

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

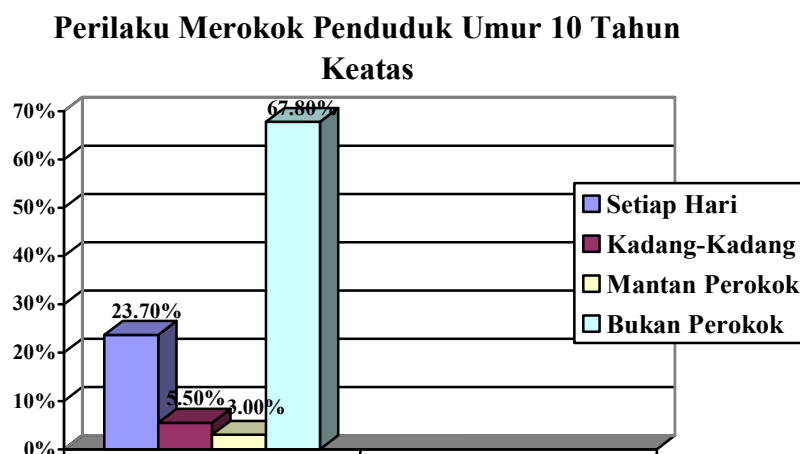
### **A. Latar Belakang Masalah**

Periode remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang penting dalam rentang kehidupan manusia. Masa remaja memiliki karakteristik tersendiri yang membedakannya dengan periode perkembangan lainnya. Masa remaja atau *adolescence* adalah periode peralihan perkembangan dari kanak-kanak ke masa dewasa awal, memasuki masa ini sekitar usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 22 tahun. Masa remaja dimulai dengan perubahan fisik yang cepat, penambahan tinggi dan berat badan yang dramatis; perubahan dalam kontur tubuh; dan perkembangan karakteristik seksual seperti pembesaran payudara, pertumbuhan rambut pubis dan wajah, dan pembeasaran suara. Pencarian identitas dan kebebasan merupakan ciri utama periode ini. Makin banyak waktu yang dihabiskan di luar keluarga atau rumah. Pikiran menjadi lebih abstrak, idealis, dan logis (Santrock, 2007).

Remaja pada umumnya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi. Karena didorong rasa ingin tahu yang tinggi, remaja cenderung ingin bertualang menjelajah segala sesuatu dan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya dan juga didorong oleh keinginan seperti orang dewasa menyebabkan remaja ingin mencoba melakukan apa yang sering dilakukan oleh orang dewasa (Ali & Asrori, 2010).

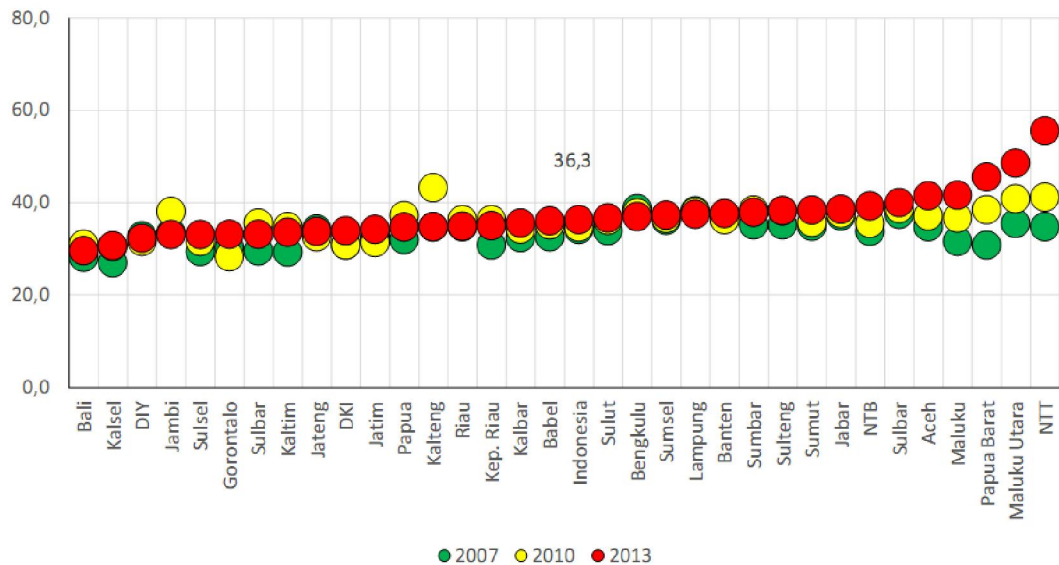
Berdasarkan karakteristik remaja dimana pada umumnya memiliki rasa ingin tahu yang besar dan ingin mencoba hal baru, membuat remaja menjadi salah satu sasaran yang “empuk” atau mudah dipengaruhi untuk mencoba rokok bagi para produsen rokok. Hal ini karena remaja identik dengan mencoba hal yang baru bagi mereka, salah satunya adalah merokok. Tingkah laku ini tergolong dalam tingkah laku yang bermasalah karena merokok adalah perilaku yang seharusnya dilakukan orang dewasa bukan remaja. Kegiatan merokok bagi remaja, terutama anak laki-laki selama ini dianggap sebagai simbol kejantanan, tidak merokok dianggap tidak memiliki kharisma laki-laki (Febri, 2016: 3).

Perilaku merokok pada remaja dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Berdasarkan Riskesdas (2007) persentase penduduk umur 10 tahun ke atas 23,7% merokok setiap hari, 5,5% merokok kadang-kadang, 3% mantan perokok dan 67,8% bukan perokok. Penelitian Riskesdas tentang perilaku merokok ini dapat disajikan dalam grafik berikut.



Gambar 1. Persentase Perilaku Merokok Penduduk Umur 10 tahun ke atas (Riskesdas, 2007)

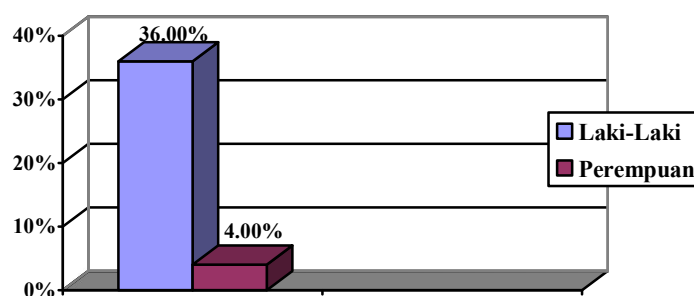
Data Riskesdas (2013) menunjukkan perilaku merokok penduduk 15 tahun keatas masih belum terjadi penurunan dari 2007 ke 2013, cenderung meningkat dari 34,2% tahun 2007 menjadi 36,3% tahun 2013, begitu pula dengan perokok umur 10-14 tahun ditemukan meningkat 1,4% dari 6154 anak.



Gambar 2. Kecenderungan proporsi penduduk umur  $\geq 15$  tahun yang merokok menurut provinsi, Indonesia 2007, 2010 dan 2013 (Riskesdas, 2013)

Data dari *Global Youth Tobacco Survey* atau GYTS (2014) di Indonesia memperlihatkan 20% remaja usia 13-15 tahun (SMP) adalah perokok aktif. Dari jumlah tersebut, 36% adalah pelajar laki-laki, sedangkan 4% adalah pelajar perempuan.

### Pelajar Perokok Aktif Usia 13-15 tahun (SMP)



Gambar 3. Pelajar Perokok Aktif Usia 13-15 tahun (SMP) (GYTS, 2014)

WHO memperkirakan separuh kematian di Asia dikarenakan tingginya peningkatan penggunaan tembakau. Angka kematian akibat rokok di negara berkembang meningkat hampir 4 kali lipat. Pada tahun 2000 jumlah kematian akibat rokok sebesar 2,1 juta dan pada tahun 2030 diperkirakan menjadi 6,4 juta jiwa (Aliansi Pengendalian Tembakau Indonesia, 2013).

Beritasatu.com (2019) memberitakan menurut Menkes, harga rokok yang sangat murah memudahkan akses anak dan remaja untuk membelinya dengan uang jajan mereka. Ditambah lagi, banyak rokok yang dijual ketengan di warung kopi bahkan di minimarket. Inilah yang menyebabkan konsumsi rokok di kalangan remaja kini makin tinggi, bahkan pada usia yang makin muda. Lewat harga rokok yang sangat murah industri rokok memang sengaja untuk mengikat pelanggan tetap sejak anak-anak sampai tua. Ditambah lagi dengan iklan rokok yang sangat masif menjerumuskan anak dan remaja dalam adiksi nikotin. Merokok sejak anak-anak sama artinya investasi penyakit untuk masa depan. Rokok erat kaitannya dengan berbagai penyakit tidak menular, seperti jantung, stroke, diabetes melitus, dan lain-lain. Persoalan saat ini, kata Menkes, dampak kesehatan ini selalu tidak digubris oleh perokok sendiri maupun para pemangku kepentingan lainnya.

Meskipun sebagian besar remaja mengetahui bahaya merokok sampai pada akibat yang paling mengerikan adalah kematian, namun kebiasaan merokok tetap banyak dilakukan di kalangan remaja. Remaja ini tidak hanya siswa SMA atau SMU, tetapi sudah merambah ke siswa SMP. Kenyataan adanya siswa SMP yang telah merokok tentu membuat keprihatinan, hal ini

disebabkan karena rokok mempunyai sifat membuat orang kecanduan (adiksi). Jika sejak dini remaja sudah diracuni oleh rokok, maka hal ini akan berpengaruh tidak hanya pada keadaan fisik tetapi juga mental remaja. Dilihat dari segi kesehatan rokok merupakan penyebab kematian dan masalah utama kesehatan pada masyarakat. Berbagai penyakit yang ditimbulkan oleh rokok bahkan sudah jelas tertera pada kemasan rokok.

Ada banyak alasan yang melatarbelakangi perilaku merokok pada remaja, selain disebabkan dari faktor lingkungan. Hasil survey yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 3 Desember 2018 kepada subjek remaja di berbagai tempat secara terpisah dan secara insidental, mereka mulai merokok pada usia remaja, sejak mereka berumur 13 tahun hingga usia mereka saat ini yang berkisar antara 21 tahun. Berbagai alasan yang diungkapkan atas perilaku merokok mereka, ada yang beralasan hanya ingin coba-coba hingga akhirnya menjadi ketagihan, karena ikut-ikutan teman sekolahnya, karena penasaran dengan menariknya iklan rokok yang ditayangkan di televisi, juga untuk menghilangkan kepenatan, bahkan ada yang memang menjadikan rokok sebagai kebutuhan sehari-hari. Perilaku merokok di kalangan remaja menjadi salah satu media komunikasi selain kegiatan berkumpul atau nongkrong bersama dengan teman-temannya. Mereka merokok dimana pun mereka berada dan kapan pun mereka ingin merokok, ketika bangun tidur, setelah makan, saat berada di sekolah, di warung makan dan di tempat nongkrong. Hal ini menjelaskan bahwa merokok memang sudah bukan merupakan hal yang harus dilakukan secara tersembunyi lagi saat ini. Fenomena tersebut diperkuat dengan apa yang mereka rasakan ketika merokok, sebagian besar

menyatakan bahwa mereka mendapatkan kenikmatan, perasaan lega dan tenang, lebih santai, lebih percaya diri, dan bisa menjadi teman ketika mengerjakan tugas sampai larut malam.

Budaya kumpul di kalangan remaja menjadi faktor untuk memulai kebiasaan merokok. Hal ini seperti yang diberitakan oleh BrataPos (2019) bahwa zaman sekarang banyak gerombolan remaja yang sering berkumpul dengan teman-teman sebaya mereka untuk membahas suatu topik atau sekedar bercanda bersama. Kebanyakan mereka lebih memilih tempat seperti warung kopi dan cafe. Banyak kaum muda yang memanfaatkan saat-saat nongkrong atau nongki bersama teman dengan mencoba merokok. Hal tersebut sudah menjadi kebiasaan para remaja masa kini. Mereka menganggap dengan merokok akan menambah suasana kumpul menjadi lebih seru dan tidak monoton.

Berdasarkan fenomena di atas, perilaku merokok diawali oleh rasa ingin tahu dan pengaruh teman sebaya (Tulenan, Rompas dan Ismanto, 2015). Faktor teman sebaya yang seringkali memberikan informasi maupun mengajak untuk mencoba-coba seperti mengajak menghisap rokok. Konformitas teman sebaya ini sendiri begitu mempengaruhi perilaku remaja dimana kebanyakan remaja sangat mementingkan sebuah konformitas agar lebih terkenal dan dipandang oleh teman-teman lainnya sehingga membuat mereka memiliki sikap maupun perilaku yang sama agar tetap diakui dalam kelompok tersebut. Hal ini disebabkan remaja mendapatkan tekanan-tekanan yang kuat dari teman sebaya agar berperilaku sesuai dengan kelompoknya (Santrock, 2007).

Konformitas terhadap tekanan teman sebaya pada remaja dapat menjadi positif ataupun negatif. Konformitas pada remaja yang tidak negatif dan merupakan keinginan untuk terlibat dalam dunia teman sebaya, misalnya berpakaian seperti teman-temannya dan ingin menghabiskan waktu dengan teman perkumpulannya. Remaja yang terlibat dengan tingkah laku akibat dari konform yang negatif seperti menggunakan bahasa asal-asalan, merokok, mencuri, coret-mencoret, dan mempermainkan orang tua dan guru. Konformitas pada remaja tidak semuanya berpengaruh negatif, namun ada pula yang berpengaruh positif (Fardhani dan Izzati, 2013).

Pernyataan adanya hubungan antara konformitas dengan perilaku merokok pada remaja ditegaskan oleh Islami (2014) bahwa perilaku merokok remaja dipengaruhi oleh konformitas. Temuan pengaruh tersebut menunjukkan adanya hubungan antara konformitas dengan perilaku merokok remaja. Penelitian-penelitian kuantitatif sejenis, juga menyatakan adanya hubungan antara konformitas dengan perilaku merokok remaja, diantaranya adalah Pratiwi (2014) yang menyatakan bahwa perilaku merokok dilihat dari sudut pandang manapun sangat merugikan, baik untuk diri sendiri ataupun orang lain. Selain itu sensitivitas ketajaman penciuman dan pengecapan perokok berkurang bila dibandingkan dengan yang bukan perokok.

Penelitian lainnya yaitu Febryantie, Mardjan dan Abduh Ridha, (2015) telah melakukan penelitian tentang hubungan konformitas dengan perilaku merokok. Hasil akhir penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara konformitas dengan perilaku merokok remaja. Dampak perilaku

merokok bagi remaja awal ternyata menyebabkan terjadinya penurunan prestasi belajar. Artinya bagi remaja awal yang masih sekolah, maka perilaku merokok tidak menguntungkan lagi. Hal ini sebagaimana temuan penelitian Tulenan, Rompas dan Ismanto (2015), bahwa perilaku merokok mempengaruhi prestasi mereka.

Robalino & Macy (2018) dalam penelitiannya menyampaikan bahwa remaja rentan terhadap pengaruh teman sebaya, untuk terlibat dalam perilaku berisiko, termasuk merokok. Keinginan untuk status sosial sebagai motivasi penting. Hal ini didukung dengan hasil penelitian dari Ukwayi, Eja, & Unwanede (2012) yang mengindikasikan bahwa 85% penggunaan rokok dipengaruhi oleh tekanan teman sebaya. Hal ini terkait dengan penggunaan rokok teman sebaya secara langsung dan tidak langsung memaksa remaja untuk merokok. Contoh dari tekanan teman sebaya secara langsung adalah dorongan untuk memanfaatkan rokok, sementara pengaruh teman sebaya secara tidak langsung terjadi ketika remaja melihat teman sebaya mereka merokok sebagai panutan sehingga dapat meningkatkan penerimaan mereka untuk ikut merokok.

Faktor lain yang turut mempengaruhi perilaku merokok remaja adalah stres. Perilaku merokok seringkali dihubungkan dengan stres pada remaja karena adanya pandangan dari kalangan remaja bahwa dengan merokok dapat mengurangi stres. Hal ini seperti yang dilaporkan oleh Kompasiana (2013) mengenai tanggapan remaja tentang merokok. Responden A (18 tahun) mengatakan “saya merokok untuk menghilangkan suntuk dan stres.”,



responden G (18 tahun) mengatakan “menurut pengalaman saya sih, sisi positifnya ngilangin stres dan membuat kita tenang saja”, sedangkan responden H (18 tahun) menyatakan “faktor pendorong saya merokok awalnya adalah perasaan stres dan galau, jadi karena saya tidak tahu mau *ngapain* lagi ya sudah saya merokok saja”.

Tarwaka (2014) menyatakan stres secara umum merupakan tekanan psikologis yang dapat menyebabkan berbagai bentuk penyakit baik penyakit secara fisik maupun mental (kejiwaan). Stres normal dialami oleh setiap individu, sehingga stres sudah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan masing-masing individu. Seseorang yang mengalami stres akan berpikir dan berusaha keras untuk menyelesaikan permasalahan atau tantangan hidup yang dihadapinya sebagai respon adaptasi untuk tetap bertahan.

Remaja termasuk bagian dari individu yang mengalami stres dalam kehidupannya. Bawuna, Rottie, dan Onibala (2017) menyampaikan berbagai sumber mengatakan remaja atau pelajar yang mengalami stres seperti masalah akademik karena mengalami kegagalan dalam menyelesaikan tugas, prestasi akademik yang rendah, tuntutan orang tua agar cepat menyelesaikan studynya, pengajar yang tidak tepat waktu dan masalah kesehatan. Pelajar juga mengalami stres sebagai tuntutan kehidupan akademik yang harus dijalani. Kehidupan akademik bukan hanya sekedar datang ke sekolah atau kampus, menghadiri kelas, ikut serta dalam ujian, dan kemudian lulus. Tetapi banyak aktivitas yang terlibat dalam kegiatan akademik antara lain bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan teman sesama pelajar dengan karakteristik dan latar

belakang yang berbeda-beda. Stres yang merupakan aspek psikologis remaja ini akhirnya mempengaruhi remaja untuk merokok.

Perilaku merokok pada saat stres didukung oleh hasil yang dirasakan setelah menghisap rokok. Hal-hal yang paling dirasakan subjek ketika atau setelah merokok adalah kenikmatan, kepuasan, dan merasakan ketenangan. Seorang perokok dapat kembali merokok bahkan meningkatkan intensitas merokoknya ketika dalam keadaan stress. Semakin tinggi tingkat stress maka semakin tinggi perilaku merokok pada remaja laki dan sebaliknya (Hasnida & Kemala, 2005).

Penelitian dari Bawuna, dkk. (2017) menyimpulkan terdapat hubungan signifikan stress dengan perilaku merokok pada mahasiswa. Konsumsi rokok ketika stres merupakan upaya-upaya pengatasan masalah yang bersifat emosional karena merokok dapat membuat orang yang stres menjadi tidak stres lagi. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Hilyana, Hasbullah, Muzzakir (2013) yang menyimpulkan ada hubungan antara tingkat stres remaja terhadap perilaku merokok di SLTP 30 Makassar, artinya semakin tinggi stres maka semakin tinggi perilaku merokok pada remaja laki-laki, begit juga sebaliknya semakin rendah stress maka semakin rendah perilaku merokok.

Penelitian lain yang meneliti hubungan konformitas dan stres dengan perilaku merokok adalah penelitian dari Kosasi (2018). Dari hasil penelitiannya menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas dengan perilaku merokok pada remaja perempuan dengan perilaku merokok di kota Samarinda dan Balikpapan. Serta tidak terdapat

hubungan yang signifikan antara stres dengan perilaku merokok pada remaja perempuan dengan perilaku merokok di kota Samarinda dan Balikpapan. Stres bisa saja menjadi pemicu untuk subjek merokok namun tidak semua stres membuat subjek melakukan itu. Stres yang menyebabkan subjek merokok biasanya adalah stres yang membuat subjek tidak bisa mencari solusi sehingga untuk menenangkan diri subjek merasa harus merokok.

Berdasarkan fenomena dan penelitian terdahulu di atas, masih ada kesenjangan antara kenyataan dan harapan, yaitu remaja cenderung memiliki perilaku merokok karena adanya konformitas dari teman sebayanya dan stres, sedangkan diharapkan para remaja untuk tidak merokok agar terhindar dari berbagai dampak buruk rokok bagi kesehatan dan untuk menyelamatkan masa depan mereka. Bahaya merokok ini tidak menurunkan semangat untuk meninggalkan merokok. Merokok malah diasumsikan sebagai kedewasaan, sementara hasil penelitian merokok justru menurunkan daya kesehatan. Perilaku merokok menurut penelitian terdahulu dibentuk dari adanya konformitas kelompok remaja, baik remaja teman sekolah, ataupun teman sepermainan yang berasal dari satu desa dan stres yang dirasakan remaja.

Berdasarkan paparan di atas, maka rumusan masalah yang akan diajukan adalah: “Apakah ada hubungan konformitas dan stres dengan perilaku merokok pada remaja?”. Sehingga dari permasalahan tersebut peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan Konformitas dan Stres dengan Perilaku Merokok pada Remaja”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Ada beberapa tujuan yang akan diketahui terkait hubungan konformitas dan stres dengan perilaku merokok.

1. Mengetahui hubungan sikap konformitas remaja terhadap stres dengan perilaku merokok.
2. Mengetahui hubungan stres remaja terhadap perilaku merokok.
3. Mengetahui hubungan konformitas remaja dengan perilaku merokok.
4. Mengetahui hubungan stres remaja dengan perilaku merokok.

## **C. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat, sekolah dan para peneliti yang akan datang. Berikut manfaat-manfaat tersebut.

### **1. Remaja**

Sebagai bahan pertimbangan agar mengetahui bahayanya kandungan rokok dan pentingnya menjaga kesehatan serta untuk memahami dampak apa yang didapat dari konformitas yang negatif teman sebaya serta tingkat stres remaja.

### **2. Orang tua**

Sebagai masukan kepada orang tua untuk lebih mengawasi perilaku anaknya dan memberikan penjelasan kepada anaknya yang baru memasuki awal-awal remaja bahwa rokok tidak baik untuk kesehatan.

### 3. Peneliti

Menjadi bahan rujukan kepada peneliti yang akan melakukan penelitian terhadap permasalahan yang sama serta dapat menambah khasanah keilmuan kita tentang seberapa besar pengaruh rokok bagi remaja.