

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Konsep Diri

a. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri (*self concept*) yaitu suatu bagian penting dalam setiap pembicaraan tentang kepribadian manusia, konsep diri merupakan sifat yang unik pada manusia, sehingga dapat digunakan untuk membedakan manusia dari makhluk hidup lainnya (Azhari *et al.*, 2024). Konsep diri juga dapat diartikan sebagai pandangan atau perspektif diri meliputi aspek fisik maupun psikis, seperti mengenal karakteristik individu itu sendiri, tingkah laku perbuatannya dan kemampuan diri (Kinase *et al.*, 2025).

Konsep diri adalah suatu kepribadian yang lebih mengarah kepada bentuk perkembangan kepribadian individu dalam lingkup lingkungan sekitar (Janah, 2022). Konsep diri juga diartikan sebagai susunan berbagai gagasan, perasaan, dan sikap yang dimiliki individu mengenai dirinya sendiri (Asri & Sunarto, 2020).

b. Karakteristik Konsep Diri

1) Karakteristik konsep diri

Karakteristik konsep diri menurut (Gultom, 2017)

- a) Citra diri (*self-image*): citra diri yaitu cara kita melihat diri kita sendiri dan menilai tentang diri kita sendiri pada saat itu.
- b) Ideal diri (*self-ideal*): ideal diri yaitu gambaran individu tentang dirinya yang ideal atau sempurna. Ideal diri dapat memotivasi individu untuk meningkatkan diri dan mencapai tujuan hidupnya.
- c) Harga diri (*self-esteem*): harga diri yaitu seberapa tinggi kita menghargai diri sendiri, menerima diri, dan rasa hormat pada diri sendiri sebagai seseorang yang berharga.
- d) Peran diri (*role performance*): peran diri yaitu perilaku tanggung jawab individu sesuai dengan perannya di keluarga, sekolah, dan masyarakat. Peran diri yang baik mendukung perkembangan konsep diri.
- e) Identitas diri (*personal identity*): identitas diri yaitu kesadaran seseorang mengenai siapa dirinya sebagai individu yang unik dan berbeda dengan orang lain. Identitas diri mencakup nilai, keyakinan, tujuan hidup dan konsistensi perilaku.

c. Faktor pembentukan Konsep Diri

Faktor pembentukan konsep diri menurut

1) Pengaruh Lingkungan

Lingkungan dimana individu dibesarkan dan berada memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk konsep diri mereka.

Berikut adalah beberapa point yang dapat dijelaskan lebih

detail mengenai pengaruh lingkungan dalam pembentukan konsep diri:

- (a) Norma Budaya: Norma-norma budaya yang ada dalam suatu komunitas dapat mempengaruhi cara individu memandang diri mereka sendiri. Nilai-nilai yang dianut oleh komunitas, seperti nilai kejujuran, kerja keras, atau kepatuhan, dapat membentuk pandangan individu terhadap diri mereka sendiri.
- (b) Harapan Sosial: harapan yang ditetapkan oleh masyarakat terhadap individu juga dapat mempengaruhi konsep diri. Misalnya, jika masyarakat mengharapkan individu untuk sukses dalam karir atau memiliki penampilan fisik tertentu, individu tersebut mungkin akan membentuk konsep diri berdasarkan harapan-harapan tersebut.
- (c) Lingkungan Belajar: Lingkungan belajar, seperti sekolah atau tempat kerja, juga dapat mempengaruhi konsep diri seseorang. Interaksi dengan teman sebaya, guru, atau rekan kerja dapat membentuk pandangan individu terhadap diri mereka sendiri. Misalnya, jika individu mendapatkan dukungan dan pengakuan atas prestasi mereka di lingkungan belajar, hal ini dapat memperkuat konsep diri yang positif.

2) Pengaruh Keluarga

Keluarga memiliki pengaruh yang mendalam pada perkembangan konsep diri seseorang. Interaksi, dukungan, dan dinamika dalam unit keluarga berkontribusi pada pembentukan harga diri, nilai diri, dan keseluruhan identitas diri. Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan konsep diri oleh keluarga antara lain:

- (a) Perhatian dan penerimaan: anak merasa diterima dan dicintai oleh keluarga cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi.
- (b) Model perilaku: Anak cenderung meniru perilaku orang tua dan anggota keluarga lainnya, sehingga perilaku keluarga dapat membentuk konsep diri anak.
- (c) Komunikasi: Komunikasi yang terbuka dan positif antara anggota keluarga dapat membantu anak merasa didengar dan dihargai, serta membentuk persepsi positif tentang dirinya.
- (d) Pengasuhan: Cara orang tua mendidik dan membesarkan anak dapat membentuk konsep diri anak, misalnya dengan memberikan otonomi dan kesempatan untuk mengambil keputusan.

- (e) Dinamika keluarga: Konflik atau ketidakharmonisan dalam keluarga dapat mempengaruhi konsep diri anak, terutama jika anak merasa terlibat dalam konflik tersebut.

3) Pengaruh Pengalaman hidup

Pengalaman yang berhasil dan positif dapat meningkatkan kepercayaan diri dan memperkuat konsep diri sementara pengalaman negatif dapat menyebabkan keraguan diri dan mengubah persepsi diri. Konsep diri yang positif dapat mempengaruhi hubungan sosial seseorang melalui beberapa cara, anatara lain:

- (a) Individu yang memiliki konsep diri positif cenderung lebih percaya diri dan memiliki pandangan terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitar, sehingga dapat memperbaiki hubungan sosial dengan orang lain.
- (b) Konsep diri yang positif juga dapat meningkatkan kemampuan individu untuk berinteraksi dengan orang lain, karena ia merasa lebih nyaman dan percaya diri dalam situasi sosial.
- (c) Sebaliknya, individu yang memiliki konsep diri negatif cenderung merasa tidak mampu dan rendah diri, sehingga sulit untuk membangun hubungan sosial yang baik.
- (d) Penolakan sosial dapat mempengaruhi pembentukan konsep diri seseorang, sehingga individu yang mengalami

penolakan sosial dapat mengalami perubahan konsep diri yang negatif.

d. Aspek-aspek Konsep Diri

Aspek-aspek konsep diri menurut (Riadi, 2023) yaitu:

1) Pengetahuan

Pengetahuan yang dimiliki individu merupakan apa yang individu ketahui tentang dirinya. Dalam benak setiap individu ada satu daftar julukan yang menggambarkan tentang dirinya, hal ini mengacu pada istilah-istilah kuantitas seperti nama, usia, jenis kelamin, kebangsaan, pekerjaan, agama dan sebagainya dan sesuatu yang merujuk pada istilah-istilah kualitas, seperti individu yang egois, baik hati, tenang dan bertempramen tinggi. Pengetahuan bisa diperoleh dengan membandingkan diri individu dengan kelompok pembandingnya (orang lain).

2) Harapan

Harapan merupakan aspek dimana individu mempunyai berbagai pandangan ke depan tentang siapa dirinya, menjadi apa dimasa mendatang, maka individu mempunyai pengharapan terhadap dirinya sendiri.

3) Penilaian

Individu berkedudukan sebagai penilai terhadap dirinya sendiri setiap hari. Penilaian terhadap diri sendiri adalah pengukuran individu tentang keadaannya saat ini dengan apa yang menurutnya

dapat dan terjadi pada dirinya. Intinya, setiap individu berperan sebagai penilai terhadap dirinya sendiri dan dengan menilai hal ini merupakan standar masing-masing individu.

e. Jenis-jenis Konsep Diri

Jenis – jenis Konsep diri terbagi dua menurut (Hidayat, 2020) yaitu :

1) Konsep diri positif

Konsep diri positif menunjukkan adanya penerimaan diri dimana individu dengan konsep diri positif mengenal dirinya dengan baik sekali. Individu yang memiliki konsep diri positif dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri sehingga evaluasi terhadap dirinya sendiri menjadi positif dan dapat menerima dirinya apa adanya. Individu yang memiliki konsep diri positif akan merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan realitas, yaitu tujuan yang memiliki kemungkinan besar untuk dapat dicapai, mampu menghadap di depannya serta menganggap bahwa hidup adalah suatu proses penemuan.

2) Konsep diri negatif

Konsep diri negatif terbagi 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 tentang dirinya sendiri terlalu stabil dan teratur. Hal ini bisa terjadi karena individu dididik dengan cara yang sangat keras, sehingga menciptakan citra diri yang tidak mengizinkan adanya penyimpangan dari seperangkat hukum yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat.

2. Perilaku Merokok

a. Pengertian Merokok

Merokok merupakan suatu kegiatan yang sangat sering dijumpai pada saat ini. Bagi perokok, kebiasaan merokok bisa memberi kenikmatan, tetapi disisi lain zat kimia dalam rokok memiliki dampak buruk bagi kesehatan perokok serta orang-orang disekitarnya karena menghirup asap rokok (Manoppo, 2023). Rokok adalah masalah bagi kesehatan masyarakat, selain dari segi kesehatan rokok juga mempengaruhi kepribadian perokok itu sendiri (Asdar, 2023).

Merokok adalah suatu kegiatan mengisap gulungan tembakau yang berbalut daun nipah atau kertas yang dibakar kemudian asapnya dimasukan ke dalam tubuh dan menghembuskannya kembali keluar. Perilaku merokok adalah suatu tindakan yang diambil oleh seseorang berhubungan dengan dengan pembakaran tembakau dan adanya inhalasi suatu zat, perilaku merokok memiliki banyak faktor dan mencakup berbagai hal, misalnya tindakan untuk memilih merokok

yang sebenarnya, gaya menghisap rokok, kedalaman inhalasi serta laju dan frekuensi merokok (Soleman, 2022).

b. Kandungan Rokok

Menurut Kemenkes tahun 2022, kandungan rokok yang berbahaya bagi kesehatan yaitu:

1) Karbon Monoksida

Rokok mengandung karbon monoksida, yaitu gas beracun tanpa rasa dan bau. Jika terhirup banyak mengikat karbon monoksida dari pada oksigen. Akibatnya, fungsi otot dan jantung menurun, menyebabkan lelah, lemes, dan pusing, dapat mengakibatkan kematian.

2) Nikotin

Nikotin adalah kandungan rokok yang bersifat candu. Nikotin bekerja pada sistem saraf otak sehingga menimbulkan rasa senang dan tenang. Saat terhisap, nikotin masuk ke aliran darah dan merangsang produksi hormon adrenalin. Hal ini dapat menyebabkan tekanan darah, detak jantung dan pernapasan meningkat.

3) Tar

Tar adalah zat berbahaya dalam rokok yang bersifat karsinogenik. Tar mengendap di paru-paru dan dapat menyebabkan kanker paru-paru serta emfisema. Selain itu, tar masuk ke aliran darah sehingga meningkatkan risiko diabetes, penyakit jantung, dan gangguan

kesuburan. Tar juga menimbulkan noda pada gigi, serta bisa menyebabkan masalah gusi dan kanker mulut.

4) Hidrogen Sianida

Hidrogen sianida adalah zat beracun dalam rokok yang juga digunakan dalam industri tekstil, plastik, kertas serta sebagai bahan pembasmi hama. Senyawa ini menghambat tubuh menggunakan oksigen dengan baik, sehingga membahayakan otak, jantung, pembuluh darah, dan paru-paru. Efeknya bisa menyebabkan kelelahan, sakit kepala, mual, hingga kehilangan kesadaran.

5) Benzena

Benzena adalah residu pembakaran rokok. Paparan jangka panjang dapat menurunkan jumlah sel darah merah, merusak sumsum tulang, dan meningkatkan risiko anemia, benzena juga merusak sel darah putih, menurunkan daya tahan tubuh, dan mengakibatkan risiko leukemia.

6) Formaldehida

Formaldehida adalah residu pembakaran rokok. Dalam jangka pendek, menyebabkan iritasi pada mata, hidung dan tenggorokan, dalam jangka panjang meningkatkan risiko terkena kanker nasofaring.

7) Arsenik

Arsenik merupakan golongan pertama karsinogen. Paparan terhadap arsenik tingkat tinggi dapat meningkatkan risiko

terjadinya kanker kulit, kanker paru-paru, kanker saluran kemih, kanker ginjal, dan kanker hati. Arsenik terdapat dalam rokok melalui pestisida yang digunakan dalam pertanian tembakau.

8) Kadmium

Kadmium yang terdapat dalam asap rokok akan terserap masuk ke paru-paru. Kadar kadmium yang tinggi dalam tubuh dapat menimbulkan muntah, diare, penyakit ginjal, tulang rapuh, dan meningkatkan risiko terkena kanker paru-paru.

9) Amonia

Amonia adalah gas beracun, tidak berwarna, berbau tajam, dan dalam rokok digunakan untuk meningkatkan efek candu nikotin. Paparan jangka pendek menyebabkan napas pendek, sesak, iritasi mata, dan sakit tenggorokan, paparan jangka panjang dapat memicu pneumonia dan kanker tenggorokan.



Gambar 2. 1 Kandungan Rokok

Sumber: (Kemenkes, 2022)

c. Faktor Perilaku Merokok

Adapun faktor-faktor tersebut menurut (Rosiana & Putri, 2024) :

1) Faktor individu

(a) Persepsi terhadap resiko kesehatan

Seseorang yang memiliki kesadaran rendah terhadap bahaya merokok lebih cenderung untuk merokok.

(b) Kebiasaan dan ketergantungan nikotin

Nikotin dalam rokok memiliki sifat adektif yang menyebabkan seseorang menjadi ketergantungan. Proses kebiasaan yang berkembang dari percakapan sosial atau stres juga memperkuat perilaku merokok.

2) Faktor sosial

(a) Pengaruh teman sebaya dan keluarga

Perilaku merokok sering dipengaruhi oleh faktor sosial, seperti pergaulan dengan teman-teman yang merokok atau keluarga yang merokok. Pengaruh sosial ini meningkatkan kecenderungan seseorang untuk mencoba merokok terutama pada usia remaja.

(b) Norma sosial

Dalam beberapa budaya atau kelompok sosial, merokok dapat dianggap sebagai bagian dari status sosial atau simbol kematangan yang juga berkontribusi pada perilaku merokok.

3) Faktor lingkungan dan ekonomi

(a) Aksesibilitas dan harga rokok

Kemudahan untuk memperoleh rokok dan harga yang relatif terjangkau dapat menjadi faktor yang memperbesar kemungkinan seseorang untuk merokok, terutama di kalangan remaja atau individu dengan status ekonomi rendah.

(b) Iklan dan promosi rokok

Iklan yang menggambarkan merokok sebagai aktivitas yang menyenangkan, stylish, atau memberi kebebasan, berkontribusi pada perilaku merokok.

d. Dampak Merokok

Menurut Kemenkes tahun 2023, dampak buruk bagi perokok yaitu:

- 1) Penyakit paru-paru
- 2) Merusak gigi dan menyebabkan bau mulut
- 3) Menyebabkan stroke dan serangan jantung
- 4) Gangguan pada mata, salah satunya seperti katarak
- 5) Menyebabkan kanker leher rahim dan keguguran pada wanita
- 6) Menyebabkan kerontokan rambut.

e. Jenis – jenis Rokok

Jenis – jenis rokok berdasarkan bahan baku (Horax *et al.*, 2017), yaitu:

1) Rokok Putih

Rokok yang bahan baku atau isinya hanya tembakau yang berupa kertas dan diberi saus untuk mendapatkan efek rasa dan aroma

tertentu untuk menghasilkan rasa atau rokok yang sesuai rata – rata rokok putih ini memiliki filter.

2) Rokok Kretek

Rokok yang bahan baku atau isinya berupa daun tembakau dan cengkeh yang diberi saus pada tembakaunya dan filternya untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.

3) Rokok Klembek

Rokok yang bahan baku atau isinya berupa daun tembakau cengkeh dan kemenyan yang diberi saus untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.

4) Rokok Elektrik

Rokok elektrik atau biasa disebut dengan vape merupakan jenis rokok penghantar nikotin elektronik. Vape memiliki fungsi yang sama seperti rokok biasa, tetapi tidak menggunakan atau membakar daun tembakau, namun mengubah cairan menjadi uap.

3. Remaja

a. Pengertian Remaja

Remaja merupakan masa kehidupan individu dimana terjadi perkembangan psikologis untuk menemukan jati diri. Pada masa peralihan tersebut, remaja akan dapat mengembangkan bakat dan kemampuan yang ia miliki yang akan ditunjukkan pada orang lain agar terlihat berbeda dari yang lain (Subekti *et al.*, 2020). Istilah "remaja"

berasal dari kata latin "adolescere" yang berarti tumbuh atau berkembang menjadi sesuatu. Istilah masa remaja yang digunakan saat ini memiliki arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Rosiana & Putri, 2024).

Remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, masa remaja ditandai dengan adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis, masa remaja terjadi antara usia 10-19 tahun (Kinanti, 2020). Masa remaja adalah fase dimana individu mulai menyatu dengan masyarakat dewasa, menjadi bagian dari orang dewasa, pada usia ini anak-anak tidak merasa berbeda di bawah tingkatan yang lebih tua, melainkan di tingkat yang setidaknya sejajar dalam hal integrasi. Orang dewasa dalam masyarakat memiliki peran yang efektif, dan perubahan otak pada remaja memungkinkan mereka untuk mencapai integrasi dalam interaksi sosial dengan orang dewasa (Ismatuddiyanah *et al.*, 2023).

b. Ciri-ciri Remaja

Masa remaja ini selalu dianggap sebagai periode yang penuh tantangan, bagi remaja itu sendiri maupun orangtuanya. Tantangan itu berasal dari perilaku khusus yang biasanya terjadi pada masa remaja (Saputro, 2017), antara lain:

Remaja mulai menyampaikan tentang kebebasannya dan juga haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri.

- 1) Remaja mulai menyampaikan kebebasannya dan haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri. Tidak terhindarkan, ini dapat

menciptakan ketegangan dan perselisihan, dan bias menjauhkan remaja dari keluarganya.

- 2) Remaja lebih mudah dipengaruhi oleh teman-temannya dari pada ketika mereka masih kanak-kanak.
- 3) Remaja mengalami perubahan fisik yang luar biasa, baik pertumbuhannya maupun seksualitasnya.
- 4) Remaja sering menjadi terlalu percaya diri dan ini bersama-sama dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan sulit menerima nasihat dan pengarahan orang tua.

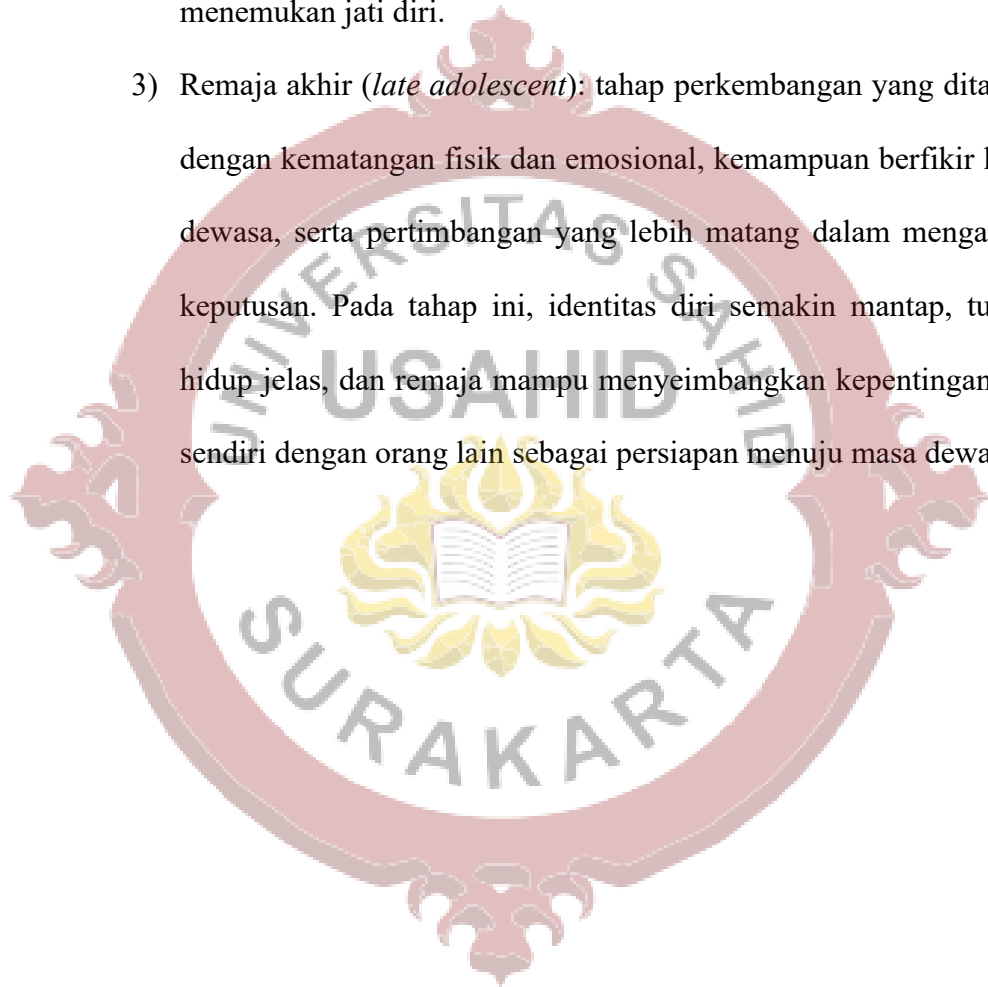
c. Tahap Perkembangan Remaja

Tahap perkembangan pada masa remaja menurut (Hamidah & Rizal, 2022) yaitu:

- 1) Remaja awal (*early adolescent*): Tahap awal merupakan tahap yang ditandai dengan pertumbuhan fisik yang cepat atau pubertas, dimana remaja perempuan umumnya mengalami perubahan lebih cepat dibandingkan laki – laki. Pada tahap ini, remaja mulai mencari kemandirian, memahami privasi, tertarik pada lawan jenis, dan mengalami perubahan emosi serta cara berfikir. Oleh karena itu, peran orang tua sangat penting dalam memberikan informasi dan pendampingan mengenai pubertas agar remaja dapat memahami perubahan yang dialami dengan baik.
- 2) Remaja Madya (*middle adolescent*): Pada tahap ini ditandai dengan kematangan fisik yang semakin jelas, seperti perubahan

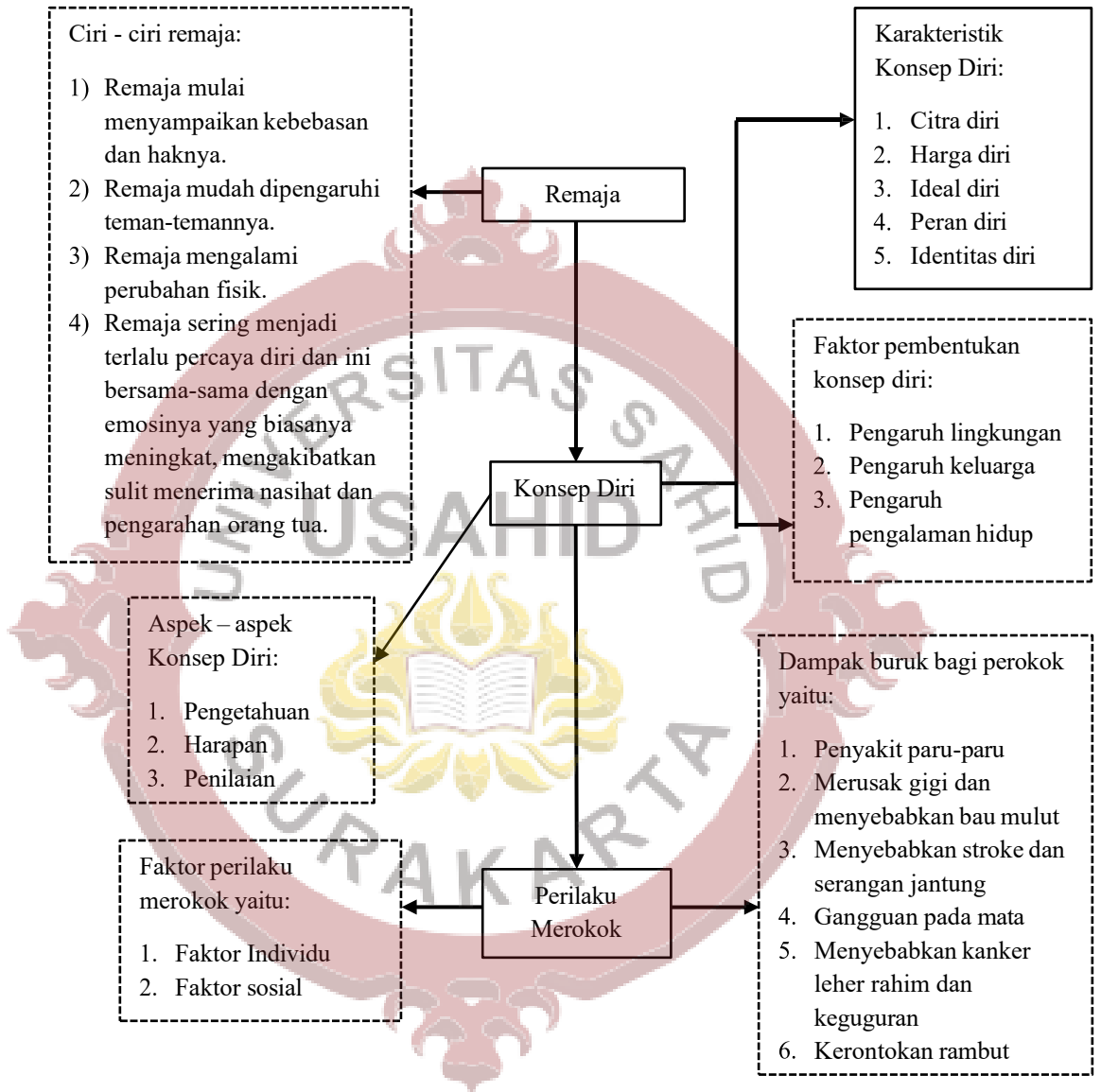
suara pada laki – laki dan menstruasi yang lebih teratur pada perempuan. Pada tahap ini, remaja mulai tertarik pada hubungan romantis, lebih mandiri, lebih dekat dengan teman sebaya, serta cenderung bertindak impulsif dan mengalami kebingungan dalam menemukan jati diri.

- 3) Remaja akhir (*late adolescent*): tahap perkembangan yang ditandai dengan kematangan fisik dan emosional, kemampuan berfikir lebih dewasa, serta pertimbangan yang lebih matang dalam mengambil keputusan. Pada tahap ini, identitas diri semakin mantap, tujuan hidup jelas, dan remaja mampu menyeimbangkan kepentingan diri sendiri dengan orang lain sebagai persiapan menuju masa dewasa.

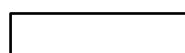


B. Kerangka Teori

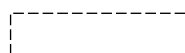
Kerangka teori penelitian ini terdapat pada gambar berikut :



Keterangan :



:Diteliti

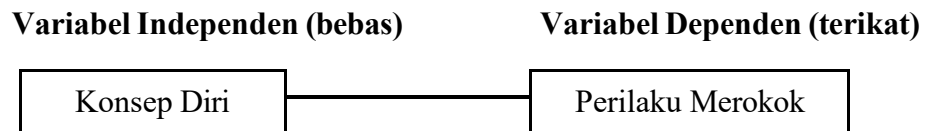


:Tidak diteliti

Gambar 2. 2 Kerangka Teori

Sumber: (Rosiana&Putri,2024), (Kemenkes,2023), (Sukweendhi, 2023)

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. 3 Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Hipotesis adalah pernyataan sementara yang dibuat untuk menjelaskan suatu fenomena yang diamati, yang kemudian diuji melalui data empiris (Halimah & Duskri, 2025). Berdasarkan kerangka konsep diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan konsep diri dengan perilaku merokok di SMP N 1 Kartasura.