

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Pustaka Penelitian**

##### **1. Remaja**

###### **a. Definisi**

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, dan itu melibatkan semua perubahan yang dialami sebagian orang saat mereka memasuki masa dewasa. Terdapat unsur-unsur fisik, psikologis dan psikososial untuk perubahan perkembangan ini. Remaja merupakan masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial (Sofia & Adiyati, 2013).

Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.

## **b. Tugas Perkembangan Remaja**

Tugas perkembangan remaja adalah untuk membantu remaja melepaskan karakteristik dan perilaku remaja mereka dan memperoleh kapastias untuk bertindak sendiri dan berperilaku seperti orang dewasa pada umumnya. Apapun tugas-tugas perkembangan remaja, menurut Harlock 2004 (dalam Ali, 2021) adalah berusaha :

- 1) Mampu menerima keadaan fisiknya
- 2) Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa
- 3) Mampu menjalin hubungan positif dengan anggota dari berbagai kelompok
- 4) Mempertahankan otonomi emosional
- 5) Menjadi mandiri secara finansial
- 6) Memperoleh ide dan kemampuan yang inovatif
- 7) Diperlukan untuk memainkan peran sebagai anggota komunitas
- 8) Mengenali dan menginternalisasi prinsip-prinsip orang tua dan orang dewasa
- 9) Menetapkan kebiasaan yang bertanggung jawab secara sosial yang diperlukan untuk masa dewasa
- 10) Mempersiapkan kewajiban dalam kehidupan berumah tangga

### **c. Karakteristik Umum Perkembangan Remaja**

Menurut Wong 2009 (dalam Rubiani 2017), karakteristik perkembangan remaja dapat dikategorikan sebagai berikut :

#### **1) Perkembangan Psikososial**

Erikson (dalam Wong, 2009) menyebutkan bahwa teori perkembangan psikososial yaitu mengasumsikan identitas terbentuk sebagai akibat dari krisis perkembangan yang terjadi pada masa remaja. Awal pubertas dan munculnya sedikit stabilitas emosional dan fisik yang relatif pada saat ketika hampir lulus dari sekolah menengah atas. Pada saat ini, remaja dihadapkan pada krisis identitas kelompok versus pengasingan diri.

Pada periode selanjutnya, individu berusaha untuk mencegah otonomi dari keluarga dan menumbuhkan identitas diri daripada penyebaran peran. Munculnya identitas pribadi menjadi sangat tergantung pada identifikasi kelompok. Sebelum mereka dapat menjawab pertanyaan tentang siapa mereka sehubungan dengan keluarga dan masyarakat sekitar, remaja pada tahap awal harus mampu mengelola tantangan yang melibatkan hubungan dengan teman sebaya :

a) Identitas Kelompok

Dorongan untuk menyesuaikan diri dengan kelompok sangat penting selama tahap awal remaja. Remaja percaya bahawa menjadi bagian dari suatu kelompok sangat penting karena membuat mereka merasa disertakan dan memberi mereka status. Gaya remaja berubah segera setelah mereka mulai mencerminkan minat dan karakteristik fisik mereka. Remaja memiliki kerangka pilihan untuk memainkan sinifikasi merkasendiri sambil menolak identitas turunan orang tua. Bukti kesesuaian mereka dengan kelompok sebaya dan disonansi dengan kelompok orang dewasa. Remaja yang berbeda dari kelompok lainnya ditolak dan ditinggalkan.

b) Identitas Individual

Remaja memikirkan selama fase pencarian ini, remaja harus mempertimbangkan interaksi mereka sebelumnya dengan orang lain serta arah dan tujuan yang ingin mereka ikuti di masa depan. Pengembangan identitas pribadi adalah proses panjang yang sering kali melibatkan masa-masa ketidakpastian, melankolis, dan pesimisme. Remaja merasa menakutkan untuk mengetahui identitas

mereka dan bagaimana mereka menyesuaikan diri dengan dunia. Namun pada akhirnya akan memberi jalan pada identitas positif, asalkan secara bertahap diganti dan ditempatkan di lokasi yang tepat. Ketika orang berjuang untuk menciptakan identitas yang bermakna dari banyak peran, keinginan, dan identifikasi mereka, difusi peran terjadi.

c) Identitas Peran Seksual

Konsolidasi identitas peran seksual terjadi selama masa remaja. Kelompok sebaya mulai mengomunikasikan beberapa harapan kemitraan heteroseksual pada tahap awal masa remaja, dan seiring perkembangan yang maju, remaja bertemu dengan harapan perilaku peran seksual yang matang dari teman sebaya dan orang dewasa. Harapan ini bervariasi antara budaya, wilayah geografis, dan kelas sosial.

d) Emosionalitas

Pada masa remaja akhir, remaja lebih siap untuk mengelola emosi mereka. Meski masih mengalami episode depresi, mereka mampu menyelesaikan kesulitan dengan tenang dan logis. Pada akhir masa remaja, suasana hati mereka menjadi lebih kuat dan

mereka mulai menunjukkan emosi yang lebih dewasa. Remaja akhir mampu mengelola emosinya hingga waktu dan tempat untuk mengekspresikan diri dapat diterima masyarakat, namun remaja awal cenderung merespon dengan cepat dan intens. Mereka terus merasakan emosi yang lebih intens, dan ketika emosi itu diekspresikan melalui perilaku mereka, jelas bahwa mereka gelisah, tegang, atau ragu-ragu.

## 2) Perkembangan Kognitif

Remaja tidak lagi hanya fokus pada realitas dan aktual, yang merupakan ciri masa berpikir konkret, menurut teori perkembangan kognitif Piaget (dalam Wong, 2009); mereka juga memperhatikan potensi yang mungkin terjadi. Mereka telah membuat lebih banyak kemajuan pada saat ini. Tanpa berkonsentrasi pada saat ini, mereka dapat membayangkan berbagai hasil potensial, seperti kemungkinan kuliah dan mencari pekerjaan; pertimbangkan bagaimana keadaan mungkin berubah di masa depan, seperti hubungan mereka dengan orang tua mereka; dan mempertimbangkan akibat dari tindakan mereka, seperti dikeluarkan dari sekolah. Remaja memiliki kapasitas mental untuk mengendalikan lebih dari dua kategori variabel sekaligus.

Misalnya, saat mengatur pengaturan perjalanan, mereka dapat mempertimbangkan hubungan antara kecepatan, jarak, dan waktu. Mereka dapat menilai suatu sistem atau seperangkat nilai dengan cara yang lebih dapat dipahami dengan mengidentifikasi konsistensi logis atau inkonsistensi dalam kumpulan pernyataan.

### 3) Perkembangan Moral

Teori perkembangan moral menurut Kohlberg (dalam Wong, 2009), masa remaja akhir dicirikan dengan suatu pertanyaan serius mengenai nilai moral dan individu. Remaja dapat dengan mudah mengambil peran lain. Mereka memahami tugas dan kewajiban berdasarkan hak timbal balik dengan orang lain, dan juga memahami konsep peradilan yang tampak dalam penetapan hukuman terhadap kesalahan dan perbaikan atau penggantian apa yang telah dirusak akibat tindakan yang salah. Namun demikian, mereka mempertanyakan sebagai akibat dari observasi remaja bahwa suatu peraturan secara verbal berasal dari orang dewasa tetapi mereka tidak mematuhi peraturan tersebutkan peraturan-peraturan moral yang telah ditetapkan, sering sebagai akibat dari observasi remaja bahwa suatu peraturan

secara verbal berasal dari orang dewasa tetapi mereka tidak mematuhi peraturan tersebut.

#### 4) Perkembangan Spiritual

Beberapa remaja mulai meragukan prinsip dan tujuan keluarga mereka ketika mereka mulai tumbuh mandiri dari orang tua atau otoritas lain. Saat menghadapi konflik selama masa ini, remaja lain terus memegang keyakinan ini sebagai hal yang konstan dalam hidup mereka. Remaja juga diizinkan untuk mengambil bagian dalam acara ibadah pribadi dan resmi di kamar mereka sendiri. Mereka berpendapat bahwa teori ini mengungkapkan sifat Tuhan. Membandingkan agama mereka dengan agama orang lain dapat membuat mereka meragukan agama mereka sendiri, tetapi pada akhirnya akan membantu mereka mengekspresikan dan mengendalikan spiritualitas mereka.

#### 5) Perkembangan Sosial

Remaja perlu melepaskan diri dari kontrol keluarga dan menciptakan identitas otonom untuk mencapai kedewasaan. Namun, baik orang tua maupun remaja memiliki perasaan yang campur aduk tentang pendekatan ini. Remaja ingin menjadi dewasa dan melepaskan diri dari pengaruh orang tua, tetapi ketika



mereka mencoba memahami kewajiban yang datang dengan kebebasan, mereka menjadi takut.

## **2. Perilaku Merokok**

### **a. Definisi Rokok**

Rokok adalah tembakau yang digulung dan dibungkus dengan kertas atau daun lontar (yang seukuran jari kelingking atau lebih kecil), (KBBI, 2020). Menurut PP. RI. No. 109 (2012), rokok dihasilkan oleh tanaman *Nicotiana tabacum*, *Nicotinia rustica*, dan spesies lain atau sintesisnya, yang mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa tambahan, dibakar, dihisap, atau dihirup ketika rokok digunakan

### **b. Pengertian Perilaku Merokok**

Gangguan Perilaku merokok adalah tindakan membakar produk tembakau yang dimaksudkan untuk dibakar, dihisap, atau dihirup. Termasuk barang-barang yang dibuat dari tanaman *Nicotina tabacum*, seperti cerutu dan rokok kretek, serta barang-barang sintetis yang asapnya mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa tambahan. (Kemenkes, 2013).

Selain itu, perilaku merokok dapat digambarkan sebagai keterlibatan subjek dalam merokok, waktu yang dihabiskan untuk merokok (ditentukan oleh tingkat

intensitasnya), dan peran mereka dalam kehidupan sehari-hari (Komalasari & Helmi, 2012).

Dari sudut pandang medis, kelompok yang berbeda memandang perilaku merokok berdasarkan sudut pandang mereka yang unik, termasuk dalam hal ekonomi, lingkungan, dan agama. Sebagian besar pendapat menyatakan bahwa merokok memiliki efek berbahaya. Bahkan, jika ditelaah dari segi ekonomi, keberadaan rokok dapat memberikan kontribusi tersendiri bagi pendapatan negara karena tingkat konsumsi perokok meningkatkan ketajaman adiksinya terhadap rokok (Aula, 2010).

Remaja sering merokok dan terlibat dalam perilaku berisiko lainnya. Ia akan terus merokok sampai ia dewasa bahkan sampai tua. Biasanya, orang merokok untuk mengatasi masalah emosional mereka. Kebanyakan orang sadar akan efek berbahaya dari merokok, tetapi mereka tetap bersikeras untuk merasionalisasi dan memaafkan perilaku mereka (Aula, 2010).

### **c. Tahap-tahap Merokok**

Leventhal & Cleary (2011) mengatakan bahwa perilaku merokok terbentuk melalui 4 tahap yaitu: tahap *Becoming a Smoker*, *Preparation*, *Initiation*, , dan *Maintenance of Smoking*.

1) Tahap *Preparatory*

Mendengar, melihat atau membaca semuanya dapat memberikan gambaran positif tentang merokok. Faktor-faktor tersebut meningkatkan keinginan seseorang untuk merokok.

2) Tahap *Initiation*

Pada tahap ini, merokok menentukan apakah seseorang akan mempertahankan kebiasaan merokoknya atau tidak.

3) Tahap *becoming a smoker*

Seseorang memiliki kecenderungan untuk mulai merokok jika mereka merokok 4 batang sehari.

4) Tahap *maintenance of smoking*

Pada titik ini, merokok telah terintegrasi ke dalam pengendalian diri seseorang. Tujuan merokok adalah untuk mendapatkan respon fisiologis yang memuaskan.

**d. Tipe Perilaku Merokok**

Menurut WHO (2013), tipe perokok dibagi 3 yaitu :

- 1) Perokok ringan : 1-10 batang / hari.
- 2) Perokok sedang : 11-20 batang / hari.
- 3) Perokok berat : < 20 batang /hari.

Menurut buku *Management of affect theory* oleh Smet (2013), ada beberapa jenis perilaku merokok yaitu:

1) Perilaku perokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif

Merokok untuk kesenangan hanya dilakukan untuk memperpanjang atau meningkatkan kesenangan yang sudah dialami, seperti setelah minum kopi atau makan. Simulasi perilaku merokok untuk menjemput mereka dilakukan semata-mata untuk kepuasan emosional. Merokok adalah suatu perilaku yang dilakukan untuk kesenangan memegang rokok.

2) Perilaku perokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif

Banyak orang merokok untuk mematikan emosi mereka sendiri yang tidak menyenangkan. Misalnya, merokok dikatakan sebagai penyelamat jika Anda marah, cemas, atau gugup. Jika perasaan negatif muncul, mereka berpikir tentang merokok untuk menghentikan perasaan tidak menyenangkan lebih lanjut.

3) Perilaku perokok yang adiktif

Perokok yang sudah adiksi, akan menambah dosis rokok yang digunakan setiap saat setelah efek dari rokok yang dihisapnya berkurang.

4) Perilaku merokok yang sudah jadi kebiasaan

Mereka menggunakan rokok sama sekali bukan karena untuk mengendalikan perasaan mereka, tetapi dikarenakan sudah menjadi Kebiasaan.

#### **e. Dampak Perilaku Merokok**

Dalam Maya (2012) membagi dampak perilaku merokok menjadi 2 yaitu:

##### 1) Dampak positif

Bagi perokok, manfaat rokok antara lain rasa relaksasi yang menyenangkan, pengurangan ketegangan, membantu konsentrasi saat mengerjakan tugas, dan dukungan sosial. Prof. Soesmalijah Soewondo dari Fakultas Psikologi Universitas Indonesia melakukan penelitian mengatakan, merokok dapat meningkatkan kedewasaan seseorang, kemampuan berkonsentrasi, dan kemampuan menghasilkan ide atau kreativitas (Maya, 2012).

##### 2) Dampak negatif

Tidak ada rokok yang aman untuk kesehatan Anda, meskipun beberapa saat ini memiliki kandungan tar dan nikotin yang rendah. Penyakit termasuk faring, mulut, paru-paru, prostat, radang paru-paru, penyakit kehamilan dan janin, penyakit jantung koroner, dan lain-lain yang disebabkan oleh merokok (Maya, 2012).

#### **f. Aspek-aspek Perilaku Merokok**

Aspek-aspek perilaku meroko menurut Aritonang (dalam Solehah & Mulyana, 2018) yaitu :

### 1) Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari

Menurut Erickson (dalam Komalasari & Helmi, 2000), merokok berhubungan dengan perilaku pencarian identitas remaja. Menurut Silvans & Tomkins (dalam Mu'tadin, 2002), emosi perokok, termasuk emosi bahagia dan negatif, berfungsi sebagai indikator fungsi merokok.

### 2) Intensitas merokok

Menurut jumlah batang rokok yang dihisap setiap hari, Smet (2010) mengategorikan perokok menjadi tiga kategori: perokok berat (lebih dari 15 batang per hari), perokok sedang (merokok 5-14 batang per hari), dan perokok ringan (1-4 batang rokok per hari). rokok per hari).

### 3) Tempat merokok

Ruang publik dan pribadi keduanya merupakan area merokok (Mu'tadin, 2002). Pembagian kedua dari merokok di tempat umum adalah antara kelompok perokok yang homogen dan kelompok yang heterogen, yang mengacu pada merokok di antara kerumunan perokok dan bukan perokok. Dibagi menjadi kantor, kamar tidur pribadi, dan toilet untuk area yang perlu dijaga privasinya.

#### 4) Waktu merokok

Presty (dalam Smet, 2007) mungkin terpengaruh oleh kondisi yang dialaminya saat itu, seperti cuaca dingin, menerima teguran dari orang tuanya, dan menghabiskan waktu bersama teman sebaya.

#### **g. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok**

Remaja lebih rentan untuk memulai dan melanjutkan merokok dan mereka perlu diinstruksikan dan diperingatkan (Bilgin dkk, 2012). Menurut penelitian tentang perkembangan remaja yang mulai merokok dalam kaitannya dengan aspek psikososial krisis yang dialami remaja yang sedang dalam proses pencarian jati diri, dimana pada saat itu remaja digambarkan berada dalam masa kritis, terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi remaja untuk merokok (Rachmat, Thaha, Syafar, 2013).

Menurut Kono, Keraf dan Paris, 2020 (dalam Ali 2021) ada beberapa faktor yang mempengaruhi dalam pembentukan perilaku merokok yaitu:

##### 1) Harga Diri

Remaja yang harga dirinya telah rendah cenderung mencoba rokok sampai mereka menjadi perokok pemula dan akhirnya mengembangkan kecanduan rokok.

Remaja sangat mudah terpengaruh oleh perilaku merokok karena ingin meningkatkan harga diri.

## 2) Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin sadar mereka akan efek negatif dari perilaku merokok mereka, dan semakin besar kemungkinan mereka untuk berhenti merokok secara bertahap.

## 3) Umur

Usia juga berdampak pada perilaku merokok; biasanya, pada remaja, merokok meningkat pesat karena persepsi yang salah tentang kapan merokok dapat diterima, sedangkan pada orang tua, merokok menurun secara dramatis karena jumlah tubuh yang diserang oleh penyakit dan mengharuskan berhenti.

## 4) Jenis Kelamin

Laki-laki yang tidak merokok dipandang kurang macho atau kurang berani mengambil risiko di masyarakat, terbukti dari fakta bahwa laki-laki lebih banyak daripada perempuan yang merokok. Juga diasumsikan bahwa wanita tidak pantas untuk merokok. Anggapan masyarakat ini akan membuat cowok lebih mudah merokok karena memang ada. Jenis kelamin laki-



laki merupakan faktor yang mempermudah seseorang untuk mulai merokok.

#### 5) Stres

Banyak orang menggunakan rokok sebagai pereda stres karena memberikan efek sedatif yang menenangkan. Stres menyebabkan orang mencari atau menggunakan zat yang menenangkan, seperti merokok, tetapi bukan keadaan stres itu sendiri yang menyebabkan seseorang merokok. Nikotin adalah bahan kimia yang ada dalam rokok. Nikotin menyebabkan reaksi di area otak yang mengontrol seberapa nyaman dan berharganya perasaan seseorang.

### **3. Harga Diri**

#### **a. Pengertian Harga Diri**

Coopersmith (1967) menjelaskan bahwa harga diri adalah penilaian subjektif dari diri sendiri yang mempengaruhi penerimaan atau penolakan seseorang, serta kepercayaan diri seseorang dalam keterampilan dan prestasinya sendiri. Sementara itu, Cobb (dalam Victoria dan Muryantinah, 2015), mendefinisikan harga diri mengacu pada evaluasi seseorang tentang dirinya sendiri, termasuk pendapat positif dan tidak menguntungkan.

Santrock (2007) menguraikan bahwa harga diri merupakan evaluasi individu tentang dirinya sendiri secara positif atau negatif. Melalui penilaian inilah orang tersebut mengukur kemampuan dan tingkat pencapaiannya sendiri. Kesadaran mereka akan keberadaan dan signifikansi mereka sendiri menunjukkan penilaian ini. Sementara, Burns (1993) mendefinisikan harga diri sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri, yang sifatnya implisit dan tidak diverbalisasikan.

#### **b. Aspek-aspek Harga Diri**

Coopersmith (1967) juga mengemukakan empat aspek dalam harga diri yaitu:

##### **1) Kekuatan (Power)**

Yaitu kemampuan seseorang untuk mempengaruhi dan mengontrol orang lain dan mengontrol diri individu itu sendiri. Seperti yang diungkapkan oleh Messina dan Messina (dalam Gunarsa, Singgih D. 2009) bahwa kemampuan mengendalikan diri adalah seperangkat perilaku yang menekankan pencapaian perubahan diri, penghindaran penghancuran diri, rasa kemandirian atau kebebasan dari pengaruh luar, kebebasan untuk menetapkan tujuan, kapasitas untuk membedakan antara

emosi dan alasan. pemikiran, dan seperangkat perilaku yang menekankan akuntabilitas pribadi.

Hal tersebut menunjukkan bahwa, Individu yang memiliki kemampuan mengontrol diri yang baik tidak akan mudah dipengaruhi oleh stimulus negatif yang datang dari dalam dirinya dan dari luardirinya, sehingga Individu tidak akan mudah mengubah sesuatu hal yang sudah melekat dalam fisiknya, meski lingkungan sekitarnya mencoba mempengaruhi dirinya.

## 2) Keberartian (*Significance*)

Sikap signifikansi adalah sikap yang menunjukkan kepedulian, kasih sayang, dan tampilan cinta untuk diri sendiri atau orang lain. Adanya penerimaan lingkungan yang ditandai dengan keramahan, minat terhadap orang, dan penerimaan lingkungan apa adanya terhadap individu (Coopersmith, 1967).

## 3) Kemampuan (*Competence*)

Setiap orang memiliki seperangkat keterampilan atau kompetensi yang unik untuk melakukan. Kinerja yang tinggi diperlukan untuk berhasil dalam suatu usaha (need of achievement). Ketika tujuan tercapai, harga diri meningkat, yang lebih tinggi pada masa remaja. Harga diri remaja meningkat ketika mereka menghadapi

tantangan dan berhasil mengatasinya (Coopersmith, 1967).

#### 4) Kebajikan (*Virtue*)

Menurut Coopersmith (1967) Kebajikan adalah ketundukan untuk mematuhi hukum masyarakat, moralitas, etika, dan agama. Sesuai dengan hukum, kesusilaan, etika, dan agama yang berlaku, manusia menghindari perbuatan yang tidak baik dan berperilaku baik. Orang-orang yang cenderung positif lebih mungkin untuk dapat mengevaluasi diri mereka sendiri dengan baik, yang membuka jalan bagi pengembangan harga diri yang baik.

Sedangkan menurut Felker (1974) aspek-aspek harga diri terdiri dari:

##### 1) Perasaan Diterima (*Falling of Belonging*)

Persepsi seseorang bahwa dia termasuk dalam suatu kelompok dan bahwa sesama anggota kelompoknya menghargai dia. Sebuah keluarga, sekelompok teman sebaya, atau kelompok lain mungkin yang satu ini. Jika seseorang merasa termasuk dan menjadi bagian dari kelompok, mereka akan memiliki pendapat positif tentang diri mereka sendiri. Namun, individu akan membuat penilaian yang tidak menguntungkan tentang diri mereka

sendiri jika mereka merasa tidak diterima, seperti ketika mereka bergabung dengan kelompok tertentu.

2) Perasaan Mampu (*Feeling of Competence*)

Perasaan dan keyakinan orang tersebut mengenai kapasitasnya untuk berhasil mencapai hasil yang diharapkan, seperti seberapa sukses atau tidak sukses yang mereka rasakan.

3) Perasaan Berharga (*Felling Of Worth*)

Keyakinan bahwa seseorang layak atau tidak layak, yang sangat dipengaruhi oleh pengalaman sebelumnya. Perasaan yang dirasakan dan sering diungkapkan orang melalui kata-kata yang bersifat pribadi, seperti "pintar", "baik", dan sebagainya (Churaisin dalam Sari, 2012).

**c. Pembentukan Harga Diri**

Evaluasi diri merupakan salah satu fungsi dari konsep diri, dan hasil dari evaluasi diri ini dikenal dengan harga diri. Harga diri adalah keterampilan yang dipelajari dan dibentuk individu saat mereka menjalani kehidupan. Ini bukan kualitas yang diwarisi sejak kecil. Menurut Branden (Frey & Carlock, 1987), seseorang mengembangkan harga diri melalui proses pengalaman yang berkelanjutan. Mead (Suryabrata, 1993) menegaskan bahwa harga diri dikonstruksi secara sosial. Karena interaksi di antara anggota keluarga, keluarga

menjadi struktur sosial yang signifikan. Tindakan salah satu anggota keluarga dapat berdampak pada tindakan anggota keluarga lainnya.

Branden (1981) mengatakan bahwa pKetika seorang bayi merasakan tepukan pertamanya dari orang yang bertanggung jawab atas persalinan, proses pengembangan harga diri dimulai. Pada fase selanjutnya, harga diri individu dibentuk oleh perlakuan yang mereka terima dari lingkungannya, seperti apakah mereka selalu diasuh, dimanjakan, atau diasuh oleh orang tuanya atau menerima perlakuan lain yang bertentangan dengan terapi.

Berdasarkan uraian yang diberikan di atas, dapat disimpulkan bahwa perlakuan lingkungan individu yang dicapai melalui penghargaan, rasa hormat, penerimaan, dan keterlibatan pribadi dengan lingkungan mereka, membentuk rasa harga diri mereka.

#### **d. Karakteristik Harga Diri**

Harga diri seseorang tergantung bagaimana dia menilai tentang dirinya yang dimana hal ini akan mempengaruhi perilaku dalam kehidupan sehari-hari.

Coopersmith (dalam Wigati dan Kusumaningsih, 2018) menjelaskan bahwa ada tiga karakteristik harga diri yaitu :

- 1) Harga diri tinggi, menerangkan bahwa kemampuan ketika menjumpai orang lain ataupun tugas dilandasi dengan harapan untuk sukses dan diterima.
- 2) Harga diri sedang, digambarkan sebagai seseorang dengan kepercayaan diri yang agak lemah.
- 3) Harga diri rendah digambarkan sebagai orang yang tidak percaya pada dunia, disamping tidak adanya kepercayaan dan penghargaan terhadap diri sendiri.

**e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Harga Diri**

Menurut Coopersmith (1967), faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu :

1) Kondisi fisik

Coopersmith (1967) menemukan korelasi antara tinggi badan dan daya tarik fisik dengan harga diri dan kecantikan fisik. Orang yang memiliki karakteristik fisik yang lebih cantik biasanya memiliki harga diri yang lebih tinggi daripada orang yang tidak memilikinya. Hal yang sama berlaku untuk anak-anak muda yang terobsesi dengan ukuran dan bentuk tubuh mereka. Mereka akan mengerahkan banyak upaya untuk mempertahankan atau mengurangi berat badan mereka.

2) Faktor jenis kelamin

Menurut Ancon dkk (dalam Ghufron, 2010) perempuan sering mengalami perasaan *insecure* dibandingkan laki-laki, termasuk perasaan tidak mampu, kurang percaya diri, dan kebutuhan akan perlindungan. Hal ini terjadi sebagai akibat dari peran orang tua dan ekspektasi masyarakat yang berbeda terhadap laki-laki dan perempuan.

### 3) Intelegensi

Prestasi akademik yang lebih tinggi akan dicapai oleh mereka yang memiliki harga diri tinggi dibandingkan dengan mereka yang memiliki harga diri rendah. Orang yang memiliki harga diri tinggi juga memiliki skor yang lebih cerdas, memiliki tujuan yang lebih tinggi, dan secara konsisten melakukan lebih banyak usaha.

### 4) Lingkungan keluarga

Menurut Coopermith (1967), memperlakukan anak secara adil dan memberi mereka akses ke kemungkinan untuk sekolah yang aktif dan demokratis dapat membantu anak-anak mengembangkan harga diri yang kuat. Anak yang sering mengalami hukuman dan larangan tanpa pembenaran akan merasa tidak berharga. Karena berada dalam keluarga yang dapat memberikan rasa aman, nyaman, menerima apa adanya, cinta, dan



respon yang selalu positif, maka orang dengan keluarga bahagia akan memiliki harga diri yang tinggi. Sedangkan, diabaikan atau ditolak secara otomatis akan membuat seseorang merasa tidak berharga. Orang akan merasakan perasaan yang tidak menyenangkan terhadap dirinya sendiri karena akan merasa tidak berguna, diabaikan, dan tidak dihargai.

#### 5) Lingkungan sosial

Menurut Coopersmith (1967), telah terjadi beberapa perubahan harga diri, yang dapat dijelaskan dengan keberhasilan, nilai-nilai, aspirasi, dan teknik pertahanan diri. Keberhasilan ini berkembang dari pengalaman lingkungan, keberhasilan profesional, persaingan, dan prinsip moral. Menurut Klass dan Hodge (dalam Ghufron, 2010), pembentukan diri dimulai ketika orang menjadi sadar akan nilai atau kekurangannya.

Hal tersebut merupakan hasil dari proses lingkungan, penghargaan, penerimaan, dan perlakuan orang lain kepadanya. Termasuk penerimaan teman dekat (*peer*), mereka bahkan bersedia untuk melepaskan prinsip diri mereka dan melakukan perbuatan yang sama (*conform*) dengan teman dekat mereka agar bisa dianggap "sehati"

meskipun perbuatan yang mereka lakukan adalah perbuatan negatif.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu, kondisi fisik, faktor jenis kelamin, intelegensi, lingkungan keluarga, dan lingkungan sosial.

Kondisi fisik individu merupakan faktor yang mempengaruhi rasa harga diri mereka. Hal ini sesuai dengan pernyataan Santrock (2007) bahwa kondisi fisik adalah faktor tersebut karena mereka memiliki dampak terbesar pada rasa harga diri individu. Selain itu, karena kondisi fisik merupakan komponen citra tubuh, maka kondisi tersebut juga dapat berdampak pada harga diri. Akibatnya, para peneliti berfokus pada bagaimana citra tubuh seseorang, yang dipengaruhi oleh kesehatan fisiknya, memengaruhi rasa harga diri mereka.

Menurut Cash & Pruzinky (2002), harga diri global remaja sebagian besar didasarkan pada persepsi seseorang tentang citra tubuh seseorang, yang mencakup persepsi daya tarik fisik seseorang secara umum.

#### **f. Hubungan Harga Diri dengan Perilaku Merokok pada Remaja**

Setiap remaja memiliki rasa harga diri yang berbeda, yang dapat dibagi menjadi tiga kategori: harga diri tinggi, sedang, dan rendah (Branden, 1995). Remaja dengan harga diri yang tinggi akan tampil sebagai orang dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi, merasa berguna, tidak ragu untuk mengemukakan pendapat, dan merasa bahwa kehadirannya dibutuhkan di lingkungannya. Remaja dengan harga diri sedang sama dengan harga diri tinggi tetapi enggan mengemukakan pendapat. Remaja dengan harga diri rendah akan merasa tidak mampu, tidak layak, dan unsur kemampuannya. Remaja dengan harga diri rendah akan lebih rentan dengan perilaku merokok. Hal ini sejalan dengan penjelasan Wijayanty (2016) yang mengatakan bahwa harga diri seorang remaja yang terasa menurun cenderung akan mempengaruhi remaja untuk mulai mencoba rokok sampai menjadi perokok pemula dan akhirnya menjadi pecandu rokok. Selain itu, Machini dkk (2015) menyatakan bahwa remaja mudah terlibat dalam perilaku merokok karena adanya keinginan meningkatkan harga diri.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herriyanto Kono, M.K.P Abdi Keraf, dan Marleni P.Panis pada tahun 2020. Berdasarkan data penelitian ini bahwa terhadap hubungan negatif antara harga diri dengan perilaku merokok, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi harga diri pada remaja maka semakin rendah tingkat perilaku merokok dan sebaliknya semakin rendah harga diri maka semakin tinggi perilaku merokok. Harga diri berhubungan negatif dengan perilaku merokok artinya hubungan harga diri berbanding terbalik dengan perilaku merokok remaja, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi harga diri maka semakin rendah perilaku merokok dan sebaliknya semakin rendah harga diri semakin tinggi perilaku merokok remaja.

Hasil penelitian Rita Haryanti pada tahun 2018 yang berjudul "Hubungan Harga Diri dan Status Sosial Ekonomi Orang Tua dengan Perilaku Merokok" dapat disimpulkan bahwa semakin rendahnya harga diri maka semakin tinggi tingkat perilaku merokok remaja dan konformitas teman sebaya atau memiliki anggota keluarga yang merokok lebih berpengaruh dengan tingkat perilaku merokok siswa dibanding tinggi rendahnya status sosial ekonomi orang tua

yang tidak mempengaruhi perilaku merokok yang dilakukan remaja.

Hasil penelitian Dinar Ariasati dan Iva Puspita Sari pada tahun 2018 yaitu, harga diri merupakan salah satu komponen dari konsep diri, konsep diri yang positif dan negatif tergantung pada remaja itu sendiri, remaja yang mempunyai konsep diri yang cenderung positif lebih percaya diri sehingga perilaku menjadi produktif. Sementara itu remaja dengan konsep diri negatif biasanya akan menjadi remaja yang rendah diri. Maka hasil analisis ini menyatakan adanya hubungan negatif keduanya yaitu berarti tinggi rendahnya atau baik buruknya konsep diri mempengaruhi sikap terhadap perilaku merokok.

## **B. Tinjauan Sudut Pandang Islam**

### **1. Remaja dalam Islam**

Remaja merupakan kelompok yang memiliki khas berbeda dimana remaja pada masa transisi dan perkembangan fisik serta psikologis yang begitu cepat. Seperti yang dikelaskan oleh Al-Qur'an pada surah Al-Hujurat ayat 13 :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَىٰ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya: Wahai manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Mahateliti. (Q.S Al-Hujurat:13).

## **2. Perilaku Merokok dalam Islam**

Tidak ada satu ayat pun dalam Al-Qur'an atau Sunnah yang secara tegas melarang merokok, tetapi keduanya mengandung hukum umum yang mengarah ke sana. Saat mengevaluasi status hukum sesuatu, seperti apa yang halal atau haram, referensi pasti sebuah ayat dalam teks tidak diperlukan. Islam adalah agama yang universal, oleh karena itu tidak mungkin untuk menentukan setiap hukum karena hal itu akan membuat hukum tidak mungkin diterapkan pada semua situasi dan keadaan. Ayat-ayat yang terdapat dalam Al-Qur'an dan As-Sunnah hanya memuat peraturan-peraturan hukum yang berlaku secara luas (universal), yang kemudian dengan kehendak Allah dapat dibagi lagi menjadi bagian-bagian. Hal ini karena diketahui bahwa rokok merupakan penemuan modern. sebagian kecil diklarifikasi oleh para akademisi.

Beberapa ulama yang menjelaskan tentang hukum merokok beserta argumennya seperti berikut: Semua yang membahayakan haram di konsumsi. Rokok membuat badan penghisapnya menjadi lemah, kekuatannya sangat berkurang, wajahnya menjadi pucat, terserang berbagai macam penyakit, seperti saluran pernapasan, infeksi paru-paru, TBC, dan sebagainya. Seperti yang mejadi majmal dalam ayat dibawah ini:

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ

الْمُحْسِنِينَ

Artinya: Berinfaklah di jalan Allah dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baik lah sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik. (Q.S Al-Baqarah:195)

وَلَا تُبْذِرْ تَبْذِيرًا (26)

إِنَّ الْمُبْذِرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيْطَانِ وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا (27)

Artinya: Merokok sama artinya dengan membuang-buang harta. Ibn Mas'ud dan Ibn 'Abbas Ra. menerangkan bahwa jika ada orang yang menghabiskan seluruh hartanya di jalan yang benar, bukanlah perbuatan mubazir. Sedangkan jika dihamburkan untuk kesenangan duniawi lainnya di luar jalur yang dibenarkan, maka itulah perbuatan mubazir. Selain itu, al-

Zajaj menjelaskan bahwa sikap mubazir adalah membelanjakan harta untuk selain keta'atan kepada Allah. Dapat juga seseorang dianggap mubazir jika dia menggunakan hartanya untuk maksiat atau menggunakan harta untuk hal yang mubah tetapi menghabiskan semuanya untuk itu.

### **3. Harga Diri dalam Islam**

Merokok sama dengan menghamburkan uang. Jika ada orang yang membelanjakan seluruh pendapatannya dengan cara yang benar, itu bukanlah tindakan yang sia-sia, menurut Ibn Mas'ud dan Ibn 'Abbas Ra. Akan tetapi, perbuatan yang sia-sia jika digunakan untuk kesenangan dunia yang tidak dijamin. Al-Zajaj juga menambahkan bahwa menggunakan kekayaan untuk tujuan selain kesetiaan Allah adalah mentalitas yang berlebihan. Seseorang juga dapat dipandang sebagai pemborosan jika mereka menghabiskan semua uangnya untuk kegiatan yang salah secara moral atau untuk kegiatan yang benar secara moral.

Manusia harus bisa bergaul dengan baik dan menerima perbedaan di antara orang lain agar memiliki sikap terbuka terhadap mereka. Takwa kepada Allah adalah salah satu sifat terbaik dari seorang mukmin, menurut Al-Qur'an. Islam menunjukkan derajat kemanusiaan yang tinggi karena tingkat



agamanya yang tinggi., sebagaimana kutipan Al-Qur'an berikut ini:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ

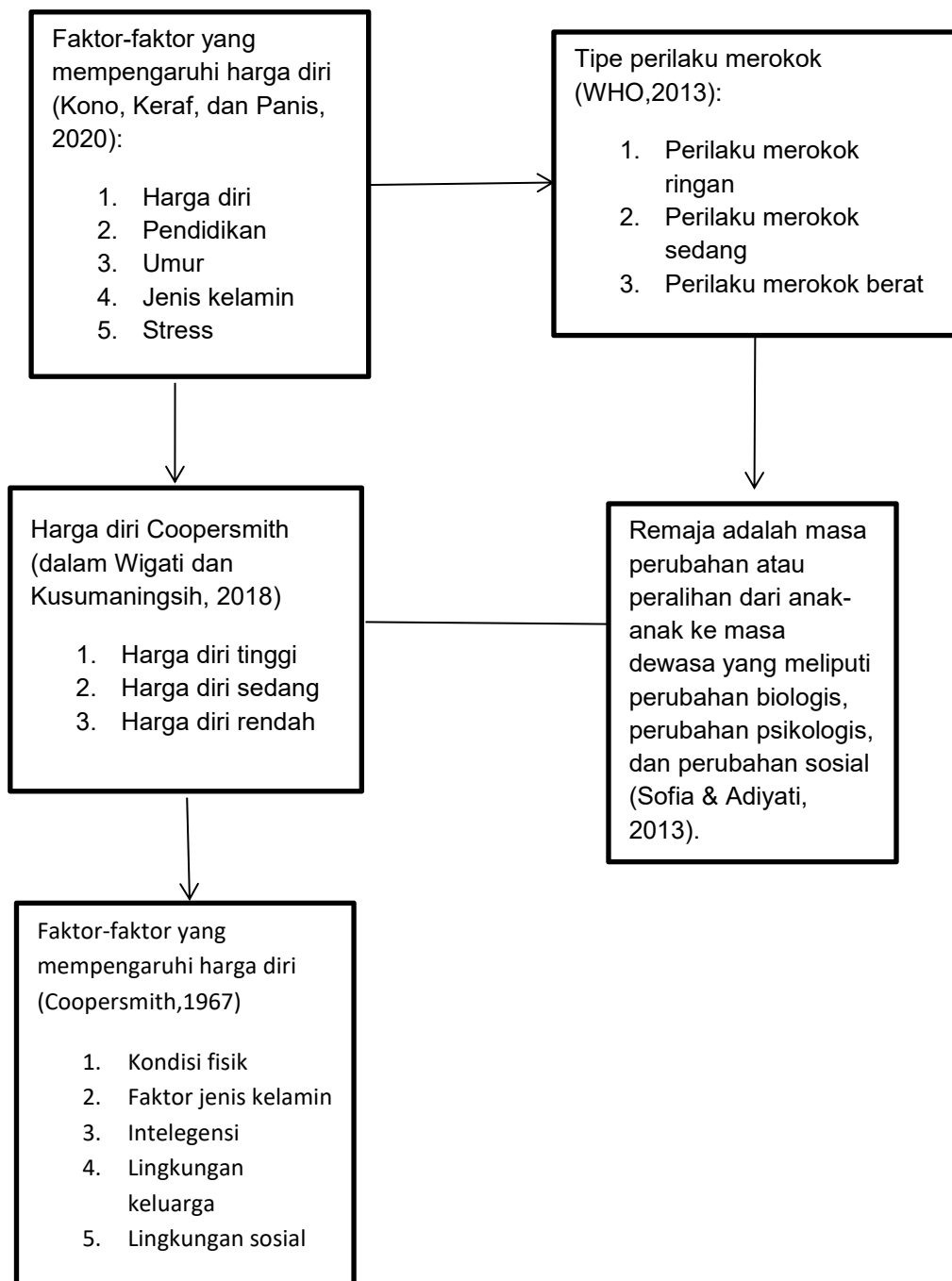
مُؤْمِنِينَ

Artinya: Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman. (Q.S Ali 'Imaran:139).

Dalam situasi ini, Islam menasihati pemeluknya untuk menghindari perasaan rendah diri terhadap orang lain. Meskipun setiap hari keberadaan kita di dunia ini dipenuhi dengan tantangan dan cobaan, kita tetap memiliki keyakinan bahwa Allah akan memberikan kita rezeki yang berlimpah dan dengan sukacita di Hari Akhir. Orang yang mampu berpikir optimis seperti itu terus tersenyum lebar saat menjalani kehidupan yang penuh tantangan di dunia luar. Karena itu, penting untuk bersikap optimis dan jujur tentang semua situasi yang dimiliki.

### C. Kerangka Teori Penelitian

Kerangka teori adalah hubungan teori-teori yang ingin diamati atau diukur melalui penelitian-penelitian yang akan dilakukan (Notoatmodjo, 2005). adapun kerangka teori dalam penelitian ini dimodifikasi dari :

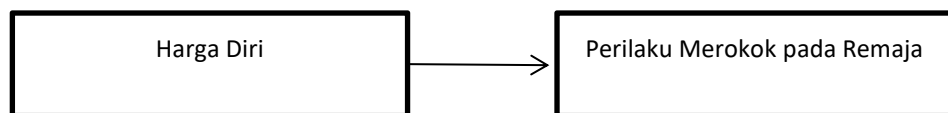


**Gambar 2.1** Kerangka teori hubungan harga diri dengan perilaku merokok pada remaja

**Sumber:** Modifikasi Amrullah (2015)

#### D. Kerangka Konsep Penelitian

Menurut Notoatmodjo, kerangka konseptual adalah gambaran dan visualisasi dari hubungan atau keterkaitan antara satu konsep dengan konsep lainnya. Atau anda dapat menggabungkan satu variabel dengan variabel lain dalam masalah yang akan diteliti (Wijaya, 2020). Berdasarkan kerangka teori diatas, maka kerangka konseptual penelitian ini adalah sebagai berikut :



**Gambar 2.2** Kerangka konsep

#### E. Hipotesis

Berdasarkan uraian dari tinjauan pustaka, kerangka teori, dan kerangka konsep maka pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana hubungan harga diri dengan perilaku merokok pada remaja.