

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Landasan Teori**

##### **2.1.1. Perilaku Merokok**

###### **2.1.1.1. Pengertian Perilaku Merokok**

Perilaku merokok dilakukan oleh orang dari berbagai lapisan masyarakat, dari yang tua sampai yang muda, juga tidak mengenal perbedaan jenis kelamin dan status pekerjaan. Perilaku merokok pada pelajar pun merupakan fenomena sosial yang sudah amat sangat lumrah ditemui di lingkungan sekolah (Arum, 2008).

Rokok sendiri adalah gulungan tembakau yang berbalut daun nipah atau kertas. Sedangkan merokok didefinisikan sebagai kegiatan membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa (Arum, 2008). Senada dengan itu definisi merokok juga dikemukakan oleh Armstrong seperti yang dikutip oleh Nasution (2007) yakni menghisap asap tembakau yang dibakar ke dalam tubuh dan menghembuskannya kembali ke luar.

###### **2.1.1.2. Klasifikasi Perokok**

Perwitasari (2006) mengungkapkan bahwa tingkatan merokok setiap orang berbeda-beda tergantung dari seberapa sering seseorang merokok, jumlah rokok yang dihisapnya dan lamanya merokok. Namun sebelumnya perlu diketahui bahwa seseorang dikatakan sebagai perokok

jika ia memiliki kebiasaan merokok minimal 4 batang setiap hari dan telah menghisap 100 batang rokok dalam hidupnya.

Mu'tadin (2004) mengelompokkan perokok menjadi beberapa tipe, sebagai berikut :

- a. Perokok sangat berat yaitu perokok yang mengkonsumsi rokok lebih dari 31 batang perhari dan selang merokoknya lima menit setelah bangun pagi
- b. Perokok berat yaitu perokok yang merokok sekitar 21-30 batang sehari dengan selang waktu sejak bangun tidur pagi berkisar antara 6-30 menit
- c. Perokok sedang yaitu perokok yang menghabiskan rokok 11-21 batang dengan selang waktu 31-60 menit setelah bangun tidur
- d. Perokok ringan yaitu menghabiskan rokok sekitar 10 batang dengan selang waktu diatas 60 menit dari bangun tidur.

Selanjutnya menurut Silvan dan Tomkins (dikutip oleh Mu'tadin, 2004), terdapat tiga tipe perilaku merokok berdasarkan *Management of Affect Theory* yakni sebagai berikut :

- a. Tipe perokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif. Green seperti yang dikutip oleh Perwitasari (2006) menambahkan ada tiga sub tipe ini, yaitu:
  - 1) *Pleasure relaxtion*, perilaku merokok hanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat, misalnya merokok setelah minum kopi atau makan.

- 2) *Simulation to pick them up*, perilaku merokok hanya dilakukan sekedar untuk menyenangkan perasaan.
- 3) *Pleasure of handing the cigarette*, perilaku merokok dilakukan hanya karena kenikmatan yang diperoleh dari memegang rokok sedangkan untuk menghisapnya hanya butuh waktu beberapa menit saja. Ada pula perokok yang lebih senang berlama-lama untuk memainkan rokoknya dengan jari-jarinya lama sebelum ia menyalakan apinya.
- b. Tipe perokok yang dipengaruhi perasaan negatif. Banyak orang yang merokok untuk mengurangi perasaan negatif dalam dirinya (perwitasari, 2006). Misalnya merokok bila marah, gelisah, rokok dianggap sebagai penyelamat. Mereka menggunakan rokok bila perasaan tidak enak terjadi, sehingga terhindar dari perasaan yang lebih tidak enak.
- c. Perilaku merokok yang adiktif. Perokok yang sudah adiksi, akan menambah dosis rokok yang digunakan setiap saat setelah efek rokok yang dihisapnya berkurang
- d. Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan. Perokok tipe ini menggunakan rokok sama sekali bukan untuk mengendalikan perasaan mereka, tetapi karena benar-benar sudah menjadi kebiasaan rutin. Dapat dikatakan pada tipe ini, merokok sudah merupakan suatu perilaku yang bersifat otomatis, seringkali tanpa dipikirkan atau disadari.

Pengklasifikasian perilaku merokok juga dapat dilihat dari tempat orang tersebut merokok, seperti yang diungkapkan oleh Trim (dikutip oleh Perwitasari, 2006), sebagai berikut :

- a. Merokok ditempat umum atau ruang publik
  - 1) Kelompok homogen (sama-sama perokok secara bersama-sama mereka menikmati kebiasaanya)
  - 2) Kelompok heterogen (merokok ditengah orang lain yang tidak merokok)
- b. Merokok ditempat-tempat yang bersifat pribadi
  - 1) Di kantor atau kamar pribadi. Perokok yang merokok di ruangan pribadi digolongkan kepada individu yang kurang menjaga kebersihan diri, penuh rasa gelisah dan mencekam
  - 2) Di toilet. Perokok yang merokok di toilet digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi.

#### 2.1.1.3.Efek dan Dampak Merokok

Rokok mengandung setidaknya 4000 zat kimia antara lain nikotin, karbonmonoksida, tar dan lain sebagainya. Ketiga zat tersebut merupakan zat kimia yang paling membahayakan kesehatan manusia. Karbon monoksida merupakan gas yang dapat langsung diserap pembuluh darah sehingga berpengaruh langsung pada fungsi fisiologis seperti mengurangi kapasitas oksigen yang dibawa oleh darah. Tar adalah partikel residu yang terdapat pada asap rokok. Sementara itu nikotin merupakan zat yang menyebabkan ketergantungan seseorang pada rokok.

Perilaku merokok dapat menimbulkan banyak penyakit dan memperberat penyakit lainnya (Perwitasari, 2006). Menurut Amstrong seperti yang dikutip oleh Perwitasari (2006), penyakit jantung koroner, diabetes, tekanan darah tinggi, kanker, stroke, dan asma merupakan penyakit-penyakit yang berkaitan dengan akibat perilaku merokok. Ahnyar (2009) menambahkan bahwa dalam penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat dan Inggris, ditemukan bahwa kebiasaan merokok memperbesar kemungkinan timbulnya AIDS dua kali lebih cepat pada pengidap HIV.

Dalam penelitian lain yang dilakukan di Jerman ditemukan bahwa responden yang memiliki ketergantungan nikotin akibat perilaku merokok memiliki kualitas hidup yang lebih buruk, dan hampir 50% dari responden perokok memiliki setidaknya satu jenis gangguan kejiwaan (Ahnyar, 2009). Merokok dapat menyebabkan perubahan struktur dan fungsi saluran nafas dan jaringan paru-paru. Pada saluran nafas besar, sel mukosa membesar (*hipertrofi*) dan kelenjar mucus bertambah banyak (*hiperplasia*). Pada saluran nafas kecil, terjadi radang ringan hingga penyempitan akibat bertambahnya sel dan penumpukan lendir. Pada jaringan paru-paru terjadi peningkatan jumlah sel radang dan kerusakan alveoli. Akibat perubahan anatomi saluran nafas, pada perokok akan timbul perubahan pada fungsi paru-paru dengan segala macam gejala klinisnya. Hal ini menjadi dasar utama terjadinya penyakit obstruksi paru menahun. Dikatakan merokok merupakan penyebab utama timbulnya PPOM, termasuk emfisema paru-paru, bronkhitis kronis, dan asma (Ahnyar, 2009).

Hubungan antara merokok dan kanker paru-paru telah diteliti dalam 4-5 dekade terakhir ini. Didapatkan hubungan erat antara kebiasaan merokok, terutama *cigarette*, dengan timbulnya kanker paru-paru. Bahkan ada yang secara tegas menyatakan bahwa rokok sebagai penyebab utama terjadinya kanker paru-paru. Partikel asap rokok, seperti benzopiren, dibenzopiren dan uretan, dikenal sebagai bahan karsinogen. Juga tar berhubungan dengan resiko terjadinya kanker. Dibandingkan dengan bukan perokok, kemungkinan timbul kanker paru-paru pada perokok mencapai 10-30 kali lebih sering (Ahnyar, 2009).

Asap yang dihembuskan para perokok dapat dibagi atas asap utama (*main stream smoke*) dan asap samping (*side stream smoke*) (Ahnyar, 2009). Asap utama merupakan asap tembakau yang dihirup langsung oleh perokok, sedangkan asap samping merupakan asap tembakau yang disebarkan ke udara bebas, yang akan dihirup oleh orang lain atau perokok pasif.

Berdasarkan uraian diatas, perilaku merokok berdampak pada kesehatan fisiologis dan psikologis seseorang. Dampak perilaku merokok tidak hanya akan dirasakan oleh perokok itu saja tapi juga akan dirasakan oleh orang-orang yang berada di sekitar perokok.

#### 2.1.1.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok

Menurut Komalasari dan Helmi (2008), perilaku merokok selain disebabkan dari faktor dalam diri (internal) juga disebabkan faktor dari lingkungan (eksternal).

a. Faktor Diri (internal)

Orang mencoba untuk merokok karena alasan ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit dan kebosanan. Merokok juga memberi *image* bahwa merokok dapat menunjukkan kejantanan (kebanggaan diri) dan menunjukkan kedewasaan. Individu juga merokok dengan alasan sebagai alat menghilangkan stres (Nasution, 2007).

Remaja mulai merokok berkaitan dengan adanya krisis psikososial yang dialami pada perkembangannya yaitu pada masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya (Komalasari dan Helmi, 2008).

b. Faktor Lingkungan (eksternal)

Menurut Soetjiningsih (2004), faktor-faktor yang berpengaruh terhadap perilaku merokok remaja adalah keluarga atau orang tua, saudara kandung maupun teman sebaya yang merokok, dan iklan rokok.

1) Orang Tua

Perilaku remaja memang sangat menarik dan gaya mereka pun bermacam-macam. Ada yang atraktif, lincah, modis, agresif dan kreatif dalam hal-hal yang berguna, namun ada juga remaja yang suka hura-hura bahkan mengacau. Pada masa remaja, remaja memulai berjuang melepas ketergantungan kepada orang tua dan berusaha mencapai kemandirian sehingga dapat diterima dan diakui sebagai orang dewasa. Pada masa ini hubungan keluarga yang dulu sangat erat sekarang tampak terpecah. Orang tua sangat

berperan pada masa remaja, salah satunya adalah pola asuh keluarga akan sangat berpengaruh pada perilaku remaja. Pola asuh keluarga yang kurang baik akan menimbulkan perilaku yang menyimpang seperti merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obat terlarang dan lain-lain (Depkes RI, 2005).

## 2) Teman Sebaya

Pengaruh kelompok sebaya terhadap perilaku beresiko kesehatan pada remaja dapat terjadi melalui mekanisme *peer socialization*, dengan arah pengaruh berasal kelompok sebaya, artinya ketika remaja bergabung dengan kelompok sebayanya maka seorang remaja akan dituntut untuk berperilaku sama dengan kelompoknya, sesuai dengan norma yang dikembangkan oleh kelompok tersebut (Mu'tadin, 2002).

Remaja pada umumnya bergaul dengan sesama mereka, karakteristik persahabatan remaja dipengaruhi oleh kesamaan: usia, jenis kelamin dan ras. Kesamaan dalam menggunakan obat-obatan, merokok sangat berpengaruh kuat dalam pemilihan teman. (Yusuf, 2006).

## 3) Iklan Rokok

Banyaknya iklan rokok di media cetak, elektronik, dan media luar ruang telah mendorong rasa ingin tahu remaja tentang produk rokok. Iklan rokok mempunyai tujuan mensponsori hiburan bukan untuk menjual rokok, dengan tujuan untuk mengumpulkan

kalangan muda yang belum merokok untuk mencoba merokok dan setelah mencoba merokok akan terus berkelanjutan sampai ketagihan (Istiqomah, 2004).

Menurut Hansen dalam Wismanto dan Budi (2007), mengungkapkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku merokok yaitu:

a. Faktor Psikologis

Individu merokok untuk mendapatkan kesenangan, kenyamanan, merasa lepas dari kegelisahan dan juga untuk mendapatkan rasa percaya diri. Oleh karena itu individu perokok yang bergaul dengan perokok lebih sulit untuk berhenti merokok, daripada perokok yang bergaul atau lingkungan sosialnya menolak perilaku merokok.

b. Faktor Biologis

Banyak penelitian yang menyatakan bahwa semakin tinggi kadar nikotin dalam darah, maka semakin besar pula ketergantungan seorang terhadap rokok. Menurut Baradja (2008), mengungkapkan faktor-faktor penyebab merokok dapat dibagi dalam beberapa golongan sekalipun sesungguhnya faktor-faktor itu saling berkaitan satu sama lain:

1) Faktor Genetik

Beberapa studi menyebut faktor genetik sebagai penentu dalam timbulnya perilaku merokok dan bahwa kecenderungan menderita kanker, serta tendensi untuk merokok adalah faktor yang diwarisi

bersama-sama. Studi menggunakan pasangan kembar membuktikan adanya pengaruh genetik, karena kembar identik, walaupun dibesarkan terpisah, akan memiliki pola kebiasaan merokok yang sama bila dibandingkan dengan kembar non-identik. Akan tetapi secara umum, faktor genetik ini kurang berarti bila dibandingkan dengan faktor lingkungan dalam menentukan perilaku merokok yang akan timbul.

## 2) Faktor Kepribadian (*personality*)

Banyak peneliti mencoba menetapkan tipe kepribadian perokok. Tetapi studi statistik tak dapat memberi perbedaan yang cukup besar antara pribadi orang yang merokok dan yang tidak. Oleh karena itu tes-tes kepribadian kurang bermanfaat dalam memprediksi apakah seseorang akan menjadi perokok. Lebih bermanfaat adalah pengamatan dan studi observasi dilapangan. Anak sekolah yang merokok menganggap dirinya, seperti orang lain juga memandang dirinya, sebagai orang yang kurang sukses dalam pendidikan. Mereka biasanya memiliki prestasi akademik kurang, tanpa minat belajar dan kurang patuh pada otoritas. Asosiasi ini sudah secara konsisten ditemukan sejak permulaan abad ini. Dibandingkan dengan yang tidak merokok, mereka lebih impulsif, haus sensasi, gemar menempuh bahaya dan risiko dan berani melawan penguasa. Mereka minum teh dan kopi dan sering juga menggunakan obat termasuk alkohol. Mereka lebih mudah

bercerai, beralih pekerjaan, mendapat kecelakaan lalu lintas, dan enggan mengenakan ikat pinggang keselamatan dalam mobil. Banyak dari perilaku ini sesuai dengan sifat kepribadian *extrovert* dan antisosial yang sudah terbukti berhubungan dengan kebiasaan merokok.

### 3) Faktor Kejiwaan (psikodinamik)

Dua teori yang paling masuk akal adalah bahwa merokok itu adalah suatu kegiatan kompensasi dari kehilangan kenikmatan oral yang dini atau adanya suatu rasa rendah diri yang tak nyata. Ahli lainnya berpendapat bahwa merokok adalah semacam pemuasan kebutuhan oral yang tidak dipenuhi semasa bayi. Kegiatan ini biasanya dilakukan sebagai pengganti merokok pada mereka yang sedang mencoba berhenti merokok.

### 4) Faktor Sensorimotorik

Buat sebagian perokok, kegiatan merokok itu sendirilah yang membentuk kebiasaan tersebut, bukan efek psikososial atau farmakologiknya. Sosok sebungkus rokok, membukanya, mengambil dan memegang sebatang rokok, menyalakannya, mengisap, mengeluarkan sambil mengamati asap rokok, aroma, rasa dan juga bunyinya semua berperan dalam terciptanya kebiasaan ini. Dalam suatu penelitian ternyata lebih dari 11 persen menganggap aspek-aspek ini penting buat mereka.

### 5) Faktor Farmakologis

Nikotin mencapai otak dalam waktu singkat, mungkin pada menit pertama sejak dihisap. Cara kerja bahan ini sangat kompleks. Pada dosis sama dengan yang didalam rokok, bahan ini dapat menimbulkan stimulasi dan rangsangan di satu sisi tetapi juga relaksasi di sisi lainnya. Efek ini tergantung bukan saja pada dosis dan kondisi tubuh seseorang, tetapi juga pada suasana hati (*mood*) dan situasi. Oleh karena itu bila kita sedang marah atau takut, efeknya adalah menenangkan. Tetapi dalam keadaan lelah atau bosan, bahan itu akan merangsang dan memacu semangat. Dalam pengertian ini nikotin berfungsi untuk menjaga keseimbangan *mood* dalam situasi stres.

## **2.1.2. Tingkat Stres**

### **2.1.2.1. Definisi Stres**

Kata “stres” bisa diartikan berbeda bagi tiap-tiap individu. Sebagian individu mendefinisikan stres sebagai tekanan, desakan atau respon emosional. Kata stres ini diadopsi oleh dunia medis ketika seseorang yang mengalami gangguan syaraf, dikatakan dalam kondisi stres (Effendi, 2006). Sarafino (2008) mengartikan stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Senada dengan Sarafino, Santrock (2003) mendefinisikan

stres adalah respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres (stresor), yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya atau coping. Lain halnya dengan pendapat Hans Selye (Hawari, 2007) menyatakan bahwa stres adalah respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya.

Dari pengertian-pengertian yang telah diungkapkan diatas, maka peneliti mendefinisikan stres adalah respon individu terhadap kejadian, peristiwa, dan stimulasi yang mengancam dan mengganggu seseorang akibat tuntutan beban yang dialami seseorang dan individu tidak bisa menanganinya karena diluar kemampuannya.

#### 2.1.2.2. Jenis-jenis Stres

Orang menggunakan kata stres untuk mengungkapkan pengalaman yang menyedihkan, mengecewakan, menyakitkan, dan ketakutan yang ada dalam dirinya. Tetapi pada kenyataannya ada 2 jenis stres yang terdapat pada diri manusia, yaitu eustres dan distres (Safaria dan Rahardi, 2004). Kedua jenis stres tersebut adalah :

##### 1. Eustres

Eustres adalah stres ini menimbulkan tegangan dalam hidup, tetapi dampak yang ditimbulkan menyenangkan dan diimpikan semua orang. Contoh stres ini adalah wawancara kerja, promosi kenaikan jabatan, seleksi pekerjaan. Stres ini dikatakan positif karena

ketegangan yang dialami individu akan membuahkan hasil yang bermanfaat jika sudah tercapai.

## 2. Distres

Distres muncul ketika seseorang membenci pekerjaannya, mengeluhkan berbagai tekanan hidup, dan seseorang merasa tidak berdaya dalam menjalani kehidupan (Covey, 2005). Contoh stres ini adalah di PHK dari pekerjaan, kehilangan orang yang dicintai, sakit keras, dirampok, dan sebagainya.

Kedua jenis stres ini jika tidak dikelola dengan baik dan terlalu berlebihan maka akan menimbulkan dampak yang negative, seperti sakit jantung, stroke, sakit maag, migrain, kelelahan, dan kejenuhan (Safaria dan Rahardi, 2004).

### 2.1.2.3. Dampak yang Ditimbulkan Akibat Stres

Sarafino (2008) menjabarkan tentang 2 aspek utama dari dampak yang ditimbulkan akibat stres yang terjadi pada manusia, yaitu :

#### 1. Aspek Biologis

Ada beberapa gejala fisik yang dirasakan ketika seseorang sedang mengalami stres, diantaranya adalah sakit kepala yang berlebihan, tidur menjadi tidak nyenyak, gangguan pencernaan, hilangnya nafsu makan, gangguan kulit, dan produksi keringat yang berlebihan di seluruh tubuh.

## 2. Aspek Psikologis

Ada 3 gejala psikologis yang dirasakan ketika seseorang sedang mengalami stres. Ketika gejala tersebut adalah gejala kognisi, gejala emosi, dan gejala tingkah laku.

### a. Gejala kognisi

Gangguan daya ingat (menurunnya daya ingat, mudah lupa dengan suatu hal), perhatian dan konsentrasi yang berkurang sehingga seseorang tidak fokus dalam melakukan suatu hal, merupakan gejala-gejala yang muncul pada aspek gejala kognisi

### b. Gejala emosi

Mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi merupakan gejala-gejala yang muncul pada aspek gejala emosi

### c. Gejala tingkah laku

Tingkah laku negative yang muncul ketika seseorang mengalami stres pada aspek gejala tingkah laku adalah mudah menyalahkan orang lain dan mencari kesalahan orang lain, suka melanggar norma karena dia tidak bisa mengontrol perbuatannya dan bersikap tak acuh pada lingkungan, dan suka melakukan penundaan pekerjaan.

#### 2.1.2.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres

Gunawati, Hartati, dan Listiara (2006) menjelaskan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada siswa yang sedang menempuh studi. Ada 2 faktor yang mempengaruhi stres siswa, yaitu :

##### 1. Faktor internal siswa

###### a. Jenis kelamin

Penelitian yang dilakukan di Amerika menyatakan bahwa wanita cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan pria. Secara umum wanita mengalami stres 30% lebih tinggi daripada pria.

###### b. Status sosial ekonomi

Seseorang yang mempunyai status sosial ekonomi menengah ke bawah cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi. Kesulitan ekonomi yang terjadi pada status sosial ekonomi menengah ke bawah menyebabkan tekanan dalam hidup

###### c. Karakteristik kepribadian siswa

Karakteristik kepribadian siswa yang berbeda-beda menyebabkan adanya perbedaan reaksi terhadap sumber stres yang sama. Siswa yang mempunyai ketabahan lebih tinggi akan berdampak terhadap daya tahan mereka terhadap stres daripada siswa yang mempunyai ketabahan lebih rendah

d. Strategi koping siswa

Strategi koping merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar. Strategi koping yang digunakan oleh siswa yang sedang menyusun tugas pekerjaan rumah dalam menghadapi stres, berpengaruh pada tingkat stresnya. Ditambahkan oleh Lazarus dan Folkman (dalam Utomo, 2008) ada 2 bentuk koping stres yang dapat dipakai oleh siswa, yaitu *emotional focused coping* adalah usaha untuk mengatur respon emosional terhadap stres dengan merubah cara dalam merasakan permasalahan atau situasi dan *problem focused coping* adalah usaha untuk mengurangi atau menghilangkan stres dengan mempelajari cara-cara atau ketrampilan-ketrampilan baru untuk memodifikasi permasalahan yang mendatangkan stres.

e. Suku dan kebudayaan

Stuart dan Sundeen (2005) mencoba menjelaskan bahwa kebudayaan mempengaruhi terhadap gangguan psikis seseorang. Karena setiap suku memiliki metode penyelesaian masalah yang berbeda.

f. Intelegensi

Setiap orang mempunyai kemampuan intelegensi yang berbeda-beda. Seorang siswa yang mempunyai kemampuan intelegensi

yang lebih tinggi cenderung lebih tahan terhadap sumber stres karena tingkat intelegensi mempengaruhi penyesuaian diri seseorang di lingkungan. Siswa yang mempunyai tingkat intelegensi yang lebih tinggi cenderung lebih adaptif dalam menyesuaikan diri.

## 2. Faktor eksternal siswa

### a. Tuntutan tugas akademik (Pekerjaan Rumah)

Seorang siswa yang menganggap pekerjaan rumah merupakan beban bagi dirinya dan dia berpikir bahwa tugas tersebut tidak sesuai dengan kemampuan yang ada dalam dirinya, maka siswa tersebut cenderung mengalami stres

### b. Hubungan siswa dengan lingkungan sosialnya

Hubungan siswa dengan lingkungan sosialnya meliputi dukungan sosial yang diterima dari orang tua, teman, dan para guru. Dukungan sosial mempengaruhi motivasi siswa dalam menyusun pekerjaan rumah dan dukungan sosial juga dapat mengurangi stres individual yang terjadi pada siswa.

#### 2.1.2.5. Klasifikasi dan Tingkat Stres

Saat muncul keadaan eksternal yang tidak diharapkan, maka seseorang dapat menilai apakah kejadian tersebut membuat seseorang dapat atau tidak menimbulkan stres. Pertama seseorang mendeteksi suatu kejadian yang berpotensi menyebabkan stres. Peristiwa tersebut dibagi menjadi tiga keadaan, yaitu: positif, netral, dan *negative*. Jika seseorang

menilai peristiwa tersebut *negative* maka dicari kemungkinan adanya *harm, threat, atau challenge*. Lalu, seseorang menilai kemampuannya untuk melakukan coping terhadap situasi yang dihadapi dan sumber daya yang dimiliki, serta individu menilai apakah dia cukup mampu menghadapi *harm, threat, dan challenge* dalam peristiwa yang terjadi. Peristiwa-peristiwa tersebut kemudian akan berdampak pada aspek fisik dan aspek psikologis seseorang.

Sarafino (2008) mengklasifikasikan 3 tingkatan stres, yaitu:

1. Stres tingkat rendah, terjadi ketika seseorang dengan kemampuan lebih dari cukup untuk menghadapi situasi yang sulit, maka seseorang akan merasakan sedikit stres dan merasa tidak memiliki tantangan
2. Stres tingkat sedang, terjadi ketika seseorang merasa cukup mungkin akan kemampuannya untuk menghadapi suatu kejadian tetapi dia harus berusaha keras, maka seseorang akan merasakan perasaan stres dengan tingkatan menengah atau sedang. Pada tahap ini, seseorang masih bisa beradaptasi terhadap stresor yang dihadapi (Sarafino, 2008)
3. Stres tingkat tinggi, terjadi ketika seseorang merasakan bahwa kemampuannya mungkin tidak akan mencukupi pada saat berurusan dengan stresor dari dalam diri dan lingkungannya, maka akibatnya seseorang akan mengalami perasaan stres yang besar.

### 2.1.3. Pola Asuh Orang Tua

#### 2.1.3.1. Pengertian

Pola asuh orang tua adalah pola perilaku yang diterapkan pada anak dan bersifat relatif konsisten dari waktu ke waktu. Pola perilaku ini dapat dirasakan oleh anak, dari segi negatif maupun positif (Endang, 2004).

Pola asuh merupakan sikap orang tua dalam berinteraksi dengan anak-anaknya. Sikap tersebut meliputi cara orangtua memberikan aturan-aturan, memberikan perhatian. Pola asuh sebagai suatu perlakuan orang tua dalam rangka memenuhi kebutuhan, memberi perlindungan dan mendidik anak dalam kesehariannya. Sedangkan pengertian pola asuh orang tua terhadap anak merupakan bentuk interaksi antara anak dan orang tua selama mengadakan pengasuhan yang berarti orang tua mendidik, membimbing dan melindungi anak (Gunarsa, 2005).

#### 2.1.3.2. Jenis-jenis Pola Asuh Orang Tua

Menurut Baumrind dalam Sutrisno (2006), terdapat 4 macam pola asuh orang tua, yaitu :

##### 1. Demokratis

Adalah pola asuh yang memprioritaskan kepentingan anak, akan tetapi tidak ragu-ragu mengendalikan mereka. Orang tua bersikap rasional, selalu mendasari tindakanya pada rasio atau pemikiran-pemikiran dan juga bersikap realistis terhadap kemampuan anak, tidak berharap yang berlebihan yang melampaui kemampuan anak. Orang tua memberikan

kebebasan kepada anak untuk memilih dan melakukan suatu tindakan dan pendekatannya kepada anak bersifat hangat.

## 2. Otoriter

Adalah pola asuh yang cenderung menetapkan standar yang mutlak harus dituruti, biasanya dibarengi dengan ancaman-ancaman. Orang tua cenderung memaksa, memerintah dan menghukum apabila anak tidak mau melakukan apa yang dikatakan oleh orang tua. Mereka tidak mengenal kompromi dalam komunikasi dan biasanya bersifat satu arah.

## 3. Permisif atau Pemanja

Pola asuh macam ini biasanya memberikan pola asuh yang sangat longgar. Memberikan kesempatan pada anaknya untuk melakukan sesuatu tanpa pengawasan dari dirinya. Mereka cenderung tidak menegur atau memperingatkan anak apabila anak sedang dalam bahaya dan sangat sedikit bimbingan yang diberikan oleh mereka. Namun orang tua tipe ini biasanya bersifat hangat sehingga sering kali disukai anak.

## 4. Penelantar

Pada pola asuh jenis ini, orang tua umumnya memberikan waktu dan biaya yang sangat minim pada anak-anaknya. Waktu mereka banyak digunakan untuk keperluan pribadi mereka, seperti bekerja dan juga kadangkala biayapun dihemat-hemat untuk anak mereka. Termasuk dalam tipe ini adalah perilaku penelantar secara fisik dan psikis pada

ibu yang depresi. Ibu yang depresi pada umumnya tidak mampu memberikan perhatian fisik maupun psikis pada anak-anaknya.

### 2.1.3.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Orang Tua Dalam Menerapkan Pola Asuh

Menurut Hurlock (2007), faktor-faktor yang mempengaruhi pola asuh adalah :

#### 1. Jenis pola asuh yang mereka terima sebelumnya

Jika orang tua merasa bahwa pola asuh yang mereka terima sebelumnya dapat membentuk individu yang baik, maka mereka akan menerapkan jenis pola asuh tersebut terhadap anak-anaknya. Namun, jika pola asuh yang diterima dirasakan tidak tepat, mereka akan menerapkan pola asuh yang berbeda.

#### 2. Usia orang tua

Sementara pasangan-pasangan muda cenderung lebih demokratis dan permisif bila dibandingkan pasangan dengan usia yang lebih tua dalam mengasuh anak-anaknya.

#### 3. Status sosial ekonomi

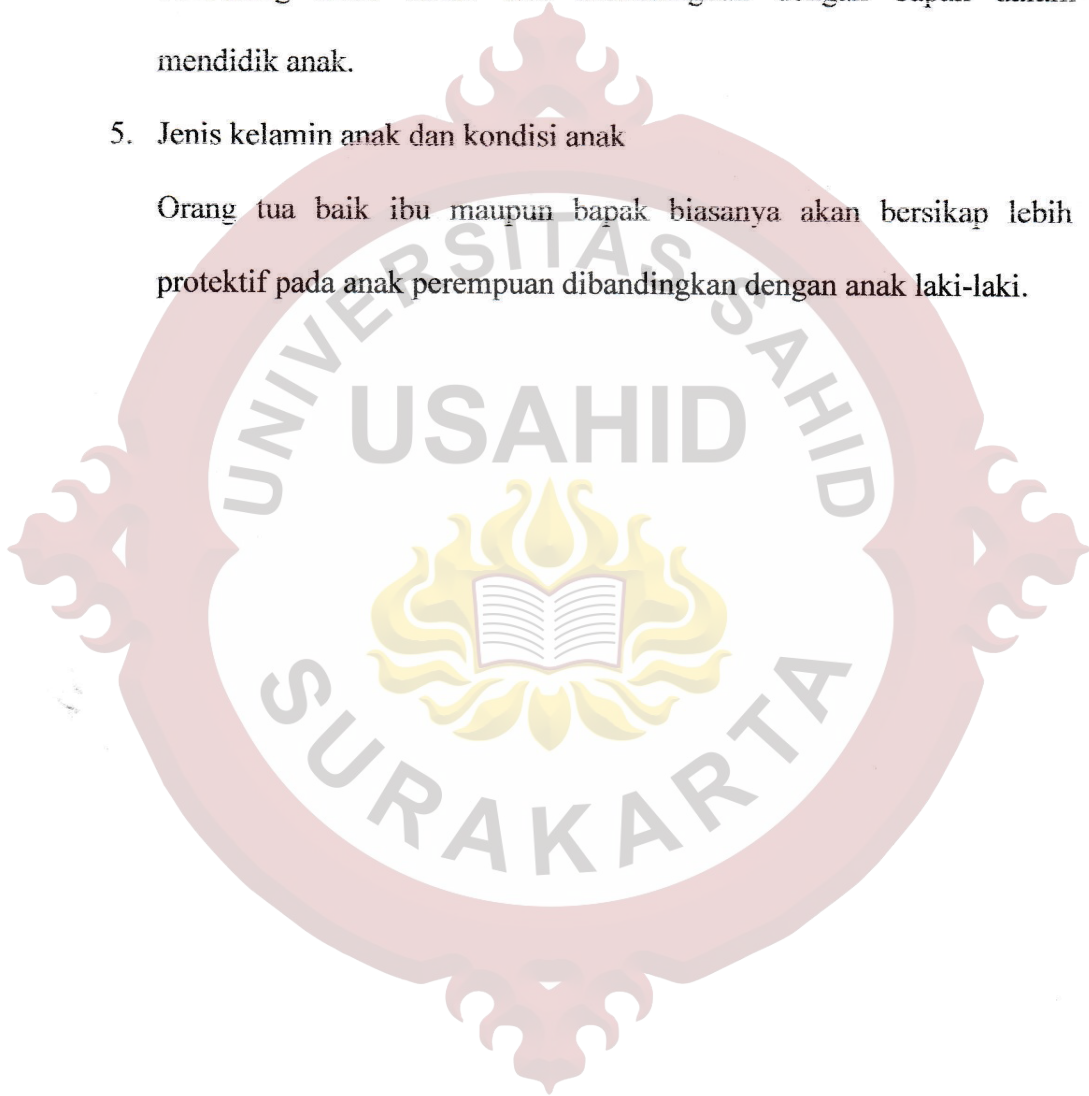
Orang tua yang mempunyai status sosial menengah kebawah cenderung lebih keras dan memaksa, kurang toleran bila dibandingkan dengan orang tua dengan status sosial menengah keatas. Penelitian menunjukkan bahwa orang tua yang bekerja di kantor setuju dengan variasi pendekatan permisif sedangkan keluarga buruh menerapkan disiplin keras yang didukung oleh pandangan tradisional.

4. Jenis kelamin orang tua

Apabila seorang ibu lebih dominan dalam mengasuh anak, bahkan ibu lebih pengertian pada apa yang diinginkan anak-anaknya, ibu cenderung lebih lunak bila dibandingkan dengan bapak dalam mendidik anak.

5. Jenis kelamin anak dan kondisi anak

Orang tua baik ibu maupun bapak biasanya akan bersikap lebih protektif pada anak perempuan dibandingkan dengan anak laki-laki.



## 2.2. Kerangka Teori

Berdasarkan beberapa teori yang telah dikemukakan di muka, maka dapat dibuat suatu kerangka teori sebagai berikut :



Gambar 2.1 : Kerangka Teori

Sumber : Komalasari dan Helmi (2008), Gunawati, Hartati, dan Listiara (2006)  
Hurloch (2007)

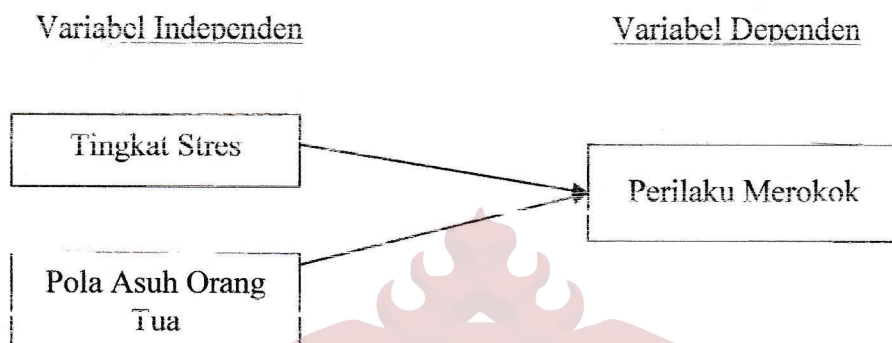
Keterangan :

----- : yang tidak diteliti

————— : yang diteliti

Berdasarkan kerangka teori tersebut dapat dijelaskan bahwa perilaku merokok dipengaruhi oleh tingkat stres dan pola asuh orang tua. Namun demikian tingkat stres itu sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor internal siswa (Jenis kelamin, status sosial ekonomi, karakteristik siswa, strategi coping, intelegensi) dan juga faktor eksternal (tuntutan tugas akademik, hubungan siswa dengan lingkungan sosialnya serta suku dan kebudayaan). Adapun faktor yang mempengaruhi orang tua dalam menerapkan pola asuh diantaranya jenis pola asuh yang diterima sebelumnya, usia orang tua, status sosial ekonomi, jenis kelamin orang tua, dan jenis kelamin anak dan kondisi anak. Berdasarkan kerangka di atas diperkirakan bahwa tingkat stres siswa dan pola asuh orang tua berhubungan dengan perilaku merokok siswa.

### 2.3. Kerangka Konsep



Gambar 2.2. Kerangka Konsep

### 2.4. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

1. Ada hubungan tingkat stres dengan perilaku merokok remaja putra di SMK Muhammadiyah 1 Sukoharjo.
2. Ada hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku merokok remaja putra di SMK Muhammadiyah 1 Sukoharjo.