001). Perokok yang tidak berhenti sebelum berusia 35 tahun memiliki peluang sebesar 50% meninggal disebabkan oleh penyakit yang berkaitan dengan rokok (Mc.Vea, 2006).

Sears (2006), menyatakan bahwa banyak pendapat yang menyebutkan bahwa merokok itu bisa berkembang dengan pesat di kalangan remaja. Karena menurut mereka, masa remaja adalah yang paling gampang di pengaruhi (labil). Akan tetapi, banyak remaja yang matang emosinya dapat mengontrol segala respon emosi dengan baik tanpa takut berbeda dengan yang lain saat berada dalam kelompok. Remaja dengan kematangan emosi yang baik cenderung akan merespon segala sesuatunya dengan baik sehingga konformitas yang muncul akan bersifat positif. Namun, remaja yang kematangan emosinya kurang baik, cenderung akan

melakukan konformitas yang negatif dan akan melakukan apa saja agar tidak ditolak oleh anggota kelompoknya. Remaja tidak sadar dan belum bisa memperhitungkan akibat jangka pendek atau jangka panjang dari perilaku merokok. Untuk mengatasi keadaan tersebut, remaja membutuhkan suatu mekanisme yang dapat membantu mereka dalam mengatur dan mengarahkan perilakunya. Mekanisme yang dimaksud adalah kontrol diri.

Lazarus (2006), mendefinisikan kemampuan mengontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah konsekuensi positif. Selanjutnya kemampuan mengontrol diri berkaitan dengan bagaimana seseorang mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Mengendalikan emosi berarti mendekati situasi dengan menggunakan sikap yang rasional untuk merespon situasi tersebut dan mencegah reaksi yang berlebihan. Pendapat ini sesuai dengan konsep ilmiah yang lebih menekankan pengendalian emosi (Hurlock, 2004).

Calhoun dan Acocella (dalam Ghufroon, 2011) mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Kontrol diri juga berkaitan dengan mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang ada dalam dirinya. Seseorang yang memiliki kontrol diri akan mempertimbangkan segala konsekuensi yang akan terjadi sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Seorang yang memiliki kontrol diri yang baik akan mampu mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik mengadakan penelitian untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara konformitas dan kontrol diri dengan perilaku merokok pada remaja.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di kemukakan sebelumnya, maka permasalahan yang akan di teliti adalah “Apakah ada hubungan yang signifikan antara konformitas dan kontrol diri dengan perilaku merokok pada remaja putri di Surakarta?”

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun beberapa tujuan dari penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan antara konformitas dengan perilaku merokok pada remaja putri di Surakarta.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku merokok pada remaja putri di Surakarta.
3. Untuk mengetahui hubungan antara konformitas dan kontrol diri dengan perilaku merokok pada remaja putri di Surakarta.

1.4. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini, yaitu :

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dan menambah khasanah keilmuan bagi penelitian selanjutnya yang memusatkan perhatian tentang Psikologi Sosial khususnya konformitas, kontrol diri dan perilaku merokok pada remaja.

1.4.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat diantaranya:

1. Bagi remaja: Sebagai bahan masukan agar bisa memilih teman yang baik bagi dirinya dan cara yang sesuai untuk mengontrol diri agar tidak terpengaruh oleh teman-teman yang ada di lingkungannya saat ini khususnya dalam hal merokok.
2. Bagi orang tua: Sebagai bahan masukan bagi para orang tua untuk dapat memilihkan lingkungan yang baik bagi anak dan mendidik anaknya untuk berperilaku sesuai aturan yang ada .
3. Bagi peneliti selanjutnya : Sebagai bahan rujukan kepada peneliti yang akan melakukan penelitian terhadap permasalahan yang sama.

