

Hubungan Antara Konsep Diri dengan Perilaku Merokok pada Remaja Awal

Dewi Larasati¹, Indra Wahyudi², Fx. Wahyu Widiatoro³

^{1,2,3} Program Studi Psikologi Umum
Fakultas Psikologi Universitas Proklamasi 45 Yogyakarta
e-mail: dewilarasati441@gmail.com

ABSTRACT

The increasing number of smokers in adolescents from year to year makes a bad impact on adolescents development that is learning achievement, mental health and physical health. Adolescents social relations from the self-concept which it will determine the adolescents behavior and making decisions, including the decision to smoke even though just try it. Self-concept is relationship of perception to him based on his interactions with environment, those are parents, friends of the same age, school environment, and the surrounding environment. Aims: this research aimed to know the relationship between self-concept with smoking behavior in early adolescents. Method: this research used quantitative methods and qualitative methods. Quantitative methods by collecting data using a scale, and to enrich the result using qualitative methods that is interviews to four subject who smoke the most intensity. Result: the result from this research shows that value r count is $-0,372 > r$ tabel $0,288$, its means there is a significant negative relationship between self-concept with smoking behavior in early adolescent. There are four subjects with high smoking rate of 12 cigarettes a day, then excavated through interviews. The conclusion is that the teen's self-concept is low, the higher the smoking behavior. Factors that influence teenagers smoking are personal characteristic, modeling, peer pressure, and addiction.

Keywords: Self-Concept, Smoking Behavior.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa individu menyatu dengan masyarakat dewasa, usia remaja tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak (Piaget, dalam Hurlock 1980). Permasalahan yang sering terjadi bagi remaja salah satunya adalah masalah yang terkait dengan perilaku merokok. Jika dilihat dari berbagai sudut pandang, bahwa merokok sangat merugikan bagi diri sendiri maupun orang lain.

Berdasarkan Survey Lentera 2015, sebanyak 45 persen jumlah remaja di Indonesia pada usia 13 hingga 19 tahun sudah merokok (Maulidya, 2016). Jumlahnya meningkat setiap tahun, tidak hanya orang dewasa tetapi sudah merambah anak-anak usia remaja. Berdasarkan data dari badan kesehatan Dunia WHO (world health organization), menyebutkan 1 dari 10 kematian pada orang dewasa disebabkan karena kebiasaan merokok, dimana rokok ini membunuh hampir lima juta orang setiap bulannya. Jika hal ini berlanjut, maka bisa dipastikan bahwa 10 juta orang akan meninggal karena rokok pertahunnya pada tahun 2020, dengan 70% kasus terjadi di Negara berkembang seperti Indonesia. Hasil Survey Kesehatan Reproduksi Indonesia Tahun 2002-2003 bahwa remaja usia 10 tahun merokok 27,7 % dan usia di bawah 20 tahun 68% (Lindawati, 2011).

Dampak merokok tidak hanya pada kesehatan fisik tetapi juga terhadap perkembangan individu. Hasil penelitian Lavental dalam Mubarak (2014) merokok dapat meningkatkan kecenderungan untuk mencoba zat adiktif lain dan narkoba. Sebab konsumsi rokok berkorelasi dengan konsumsi morfin, kokain, mariyuana dan alkohol, merokok merupakan pintu gerbang pertama menuju narkoba (Aula, 2010).

Merokok bisa mempengaruhi mental seseorang, kandungan nikotin mempengaruhi kinerja otak sehingga memicu ketergantungan, yang pada akhirnya mengubah cara seseorang berpikir dan perilaku. Efek tersebut dapat bersifat permanen karena nikotin sangat mudah terakumulasi pada otak. Pada sebagian siswa SMP yang sudah menikmati merokok ada kecenderungan malas untuk belajar karena pada siswa ini lebih banyak menyukai merokok dengan berkumpul bersama teman-temannya. Remaja perokok yang mengambil keputusan untuk melanjutkan perilaku merokonya, umumnya frekuensi merokok mereka cenderung semakin lama semakin meningkat (Laventhal & Cleary dalam Mc Gee, 2005). Hasil penelitian Prasadja (2008), (Zhao 2004) penumpukan nikotin dan berbagai macam zat itulah akan berpengaruh terhadap kondisi stamina fisik dan berpengaruh pula secara tidak langsung terhadap motivasi belajar remaja, nilai pelajaran, prestasi akademik performa kelulusan dan masa depan pendidikan perokok.

Masa remaja merupakan sebuah periode perkembangan di mana individu haus untuk berpetualang, menyukai risiko, serta menginginkan sesuatu hal yang baru dan menantang agar secara alamiah dapat mencapai kondisi yang bergejolak (Santrock, 2007). Strategi menaikkan harga rokok merupakan usaha pemerintah dalam membatasi kesempatan para remaja merokok. Ada banyak alasan yang melatarbelakangi perilaku merokok pada remaja. Secara umum menurut Kurt Lewin (dalam Komasari dan Helmi, 2000), bahwa perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan faktor lingkungan, juga disebabkan faktor-faktor dari dalam individu. Faktor dalam remaja dapat dilihat dari perkembangan remaja yang mulai merokok berhubungan dengan krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangan, ketika mereka sedang mencari jati diri. Perilaku merokok pada remaja diduga terkait dengan karakteristik psikologis tertentu yang dimiliki oleh remaja yaitu konsep diri mereka sebagai remaja.

Menurut Mead (Burns, 1993) konsep diri sebagai suatu obyek yang timbul di dalam interaksi sosial sebagai suatu hasil perkembangan dari perhatian individu tersebut mengenai bagaimana orang lain bereaksi kepadanya. Konsep diri adalah pengertian dan harapan individu mengenai bagaimana diri yang dicita-citakan yang sesungguhnya secara fisik, sosial, moral dan psikis. Konsep diri merupakan inti pola kepribadian yang akan menentukan perilaku individu dalam menghadapi permasalahan hidupnya (Burns, 1993). Sikap, keyakinan dan tingkah laku seseorang sangat dipengaruhi oleh kepribadiannya, terutama sekali oleh konsep dirinya. Ada lima sumber pembentukan konsep diri menurut Burns (1993), yaitu : (a) citra tubuh, evaluasi terhadap diri fisik sebagai suatu obyek yang jelas-jelas berbeda; (b) bahasa, kemampuan untuk mengkonseptualisasikan dan memverbalisasikan diri dan orang-orang lainnya; (c) umpan balik yang ditafsirkan dari lingkungannya tentang bagaimana orang-orang lain yang dihormatinya memandang pribadi tersebut dan tentang bagaimana pribadi tadi secara relatif ada dibandingkan norma-norma dan nilai-nilai masyarakat yang bermacam-macam; (d) identifikasi dengan model peranan seks yang stereotip yang sesuai; dan (e) praktek-praktek membesarkan anak.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan peneliti di SMP Muhammadiyah 6 Yogyakarta tanggal 13 November 2018 terlihat beberapa siswa merokok pada jam pulang sekolah di kantin yang berada diluar sekolah. Pada saat jam sekolah siswa tidak diperkenankan keluar atau istirahat diluar, melainkan harus membeli makanan di kantin yang berada di dalam sekolah. Peneliti juga melihat bahwa Ibu kantin di luar sekolah tersebut menjual rokok.

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan peneliti terhadap Ibu kantin yang berjualan di luar sekolah SMP Muhammadiyah 6 Yogyakarta pada 13 November 2018 diketahui beberapa siswa hampir setiap hari merokok pada saat jam pulang sekolah, kebanyakan adalah siswa kelas delapan (VIII) dan kelas sembilan (IX). Menurut informasi Ibu kantin, anak kelas tujuh (VII) belum berani merokok karena masih lugu atau takut ketahuan oleh guru saat merokok. Tetapi kalau sudah naik kelas delapan (VIII) kemungkinan besar akan merokok karena pengaruh teman dan sudah berani melanggar aturan. Ibu tersebut mengaku menyediakan rokok karena memang banyak yang berminat dan tempat tersebut menjadi tempat nongkrong. Siswa yang merokok adalah siswa laki-laki, tidak ada yang perempuan. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Awal”**.

Perilaku Merokok adalah suatu tindakan menghisap rokok untuk mencapai kenikmatan, mula-mula dilakukan secara sadar dan lambat laun secara tidak sadar sehingga akhirnya menjadi suatu kebiasaan yang meningkat (Kisyanto & Mansjoer, 1984:8). Aspek-aspek perilaku merokok menurut Aritonang (Nasution, 2007), yaitu fungsi merokok dalam kehidupan sehari – hari, intensitas merokok, tempat merokok, dan waktu merokok. Menurut Sarafino (Marselino, 2003:29), ada faktor-faktor psikososial sebagai penguat yang menyebabkan remaja merokok, yaitu :

1. Modelling adalah meniru perilaku orang yang dianggap sebagai panutan seperti orangtua, saudara, teman maupun artis. Orang-orang ini sangat berperan dalam proses pencarian identitas remaja artinya orangtua yang dijadikan panutan oleh anak.
2. *Peer pressure*, adalah tekanan – tekanan yang datang dari teman sebaya. Biasanya bagi remaja diterima dalam kelompok merupakan penghargaan. Untuk masuk dalam kelompok, kadang harus mampu memenuhi aturan-aturan dalam kelompok tersebut.
3. *Smoker image*, diasosiasikan dapat menjadi daya tarik/ketertarikan antar lawan jenis, terlihat matang, glamour, dewasa, gagah dan menggairahkan.
4. *Personal characteristic*, karakteristik seseorang seperti suka menantang/ memberontak merupakan karakter yang melekat pada anak-anak remaja.

Menurut Piaget (dalam Hurlock, 1980: 206), remaja adalah masa dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua, melainkan berada dalam tingkat yang sama. Menurut Monks (1999), remaja adalah individu yang berusia antara 12-21 tahun yang sudah mengalami peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, dengan pembagian 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja penengahan, dan 18-21 tahun adalah masa remaja akhir.

Menurut Chaplin (2002:451), *self concept* atau konsep diri adalah evaluasi individu mengenai diri sendiri., penilaian atau penafsiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan. Hall dan Lindzey (dalam Smith dan Vetter, 1982) membedakan pengertian konsep diri menjadi dua, yaitu konsep diri sebagai objek dan konsep diri sebagai proses. Konsep diri sebagai objek diartikan sebagai pandangan atau persepsi individu terhadap dirinya sendiri, yang merupakan hasil analisa dan sintesa individu terhadap dirinya secara individual. Sedang konsep diri sebagai proses diartikan sebagai kesatuan proses psikologis yang meliputi proses berpikir, mengamati, memperhatikan dan mengingat, yang dimaksudkan untuk organisasi dan integrasi kepribadian sebaik mungkin dalam berinteraksi dengan lingkungan luar.

Perkembangan konsep diri ketika individu lahir, individu tidak mengetahui tentang dirinya, tidak memiliki harapan-harapan yang ingin dicapainya serta tidak memiliki penilaian terhadap diri sendiri (Calhoun & Acocella, 1990). Namun seiring dengan berjalannya waktu individu

mulai bisa membedakan antara dirinya, orang lain dan benda-benda disekitarnya dan pada akhirnya individu mulai mengetahui siapa dirinya, apa yang diinginkan serta dapat melakukan penilaian terhadap dirinya sendiri (Calhoun & Acocella, 1990). Baldwin dan Holmes (dalam Calhoun & Acocella, 1990) juga mengatakan bahwa konsep diri adalah hasil belajar individu melalui hubungannya dengan orang lain. Yang dimaksud dengan "orang lain" menurut Calhoun & Acocella(1990) adalah orang tua, teman sebaya, dan masyarakat. Pada lingkup masyarakat, masih sangat luas. Peneliti menambahkan lebih rinci yaitu lingkungan sekolah dan lingkungan sekitar.

METODE

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja awal berusia 12 sampai dengan 15 tahun. Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 6 Yogyakarta. Adapun teknik pengambilan subjek dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive random sampling*. *Purposive random sampling* adalah teknik pemilihan sekelompok subjek berdasarkan karakteristik tertentu, dalam penelitian ini karakteristik yang diambil adalah subjek yang merokok, berusia 12-15 tahun, baik laki-laki maupun perempuan.

Dalam penelitian ini metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi dan wawancara. Terdapat dua skala yang digunakan yaitu skala perilaku merokok dan skala konsep diri. Data yang diperoleh selanjutnya akan dianalisis dengan menggunakan program SPSS versi 20 dengan rumus korelasi *product moment* dari *Pearson*, selanjutnya dilakukan wawancara lebih lanjut terhadap beberapa subjek yang merokok dalam jumlah terbanyak untuk menggali lebih dalam sehingga mendapatkan data lebih lengkap.

Skala perilaku merokok disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Smet (1994) yang mengklasifikasikan perokok berdasarkan banyaknya rokok yang dihisap, yaitu perokok ringan, perokok sedang dan perokok berat. Skala perilaku merokok terdiri dari tiga pertanyaan yaitu mengenai intensitas merokok. Skala ini untuk menyaring subjek yang merokok dan untuk mengetahui intensitasnya. Dari 105 subjek yang mendapat sebaran skala perilaku merokok, terdapat 47 subjek yang merokok yaitu 10 subjek termasuk merokok kategori perokok sedang (5-14 batang sehari) dan 37 subjek kategori perokok ringan (kurang dari 5 batang sehari). Ada empat subjek yang merokok sampai 12 batang dalam sehari, keempat subjek tersebut dilakukan wawancara lebih lanjut untuk menggali informasi lebih dalam.

Skala konsep diri disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Calhoun & Acocella (1990), yang terdiri dari empat aspek yaitu orang tua, teman sebaya, lingkungan sekolah dan lingkungan sekitar. Skala konsep diri terdiri dari 40 butir pernyataan dengan rincian 20 butir *favorable* dan 20 butir *unfavorable*. selanjutnya 40 butir pernyataan di uji cobakan kepada 47 responden yang memiliki karakteristik sama dengan sampel, dari hasil validitas dan reliabilitas 28 butir yang dinyatakan valid, sedangkan 12 butir dinyatakan gugur. Butir yang dinyatakan gugur adalah butir nomor 6,7,16,20,22,23,25,26,30,35,39 dan 40. Berdasarkan hasil analisa uji coba dan seleksi butir terhadap skala konsep diri, maka koefisien korelasi terendah 0,292 dan koefisien korelasi tertinggi 0,754. Hasil koefisien alpha diperoleh indeks reliabilitas alat ukur sebesar 0,895 berarti alat ukur tersebut reliabel dan dapat digunakan sebagai alat ukur.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil analisis korelasi *Product Moment Pearson* terhadap variabel konsep diri diperoleh nilai signifikansi Sig. (1-tailed) adalah sebesar $0,005 < 0,05$, yang berarti terdapat korelasi yang signifikan antara konsep diri dengan perilaku merokok. Berdasarkan nilai r hitung diketahui sebesar $-0,372 > r$ tabel $0,288$. Karena r hitung atau *Pearson Correlations* dalam analisis bernilai negatif maka itu artinya hubungan antara konsep diri dengan perilaku merokok bersifat negatif. Artinya "Semakin tinggi konsep diri remaja maka semakin rendah perilaku merokoknya. Sebaliknya semakin rendah konsep diri remaja maka semakin tinggi perilaku merokoknya". Sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

DISKUSI

Hasil analisis korelasi *Product Moment Pearson* menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara perilaku merokok dengan konsep diri dengan hasil perhitungan nilai r hitung adalah $-0,372 > r$ tabel $0,288$. Berdasarkan hasil tersebut hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Hal ini berarti konsep diri mempengaruhi perilaku merokok pada remaja awal.

Masa remaja adalah masa pencarian jati diri, dimana ada ketidaksesuaian antara perkembangan psikis dan sosialnya. Pada penelitian ini subjek adalah remaja berusia 12-15 tahun, yaitu tergolong masih remaja awal, dengan ciri khas antara lain lebih dekat dengan teman sebaya, ingin bebas, lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan berpikir lebih abstrak (Monks, 2009). Peneliti menemukan data pendukung dari subjek bahwa *personal characteristic* mempengaruhi perilaku merokok pada remaja, dari hasil wawancara dengan ketiga subjek bahwa subjek mempunyai keyakinan diri untuk merokok. Keyakinan diri tersebut sudah menjadi konsep diri melalui interaksinya dengan lingkungan.

Peneliti mengungkap faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja awal. Peneliti melakukan wawancara kepada empat subjek yang merokok dalam jumlah terbanyak yaitu mencapai 12 batang sehari. Terdapat empat faktor perilaku merokok yang muncul, yaitu faktor modeling, *peer pressure*, *personal characteristic*, dan adiksi.

Dinamika perubahan psikologis yang tidak terkontrol dengan baik akan memungkinkan perilaku negatif pada remaja. Dibuktikan dengan perilaku remaja yang merokok, bahwa faktor penyebab remaja merokok adalah hasil interaksinya dengan lingkungan yaitu pengaruh teman sebaya, melihat lingkungan keluarga yang merokok, dan persepsi remaja terhadap dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, Hendiati. 2006. *Psikologi perkembangan pendekatan ekologi. Kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja*. Bandung : Retika Aditama.
- Allport, 2005. *Personality: A psychological interpretation*. New York: Henry, Holt and company.
- Aula LE. 2010. *Stop Merokok*. Garailmu. Yogyakarta
- Azwar. 2013. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

- Burns, R.B. 1993. *Konsep diri; Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku*. Terjemahan. Jakarta: Arcan.
- Bimo Walgito, 1987. *Psikologi Sosial*. Yayasan Penerbit Fakultas UGM. Yogyakarta.
- Calhoun, F.J dan Acocella, J.R. 1990. *Psychological of Adjustment and Human Relationship*. Third Eedition. New York: Mc Graw-Hill Publishing Company.
- Chaplin, J.P. 1997. *Kamus Lengkap Psikologi*. (Terjemahan Dr. Kartini Kartono). Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Chaplin, J.P. 2002. *Kamus lengkap psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Fitriyani. 2013. *Hubungan Konsep Diri dengan Perilaku Komsumtif pada Remaja di SMK Sadewa Yogyakarta*. (Skripsi). Fakultas Psikologi, Universitas Proklamasi 45, Yogyakarta.
- Hall, C. S. dan Lindzey, G. 1959. *Theories of Personality*. New York : John Wiley and Sons, Inc.
- Hurlock, Elizabeth, B. 1999. *Psikologi Perkembangan: “ Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan”*(Terjemahan Istiwidiyanti & Soedjarno). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth. *Psikologi Perkembangan 2*. Jakarta:Erlangga, 1978, hal. 58
- Kaplan, H.B. dan Stiles, B.L. 2004. *Adverse Social Comparison and Negative Self-Feelings: A Test of Alternative Models*. Social Behavior and Personality, 2004.
- Kisyanto & Mansjoer.1984. *Merokok Sebagai Resiko Jantung Koroner*.
- Komasari, D., & Helmi. A.F. 2000. *Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja*. *Jurnal Psikologi Universitas Gajah Mada*, 2. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada Press.
- Lindawati 2011. *Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok siswa- siswi SMP di Daerah Jakarta Selatan Tahun 2011*.
- Marselino. 2003. *Hubungan peraaan rendah diri dan intensitas merokok pada remaja awal*. Skripsi Fakultas Psikologi Univeritas Indonseia.
- Maulidya, P .2016. *Hasil survey : 45 persen Remaja Indonesia Usia 13-19 tahun Sudah Merokok*. *Surya.co.id*. Senin, 29 Agustus 2016.
- Mc Gee, dkk. 2005. *Is Cigarette Smoking Associated With Suicidal Ideation Among Young People?: The American Journal of Psychology*. Washington. <http://www.proquest.com/>.
- Monks, FJ & Knoers, AMP, Haditono , (1999). *Psikologi Perkembangan : Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, (Terjemahan Siti Rahayu Haditono). Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mubarak, W.I (2007). *Promosi Kesehatan*. Yogyakarta; Penerbit Graha Ilmu

- Rahayu, Lisdiawati.(2010). *Waspada Wabah Penyakit*. Bandung: Nuansa.
- Rahmat & Syafar.(2013). *Perilaku Remaja Merokok Sekolah Menengah Pertama*.
- Rakhmat, Jalaluddin.(2005). *Psikologi komunikasi*. Bandung : Remaja Rosda Karya.
- Rasti, (2008). *Bahaya Rokok*. Available from:<http://knoey.dagdigdug.com/2008/05/05/bahaya-merokok>.
- Republika, (2018). Duh, 38 Persen Remaja Aktif Merokok. *Republika.co.id*. Sabtu, 26 Mei 2018.
- Rogers, C.R. 1961. *On becoming a person*. Boston: Houghton Muffin.
- Santrock, J.W.(2003). *Adolencense : perkembangan remaja edisi keenam*. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Santrock, J.W.(2005). *Remaja*. Edisi 11 jilid 2. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Sarlito, W.(2005). *Psikologi Remaja*. Jakarta : Raja grafindo persada.
- Sarwono, S. *Teori-Teori Psikologi Sosial*. Jakarta :CV. Rajawali.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Semarang: PT. Gramedia
- Walgito, B. (1994). *Psikologi Sosial (Suatu Penagantar) Edisi Revisi*. Yogyakarta: Penerbit Andi Offset.
- Zakiah Darajat. (1990). *Kesehatan Mental*. Jakarta: CV Haji Masagung.
<http://www.dictio.id/Apa-yang-dimakusud-dengan-adiksi>.
- <http://www.rcpsych.ac.uk/healthadvice/problemsdisorders/smokingandmentalhealth.aspx>