ISSN: 2252 6048

JURNAL PSIKOLOGI UNSYIAH

Volume 3 No. 5 Juni 2015

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SYIAH KUALA**

KONSEP DIRI PEROKOK

STUDI KASUS PADA REMAJA PUTRI

Intan Caesia, Adi Heryadi, Siti Sholichah

Sekolah Tinggi Psikologi Yogyakarta

adiheryadi@hotmail.com , sisol.sisol@gmail.com

Abstraks

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan konsep diri pada remaja putri perokok serta mengetahui latar belakang terbentuknya konsep diri dan perilaku merokok pada remaja putri. Subjek dalam penelitian ini adalah individu yang berjenis kelamin perempuan, berada dalam rentang usia 12-22 tahun, serta memiliki kecanduan terhadap rokok, yang didapatkan berdasarkan *preliminary study* (penelitian awal). Subjek penelitian berjumlah tiga orang, masing-masing berusia 22 tahun, 21 tahun, dan 20 tahun. Desain penelitian yang digunakan ialah studi kasus, dengan teknik pengambilan sampel *purposive sample* atau sampel bertujuan. Sedangkan metode pengumpulan datanya menggunakan proses wawancara mendalam, observasi, dan triangulasi yang berupa skala. Metode analisis data pada penelitian ini dilakukan dengan mengumpulkan data, menulis verbatim dan membuat tema-tema, membahas hasil pada kode-kode, mengelompokkan ke dalam tema-tema dan kategorisasi lalu dianalisis secara mendalam, kemudian ditarik pada kesimpulan. Hasil yang didapat menunjukkan bahwa konsep diri subjek dipengaruhi oleh pola asuh orangtua, lingkungan dan pengalaman yang pada akhirnya membentuk konsep diri subjek, dimana pada hasil penelitian ini sebagian besar menunjukkan ciri-ciri konsep diri positif. Data kuantitatif menunjukkan bahwa faktor yang paling berpengaruh pada pembentukan konsep diri subjek ialah aspek sosial, dimana apabila dikaitkan dengan pembentukan perilaku merokoknya, akan sangat sesuai dengan hasil kualitatif yang menunjukkan bahwa subjek mengawali perilaku merokok karena pengaruh dari aspek sosial.

Kata Kunci: konsep diri, perilaku merokok, remaja putri

Abstract

This study aimed to describe the self-concept of teenage girls smokers as well as to find out the background of self-concept structure and smoking behavior in adolescent women. Subjects in this study were women of 12-22 years old, and addicted to smoke, based on the preliminary study (preliminary research) which had been conducted. Subjects of this research were three persons, from 22, 21 and 20 years. The research design which used was a case study, with purposive or aimed sampling technique. While data collection method used was in-depth interviews, observation, and triangulation in the scale form. Methods of data analysis in this study conducted by collecting data, verbatim writing and create several themes, discussed the results in codes, grouped them into themes and categorizations which were then analyzed in depth until drawn to a conclusion. The results showed that subject's concept was affected by parental upbringing, environment as well as experiences which ultimately formed the subject's concept and the results showed that most of their characteristics have positive self-concept. Quantitative data showed that the most influential factor in subject concept formation was the social aspect, if we linked them to smoking behavior's formation and it would be in accordance with the qualitative results which indicated that subject started their smoking behavior due to social aspect influence as well.

Keywords: Self-Concept, Smoking Behavior, teenagers.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa dimana seorang individu mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan baik emosi, tubuh, minat, pola perilaku, dan juga penuh dengan masalah-masalah (Hurlock, 1998). Oleh karenanya, remaja sangat rentan sekali mengalami masalah psikososial, yakni masalah psikis atau kejiwaan yang timbul sebagai akibat terjadinya perubahan sosial (Widianti, 2007).

Salah satu hal yang masih memprihatinkan di dunia remaja saat ini adalah aktivitas merokok. Semakin bertambahnya tahun, fenomena merokok di kalangan pelajar semakin marak. Apabila dulu usia paling muda yang berani merokok adalah siswa SMP, kini telah dapat ditemukan siswa kelas 4 SD yang merokok secara diam-diam maupun terang-terangan. Perilaku merokok akan memberikan dampak bagi kesehatan secara jangka pendek maupun jangka panjang yang nantinya akan ditanggung tidak saja oleh diri sendiri, tetapi juga orang lain (<http://freedomofme.multiply.com>, 6 April 2009).

Hasil survey 'Pemetaan Kebiasaan Merokok pada Anak di Kota Yogyakarta' yang dilakukan Pusat Studi Wanita (PSW) UGM dan Kementerian Negara Pemberdayaan Perempuan menyebutkan, sebanyak 29,1% atau 107 dari 400 remaja usia sekolah merupakan perokok aktif. Dari jumlah tersebut, 93% laki-laki dan 7% perempuan. Dari penelitian yang dilakukan pada 2008 lalu, menurut Kepala PSW UGM Dr. Siti Hariti Sastriyani, S. S., M. Hum., juga menemukan remaja ini membelanjakan uang sebesar Rp. 4.900,00 setiap harinya hanya untuk membeli rokok. "Artinya, mereka bisa menghabiskan hampir satu bungkus rokok dalam satu hari," kata Sastriyani (Kedaulatan Rakyat, 19 April 2009).

Rokok biasanya dijual dalam bungkus berbentuk kotak atau kemasan kertas yang dapat dimasukkan dengan mudah ke dalam kantong. Sejak beberapa tahun terakhir, bungkus-bungkus tersebut juga umumnya disertai pesan kesehatan yang memperingatkan perokok akan bahaya kesehatan yang dapat ditimbulkan dari merokok, misalnya kanker paru-paru atau serangan jantung (<http://id.wikipedia.org>, 29 Maret 2009).

Peringatan pemerintah akan bahaya rokok ternyata tidak mengurangi jumlah perokok. Menurut pakar penyakit paru-paru dari FKUI/RS Persahabatan, Prof. Dr. Hadiarto Mangunegoro, Sp. P., perokok aktif yang ada di Indonesia naik dari 22,5% pada tahun 1990-an menjadi 60% dari jumlah seluruh penduduk pada tahun 2000 (Ariyadin, 2008).

Menurut estimasi (perkiraan) badan kesehatan dunia WHO (*World Health Organization*), jumlah tembakau yang dikonsumsi masyarakat di negara-negara maju mulai menurun dari 32% pada tahun 1996 menjadi 28% pada tahun 2001. Sedangkan di negara-negara berkembang mengalami peningkatan dari 68% pada tahun 1996 menjadi 72% pada tahun 2001 (Ariyadin, 2008).

Data tersebut juga didukung oleh survei yang dilakukan Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Barat yang membuktikan bahwa jumlah perokok pria di Kota Bogor adalah sebanyak 49,53% dari jumlah 352.594 pria. Sedangkan wanita perokok di Kota Bogor tercatat sebanyak 11.242 orang atau 3,32% dari 338.635 wanita di kota itu (<http://m.infoanda.com>, 6 April 2009).

Kesimpulan dari laporan Badan Pengawas Obat dan Makanan AS mengenai merokok dan ketergantungan

pada tahun 1995 seperti yang dilansir dari sampoerna.com, antara lain 87% perokok merokok setiap hari; hampir dua per tiga perokok mulai merokok pada waktu setengah jam setelah bangun tidur; 83-88% perokok yang menghabiskan lebih dari 26 batang rokok per hari percaya bahwa mereka mengalami ketergantungan; penelitian-penelitian terbaru menyimpulkan bahwa setidaknya 75-90% perokok memenuhi kriteria ketergantungan yang ditetapkan oleh organisasi-organisasi kesehatan masyarakat (Zulkifli, 2008).

Zulkifli (2008) menjelaskan bahwa Indonesia menduduki peringkat keempat jumlah perokok terbanyak di dunia dengan jumlah sekitar 141 juta orang dengan korban 57.000 perokok meninggal setiap tahun dan sekitar 500.000 menderita berbagai penyakit. Diperkirakan, konsumsi rokok Indonesia setiap tahun mencapai 199 miliar batang rokok atau berada di urutan ke-4 setelah RRC (1.679 miliar batang), AS (480 miliar), Jepang (230 miliar), serta Rusia (230 miliar). Sebab jumlah uang yang dibelanjakan penduduk Indonesia untuk tembakau atau rokok 2,5 kali lipat dibandingkan biaya yang dikeluarkan untuk pendidikan dan 3,2 kali lipat biaya kesehatan.

Seorang ahli kesehatan dari Inggris telah melakukan penelitian tentang akibat lanjut rokok. Dari 1000 orang pemuda yang merokok setidaknya satu bungkus sehari, maka 1 orang akan meninggal karena dibunuh, 6 orang akan meninggal karena kecelakaan lalu lintas, dan 250 orang di antara mereka akan meninggal akibat penyakit yang terjadi karena kebiasaan merokoknya itu (Jabbar, 2008).

Penelitian tersebut juga didukung oleh hasil studi *U. S. Public Health Service Office on Smoking* yang menyebutkan bahwa di Amerika, sekitar 500.000 orang mati pada usia muda setiap tahun sebagai dampak dari merokok. Angka ini melebihi angka orang Amerika yang terbunuh di seluruh peperangan yang dilakukan Amerika secara mutlak. Jumlah kematian yang tidak sedikit ini adalah akibat buruk dari berbagai penyakit yang ditimbulkan rokok (Wetherall, 2008).

Pada tahun 2020 nanti diperkirakan kematian akibat kebiasaan merokok akan lebih banyak dibandingkan dengan HIV, TBC, kematian persalinan, kecelakaan lalu-lintas, bunuh diri, dan pembunuhan. Prediksi tersebut bukan tanpa alasan. Meskipun hampir setiap orang tahu bahwa merokok dapat menimbulkan gangguan kesehatan, tetapi

jumlah perokok terus saja bertambah. Kebiasaan merokok pun tidak lagi didominasi oleh kaum pria. Hampir di seluruh dunia, terutama di negara-negara berkembang, semakin banyak kaum wanita yang gandrung merokok (<http://smpn29samarinda.wordpress.com>, 18 April 2009).

Survei global yang diadakan oleh pakar kesehatan untuk program *Smoke Free Canada* (Kanada Bebas Rokok), menunjukkan bahwa delapan negara di Asia Pasifik termasuk dalam 87 negara dengan jumlah kasus tertinggi wanita perokok, yaitu Jepang, merupakan negara dengan wanita perokok tertinggi (14,8%), di urutan kedua adalah Philipina (8%), diikuti RRC (7%), Korea (6,7%), sedangkan Indonesia dan Malaysia ada di urutan kelima (6%) begitu juga dengan Thailand. Dan yang menempati urutan terakhir adalah Singapura (Ariyadin, 2008).

Koalisi Untuk Indonesia Sehat (KulS) mengumumkan hasil studi terkini tentang perilaku merokok di kalangan remaja putri dan wanita muda di Indonesia. Riset ini meliputi survei terhadap 3.040 siswi SMP (usia 13-15 tahun) dan SMA (usia 16-19 tahun), serta mahasiswi (usia 20-25 tahun) di Jakarta dan Sumatera Barat. Pengumpulan data dilakukan secara kuantitatif (dengan

kuesioner) dan kualitatif (dengan *Focus Group Discussion*/FGD). Dari penelitian yang dilakukan selama kurun waktu Oktober-Desember 2007 tersebut terungkap bahwa rata-rata remaja putri mulai merokok pada usia 15 tahun. Sekitar 20,33 persen remaja putri juga mengaku pernah merokok meski hanya satu isapan (<http://lifestyle.okezone.com>, 8 September 2009).

Dra. Retna Siwi Padmawati, M. A., peneliti *Quit Tobacco Indonesia*, memberikan peringatan untuk tidak bermain-main dengan rokok. Sebab, sudah lebih puluhan penelitian menyatakan bahwa rokok itu mengandung ribuan bahan kimia beracun dan berdampak buruk (Kedaulatan Rakyat, 29 Maret 2009). Pendapat tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang menyebutkan bahwa di dalam rokok terkandung kurang lebih 4000 elemen dan 200 di antaranya telah dinyatakan sebagai zat yang mematikan dan berbahaya bagi tubuh yang dapat mengganggu kesehatan (Ariyadin, 2008).

Berbagai fakta yang ditemukan mengenai dampak buruk merokok, telah mendorong Majelis Ulama Indonesia (MUI) untuk mengeluarkan fatwa haram merokok. Ketua MUI, Yunahar Ilyas, menjelaskan bahwa fatwa tersebut

muncul karena desakan dari berbagai pihak seperti Kak Seto, WHO, dan sejumlah wartawan yang kerap mendatangi kantor MUI sambil membawa hasil penelitian tentang rokok (<http://news.okezone.com>, 29 Maret 2009).

Menteri Kesehatan Siti Fadilah Supari mendukung rencana MUI membuat fatwa haram merokok. Sebab, selama ini rokok lebih banyak menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan. Kemudian, Ketua Ikatan Dokter Indonesia (IDI), Fahmi Idris, juga menyatakan dukungannya terhadap usulan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) kepada MUI tentang fatwa diharamkannya rokok. Fahmi mengaku, sudah sejak lama IDI melakukan upaya-upaya untuk kampanye anti rokok ini, termasuk usulannya kepada MUI terkait fatwa itu (<http://mashuriweblog.wordpress.com>, 29 Maret 2009).

Di balik berbagai fakta dan pendapat tersebut, Richard Jenks, Ph. D., sosiolog dari *Indiana University* mengatakan bahwa para perokok sebenarnya sangat tahu bahwa kebiasaan yang mereka lakukan akan menjerumuskan mereka dalam segudang masalah kesehatan. Mereka merupakan

orang yang paling tahu tentang dampak buruk ini dibandingkan dengan mereka yang bukan perokok, karena mereka mengalami atau merasakan racun rokok telah merusak tubuh secara langsung (Ariyadin, 2008).

Pendapat tersebut didukung oleh hasil survei yang dilakukan MRI (*Marketing Research Indonesia*) yang menunjukkan bahwa sebenarnya sebagian besar perokok selalu memperhatikan peringatan bahaya merokok yang tercantum di kemasan rokok (85%) dan mereka sangat mempercayai peringatan tersebut (79%), tapi mereka tetap melakukan kebiasaan merokok karena merasa sudah terbiasa, sebagian dari mereka merasa sulit menghilangkan keinginan untuk tidak merokok (42%). Sedangkan sebagian lagi (21%) menggunakan rokok untuk mengatasi stres dalam kehidupan sehari-hari (Ariyadin, 2008).

Meski semua orang tahu akan bahaya yang ditimbulkan akibat merokok, perilaku merokok tidak pernah surut dan tampaknya merupakan perilaku yang masih dapat ditolerir oleh masyarakat. Hal ini dapat dirasakan dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan rumah, kantor, angkutan umum maupun di jalan-jalan. Hampir setiap saat dapat disaksikan dan

dijumpai orang yang sedang merokok. Bahkan bila orang merokok di sebelah ibu yang sedang menggendong bayi sekalipun orang tersebut tetap tenang menghembuskan asap rokoknya dan biasanya orang-orang yang ada di sekelilingnya seringkali tidak peduli (Tomkins, 2008).

Salah satu faktor yang menyebabkan seseorang merokok adalah konsep diri yang rendah. Para remaja lelaki contohnya, yang pada kenyataannya lebih banyak merokok dibandingkan perempuan. Mereka biasanya mulai merokok karena pengaruh teman-temannya, karena bila tidak merokok akan dikatakan tidak jantan, tidak gaul, dan lain-lain. Padahal merokok sama sekali tidak menunjukkan kejantanan. Pengaruh yang kedua juga dapat disebabkan oleh orangtua. Karena setiap hari melihat orangtuanya merokok, sang anak menjadi merasa bahwa itu bukan tindakan yang salah, maka mereka pun mulai menirunya (<http://fsrd.itb.ac.id>, 6 April 2009).

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan salah seorang remaja putri perokok pada tanggal 15 April 2009, diperoleh informasi bahwa pada awalnya subjek pernah sekedar mencoba merokok ketika duduk di bangku SMP, namun tidak sampai kecanduan. Subjek mulai

kecanduan rokok ketika sudah berkuliah semester 2, yakni karena diajak oleh teman-teman kelompoknya yang sebagian besar adalah pecandu rokok. Jika subjek menolak, akan dikatakan tidak setia kawan. Sebenarnya subjek sangat memahami bahaya merokok dan ingin menghentikan kebiasaannya tersebut.

Menurut penelitian Aritonang (1997), separuh dari subjek yang diwawancarai (6 orang wanita perokok, 18-25 tahun, mahasiswa dan belum menikah) mengatakan bahwa pertama kali mengenal perilaku merokok pada usia yang masih remaja dan bahkan ada yang mulai mencoba untuk merokok pada waktu masih duduk di Sekolah Dasar. Biasanya mulai merokok dengan alasan coba-coba dan ingin tahu. Uniknya, walaupun dimulai pada usia yang masih remaja, 80% dari subjek yang diwawancarai mengatakan bahwa penerimaan kelompok bukanlah alasan mereka untuk tetap merokok setelah kontak pertama dengan rokok. Alasan para subjek lebih didominasi oleh rokok sebagai alat untuk santai, rileks, mengurangi kecemasan dan mendapatkan ketenangan. Walaupun para perokok sudah mengetahui bahaya merokok bagi kesehatan, tetapi ternyata hal tersebut tidak menjadi bahan pertimbangan karena

yang dipentingkan adalah efek positif dari merokok.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sari (2004), diperoleh hasil bahwa merokok biasanya bermula di masa remaja. Saat remaja pertama kali merokok, biasanya ditemani teman-teman sebaya dan didukung oleh teman-teman sebayanya, sehingga teman sebaya menjadi penting dalam mempengaruhi remaja untuk mulai merokok. Remaja butuh teman sebaya untuk mencapai identitas. Identitas ini bisa didapatkan dari berbagai pengalaman bersama dengan teman sebaya, karena tidak jarang teman sebaya ikut campur dalam cara seorang remaja menilai dirinya sendiri. Penilaian lain itu secara sadar atau tidak sadar dapat membentuk gambaran seseorang tentang siapa dirinya menurut pendapatnya sendiri, yang selanjutnya akan disebut sebagai konsep diri. Remaja meniru tingkah laku merokok karena teman sebayanya menilai rokok sebagai lambang kedewasaan dan kematangan, sehingga remaja yang merokok diasumsikan mempunyai gambaran konsep diri sebagai seseorang yang menarik, hebat, dewasa, dan menyenangkan.

Berbagai fakta, hasil survei, hasil penelitian, serta pendapat para ahli telah

membuktikan bahwa jumlah perokok semakin meningkat. Padahal survei, penelitian serta pendapat ahli lain juga membuktikan bahwa merokok dapat menimbulkan dampak yang berbahaya bagi kesehatan. Di samping itu, ternyata terdapat pula survei dan pendapat ahli lain yang menemukan bahwa sebenarnya para perokok justru paling memahami akan dampak buruk merokok. Berbagai hal tersebut telah mendorong peneliti untuk melakukan penelitian kualitatif yang difokuskan pada remaja putri perokok, dengan memandang sisi konsep diri mereka. Hall dan Lindzey (1993) memandang konsep diri sebagai pandangan atau persepsi individu tentang dirinya sendiri dan proses memandang diri sendiri ini kerap kali dilihat sebagai kunci untuk memahami peristiwa tingkah laku penuh teka-teki yang diperlihatkan oleh seorang pribadi.

TINJAUAN TEORI

Konsep diri merupakan suatu materi yang tidak ada habis-habisnya digali. Dalam hampir setiap penelitian yang dilakukan dalam bidang kognitif, konsep diri merupakan titik utama yang diperhatikan. Burns (1993) berpendapat bahwa konsep diri adalah pandangan atau kesan individu terhadap dirinya sendiri

maupun gambaran diri orang lain tentang hal-hal yang dapat dicapainya yang terbentuk melalui pengalaman dan interpretasi dari lingkungannya. Hal tersebut meliputi tiga dimensi, yaitu: (1) pengetahuan tentang diri sendiri, (2) harapan untuk diri sendiri, dan (3) evaluasi mengenai diri sendiri (Bracken, 1996).

Pendapat tersebut didukung oleh Callhoun dan Acocella (1990) yang mendefinisikan konsep diri sebagai gambaran mental diri yang terdiri dari pengetahuan diri, pengharapan diri, dan penilaian diri. Pengetahuan diri ini merupakan informasi yang dimiliki tentang diri seperti: umur, jenis kelamin, penampilan, dan sebagainya. Pengharapan diri adalah gagasan tentang kemungkinan menjadi apa individu kelak. Penilaian diri adalah pengukuran diri tentang keadaan diri dibandingkan dengan apa yang dapat dan seharusnya terjadi. Penilaian diri menentukan harga diri individu.

Shavelson dan Bolus (1982) memandang konsep diri sebagai konsep dasar individu mengenai diri sendiri, pikiran, dan pendapat tentang diri sendiri serta perbandingan dirinya dengan orang lain dan hal-hal ideal yang ditentukannya sendiri untuk dicapai. Lain halnya dengan

Berzonsky (1981) yang berpendapat bahwa konsep diri individu mempunyai standar sendiri, bertujuan untuk mengevaluasi tingkah lakunya tanpa membandingkan dengan tingkah laku orang lain.

Kemudian menurut Rogers (Alwisol, 2004), konsep diri adalah konsep menyeluruh yang ajeg dan terorganisir tersusun dari persepsi ciri-ciri mengenai “I” atau “me” (aku sebagai subyek atau aku sebagai obyek) dan persepsi hubungan “I” atau “me” dengan individu lain dan berbagai aspek kehidupan, berikut dengan nilai-nilai yang terlibat pada persepsi itu. Konsep diri menggambarkan konsepsi individu mengenai dirinya sendiri, ciri-ciri yang dianggapnya menjadi bagian dari dirinya. Misalnya, individu mungkin memandang dirinya sebagai: “saya cerdas, menyenangkan, jujur, baik hati, dan menarik.” Konsep diri juga menggambarkan pandangan diri dalam kaitannya dengan berbagai perannya dalam kehidupan dan dalam kaitannya dengan hubungan interpersonal.

Brooks (Rakhmat, 1996) mendefinisikan konsep diri sebagai pandangan dan perasaan individu mengenai diri sendiri. Persepsi tentang diri ini boleh bersifat psikologi, sosial, dan

fisis. Menurut Taylor (Rakhmat, 1996), konsep diri bukan hanya sekadar gambaran deskriptif, tetapi juga penilaian individu tentang diri sendiri. Jadi, konsep diri meliputi apa yang dipikirkan dan dirasakan tentang diri sendiri. Dengan demikian, ada dua komponen konsep diri: komponen kognitif dan komponen afektif. Dalam psikologi sosial, komponen kognitif disebut citra diri (*self image*), dan komponen afektif disebut harga diri (*self esteem*). Keduanya, menurut Brooks dan Emmert (Rakhmat, 1996) berpengaruh besar pada pola komunikasi interpersonal.

Hall dan Lindzey (1993) mendefinisikan konsep diri sebagai pandangan atau persepsi individu tentang dirinya sendiri dan proses memandang diri sendiri ini kerap kali dilihat sebagai kunci untuk memahami peristiwa tingkah laku penuh teka-teki yang diperlihatkan oleh seorang pribadi.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa konsep diri merupakan pandangan, pikiran, perasaan, atau persepsi individu mengenai dirinya sendiri, meliputi ciri-ciri yang dianggap sebagai bagian dari dirinya. Konsep diri ini berpengaruh besar pada pola komunikasi interpersonal, dan kerap kali dipandang sebagai kunci untuk memahami peristiwa

tingkah laku penuh teka-teki yang diperlihatkan oleh seorang pribadi.

Callhoun dan Acocella (1990) berpendapat bahwa konsep diri terbagi menjadi tiga aspek, yakni:

a. Pengetahuan

Aspek ini berisi segala sesuatu yang diketahui tentang diri sendiri, gambaran tentang diri, usia, jenis kelamin, dan suku.

b. Harapan

Aspek ini berisi sejumlah pandangan kemungkinan pada masa depan atau cita-cita. Harapan ini mendorong seseorang menuju masa depan dengan memandang tingkah laku dalam kehidupan sehari-hari.

c. Penilaian terhadap diri sendiri

Seseorang menilai apakah dirinya bertentangan dengan harapan bagi diri sendiri, yaitu dapat menjadi apa dan seharusnya menjadi apa.

Lain halnya dengan Berzonsky (1981) yang berpandangan bahwa konsep diri memiliki empat aspek, yaitu:

a. Aspek Fisik (*Physical Self*)

Meliputi penilaian individu tentang segala sesuatu yang dimiliki seperti tubuh, pakaian, dan benda yang dimiliki.

b. Aspek Psikis (*Psychological Self*)

Meliputi pikiran, perasaan, dan sikap yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri.

c. Aspek Sosial (*Social Self*)

Meliputi bagaimana perasaan individu dalam lingkup peran sosialnya dan penilaian individu terhadap peran tersebut.

d. Aspek Moral (*Moral Self*)

Meliputi arti dan petunjuk terhadap nilai dan prinsip sebagai pegangan seseorang dalam hidup. Nilai dan prinsip ini yang mengatur dalam kehidupan sosial individu.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa aspek-aspek konsep diri terbagi menjadi empat, yakni: (1) Aspek Fisik, meliputi penilaian individu tentang segala sesuatu yang diketahui dan dimilikinya, seperti tubuh, pakaian, benda yang dimiliki, usia, jenis kelamin, dan suku; (2) Aspek Psikis, meliputi pikiran, perasaan, penilaian, dan sikap yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri, apakah dirinya bertentangan dengan harapan bagi diri sendiri, yaitu dapat menjadi apa dan seharusnya menjadi apa; (3) Aspek Sosial, meliputi bagaimana perasaan individu dalam lingkup peran sosialnya dan penilaian individu terhadap peran tersebut; (4) Aspek Moral, meliputi arti

dan petunjuk terhadap nilai dan prinsip sebagai pegangan seseorang dalam hidup. Nilai dan prinsip ini yang mengatur dalam kehidupan sosial individu.

Menurut Sarason dan Sarason (Aritonang, 1997), kebanyakan individu menggunakan beberapa substansi untuk memodifikasi perilakunya. Sebagai contoh, individu yang sudah dewasa menggunakan alkohol sebagai suatu minuman rekreasional. Kemudian individu yang masih anak-anak sampai dengan yang dewasa menggunakan kafein dalam bentuk kopi, teh, atau minuman kola sebagai suatu stimulan, serta banyak pula individu remaja dan dewasa yang menggunakan nikotin dalam bentuk rokok.

Dahulu, merokok disebut sebagai suatu kebiasaan atau ketagihan. Sekarang, merokok disebut sebagai "*Tobacco Dependency*" (Ogawa, dalam Aritonang, 1997). Prinsip perilaku merokok pada dasarnya adalah memasukkan barang yang berasal dari dedaunan atau tembakau yang mengandung zat tertentu (Khususnya nikotin) sebagai tindakan untuk memperoleh kenikmatan (Suharyono, dalam Aritonang, 1997).

Menurut Sutanto (Yuliani, 2005), merokok merupakan suatu tindakan seseorang sejak mengambil rokok,

menyulut, kemudian menghisapnya. Merokok sebagai bentuk perilaku merupakan manifestasi dari kebutuhan-kebutuhan tertentu yang dapat terpuaskan apabila seseorang merokok. Sedangkan Shiffman (1993) mendefinisikan perilaku merokok sebagai reaksi seseorang dengan cara menghisap rokok yang dapat diamati atau diukur dengan melihat volume atau frekuensi merokok seseorang.

Hasan (2008) berpandangan bahwa perilaku merokok tembakau merupakan suatu perilaku kompromi kesehatan dalam bentuk kebiasaan kecanduan dan menyebabkan gangguan kesehatan yang mengarah pada kematian, serta sebagai tambahan berbahaya secara ekonomi maupun sosial.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, peneliti menyimpulkan bahwa perilaku merokok adalah suatu perbuatan atau aktivitas individu yang berupa mengambil rokok, menyulut, kemudian menghisapnya, dan biasanya dilakukan untuk memperoleh kenikmatan atau sebagai manifestasi dari kebutuhan-kebutuhan tertentu, dimana sebenarnya perbuatan ini dapat menyebabkan gangguan kesehatan yang mengarah pada kematian serta berbahaya secara ekonomi maupun sosial.

1. Tipe-tipe Perokok

Menurut Tomkins (2008), ada empat tipe perilaku merokok berdasarkan *Management of Affect Theory*, yaitu:

a. Perilaku Merokok yang Dipengaruhi oleh Perasaan Positif

Dengan merokok, seseorang merasakan penambahan rasa yang positif. Green (Tomkins, 2008) menambahkan bahwa ada tiga sub tipe ini:

1) *Pleasure Relaxation*

Perilaku merokok hanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat, misalnya merokok setelah minum kopi atau makan.

2) *Simulation to Pick Them Up*

Perilaku merokok hanya dilakukan sekedar untuk menyenangkan perasaan.

3) *Pleasure of Handling The Cigarette*

Kenikmatan yang diperoleh dengan memegang rokok. Sangat spesifik pada perokok pipa. Perokok pipa akan menghabiskan waktu untuk mengisi pipa dengan tembakau sedangkan untuk menghisapnya hanya dibutuhkan waktu beberapa menit saja. Atau perokok lebih senang berlama-lama untuk memainkan rokoknya dengan jari-

jarinya lama sebelum ia nyalakan dengan api.

b. Perilaku Merokok yang Dipengaruhi oleh Perasaan Negatif

Banyak orang yang menggunakan rokok untuk mengurangi perasaan negatif, misalnya bila ia marah, cemas, gelisah, rokok dianggap sebagai penyelamat. Mereka menggunakan rokok bila perasaan tidak enak terjadi, sehingga terhindar dari perasaan yang lebih tidak enak.

c. Perilaku Merokok yang Adiktif

Mereka yang sudah adiksi, akan menambah dosis rokok yang digunakan setiap saat setelah efek dari rokok yang dihisapnya berkurang. Mereka umumnya akan pergi keluar rumah membeli rokok, walau tengah malam sekalipun, karena mereka khawatir kalau rokok tidak tersedia setiap saat mereka menginginkannya.

d. Perilaku Merokok yang Sudah Menjadi Kebiasaan

Mereka menggunakan rokok sama sekali bukan karena untuk mengendalikan perasaan mereka, tetapi karena benar-benar sudah menjadi kebiasaan rutin, atau dengan kata lain merokok sudah merupakan suatu perilaku yang bersifat otomatis, seringkali tanpa dipikirkan dan tanpa

disadari. Mereka menghidupkan api rokoknya bila rokok yang terdahulu telah benar-benar habis.

Selanjutnya Tomkins (2008) menambahkan bahwa tempat merokok juga mencerminkan pola perilaku merokok. Oleh karena itu, berdasarkan tempat seseorang menghisap rokok dapat digolongkan sebagai berikut:

a. Merokok di Tempat-tempat Umum/Ruang Publik

1) Kelompok Homogen

Disebut juga kelompok sama-sama perokok. Secara bergerombol mereka menikmati kebiasaannya. Umumnya mereka masih menghargai orang lain, karena itu mereka menempatkan diri di *smoking area*.

2) Kelompok Heterogen

Mereka merokok di tengah orang-orang lain yang tidak merokok, seperti anak kecil, orang jompo, orang sakit, dan sebagainya. Mereka yang berani merokok di tempat tersebut tergolong sebagai orang yang tidak berperasaan, kurang etis, dan tidak mempunyai tata krama. Bertindak kurang terpuji dan kurang sopan, dan secara tersamar mereka tega

menyebarkan “racun” kepada orang lain yang tidak bersalah.

b. Merokok di Tempat-tempat yang Bersifat Pribadi

Biasanya merokok dilakukan di kantor atau di kamar tidur pribadi. Mereka yang memilih tempat-tempat ini sebagai tempat merokok digolongkan kepada individu yang kurang menjaga kebersihan diri, penuh dengan rasa gelisah yang mencekam. Ada juga yang merokok di toilet. Perokok jenis ini dapat digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tipe-tipe perokok itu dapat dibagi menjadi lima, yakni: (1) Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif; (2) Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif; (3) Perilaku merokok yang adiktif; (4) Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan; dan (5) Perilaku merokok yang dapat dilihat berdasarkan tempat merokoknya.

2. Klasifikasi Perokok

Menurut Sitepoe (1997), merokok dibedakan menjadi:

- a. Tidak Merokok, yaitu selama hidupnya tidak pernah merokok.
- b. Merokok Ringan, yaitu merokok tidak setiap hari.

- c. Merokok Sedang, yaitu merokok setiap hari dalam kuantum yang kecil.
- d. Merokok Berat, apabila merokok lebih dari satu bungkus setiap hari.
- e. Berhenti Merokok, yakni apabila sebelumnya adalah perokok, kemudian berhenti dan tidak pernah merokok lagi.

Sitepoe (1997) menyatakan bahwa perokok dibedakan menjadi tiga macam:

- a. Perokok Ringan, yakni individu yang merokok 1-10 batang setiap harinya.
- b. Perokok Sedang, yakni individu yang merokok 11-20 batang setiap harinya.
- c. Perokok Berat, yakni individu yang merokok di atas 20 batang setiap harinya.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa klasifikasi perokok dibedakan menjadi lima, yakni: (1) Tidak Merokok, yaitu selama hidupnya tidak pernah merokok; (2) Merokok Ringan, yaitu merokok tidak setiap hari, antara 1-10 batang rokok; (3) Merokok Sedang, yaitu merokok setiap hari dalam kuantum yang kecil, antara 11-20 batang rokok; (4) Merokok Berat, apabila merokok lebih dari satu bungkus setiap hari, yaitu di atas 20 batang rokok; dan (5) Berhenti Merokok, yakni apabila

sebelumnya adalah perokok, kemudian berhenti dan tidak pernah merokok lagi.

METODE PENELITIAN

Pendekatan kualitatif yang dilakukan secara deskriptif dengan desain penelitian studi kasus merupakan metode yang paling tepat untuk mengungkap konsep diri pada remaja putri perokok.

A. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini terletak pada konsep diri perokok (studi kasus pada remaja putri). Definisi operasional konsep diri adalah pandangan, pikiran, perasaan, atau persepsi individu mengenai dirinya sendiri, meliputi ciri-ciri yang dianggap sebagai bagian dari dirinya. Konsep diri ini berpengaruh besar pada pola komunikasi interpersonal, dan kerap kali dipandang sebagai kunci untuk memahami peristiwa tingkah laku penuh teka-teki yang diperlihatkan oleh seorang pribadi. Sedangkan definisi operasional perilaku merokok adalah suatu perbuatan atau aktivitas individu yang berupa mengambil rokok, menyulut, kemudian menghisapnya, dan biasanya dilakukan untuk memperoleh kenikmatan atau sebagai manifestasi dari kebutuhan-kebutuhan tertentu, dimana sebenarnya

perbuatan ini dapat menyebabkan gangguan kesehatan yang mengarah pada kematian serta berbahaya secara ekonomi maupun sosial.

B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian dipilih dengan menggunakan *purposive sample* atau sampel bertujuan (Moleong, 2009), yaitu pemilihan subjek yang didasarkan atas ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut-paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. *Purposive sampling* ini didasarkan atas informasi yang mendahului (*previous knowledge*) tentang keadaan populasi dan informasi ini tak perlu diragu-ragukan, masih samar-samar, atau masih berdasarkan dugaan-dugaan atau kira-kira (Saebani, 2008). Sedangkan jumlah subjek yang akan diteliti ditentukan berdasarkan pertimbangan-pertimbangan informasi yang diperlukan (Moleong, 2009).

Subjek penelitian atau sumber data utama pada penelitian ini adalah remaja putri perokok. Karakteristik subjek meliputi individu yang berjenis kelamin wanita atau perempuan, berada dalam rentang usia 12 sampai 22 tahun, dan memiliki kecanduan terhadap rokok.

Pengambilan subjek penelitian didasarkan pada sepengetahuan peneliti maupun informasi dari rekan-rekan peneliti mengenai siapa saja yang memenuhi karakteristik untuk dijadikan subjek penelitian.

C. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif, pengumpulan data dilakukan pada *natural setting* (kondisi yang alamiah), sumber data primer, dan metode pengumpulan data lebih banyak pada observasi dan wawancara mendalam (Saebani, 2008).

1. Observasi

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan bentuk observasi *covert*, *nonpartisipan*, dan alamiah. Observasi *covert* atau observasi tersamar digunakan agar subjek penelitian tidak menyadari jika dirinya sedang diobservasi (Saebani, 2008). Kemudian observasi *nonpartisipan*, yaitu observasi dimana peneliti tidak ikut terlibat dalam kegiatan subjek (Saebani, 2008). Teknik pencatatan data dilakukan secara deskriptif dengan tulisan verbal, yakni menangkap gejala atau ciri tingkah laku yang kemudian dituangkan ke dalam kalimat.

2. Wawancara Mendalam

Bentuk wawancara yang digunakan adalah wawancara terstruktur

(*structured interview*), yakni peneliti menetapkan sendiri masalah dan pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan (Guba dan Lincoln; dalam Moleong, 2009). Dalam wawancara, selain membawa pedoman (*guide*) umum, peneliti juga menggunakan alat bantu perekam (*tape recorder*) dengan tujuan agar pelaksanaan wawancara serta proses analisis datanya menjadi lebih lancar.

3. Triangulasi

Triangulasi diartikan sebagai metode pengumpulan data yang bersifat menggabungkan berbagai metode pengumpulan data dan sumber data yang telah ada. Dengan menggunakan triangulasi, sebenarnya peneliti telah mengumpulkan data sekaligus menguji kredibilitas data, yaitu mengecek kredibilitas data dengan berbagai metode pengumpulan data dan berbagai sumber data. Ada dua macam triangulasi, yaitu triangulasi teknik dan triangulasi sumber (Saebani, 2008).

Triangulasi teknik berarti peneliti menggunakan teknik atau metode pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama (Saebani, 2008). Dalam hal ini, peneliti menggunakan metode observasi *covert nonpartisipan* alamiah, wawancara

mendalam, serta skala untuk memperoleh data dari subjek penelitian.

D. Metode Analisis Data

Menurut Shaw (Santana, 2007), proses analisis data kualitatif adalah sebagai berikut:

1. Analisis sejak di lapangan: ketika mengerjakan pengumpulan data;
2. Membuka keseluruhan data yang telah terkumpul: pentranskripsian dan penandaan tema-tema yang didapat dari berbagai wawancara dan catatan lapangan;
3. Fokus analisis: membahas berbagai data yang telah terkumpul ke dalam kode-kode ataupun tanda-tanda;
4. Berbagai data yang telah dikelompokkan ke dalam tema-tema dan kategorisasi menjadi bahan untuk dianalisis lebih mendalam;
5. Menguji hasil penelitian kepada orang-orang yang memiliki otoritas terkait dengan bahan studi yang telah dipilih;
6. Menulis laporan hasil studi

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Subjek

Tabel 1

Karakteristik Subjek Wawancara Mendalam

Subjek	Usia	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir
DN	22	Perempuan	SMA
ER	21	Perempuan	SMA
ST	20	Perempuan	SMA

Tabel 2
Karakteristik *Significant Others*

<i>Significant Other</i>	Usia	Jenis Kelamin	Hubungan
BD	23	Laki-laki	Teman dekat Subjek 1
SV	21	Perempuan	Sahabat Subjek 1
MR	24	Perempuan	Sahabat Subjek 2
YN	24	Perempuan	Saudara sepupu Subjek 3
WN	23	Perempuan	Saudara sepupu Subjek 3

2. Deskripsi Hasil Penelitian Wawancara Mendalam dengan Subjek

Subjek wawancara mendalam berjumlah 3 (tiga) orang yang tergolong dalam usia remaja putri yang telah ditentukan, serta aktif merokok. Masing-masing subjek memiliki pengalaman,

pandangan serta pendapat yang berbeda-beda antar satu sama lain.

a. Konsep Diri

1) Aspek Fisik

Secara umum, subjek memperhatikan penampilan diri mereka, meskipun tidak terlalu berlebihan. Mereka juga sudah merasa percaya diri dengan penampilan dan fisik mereka, meskipun terkadang ada keluhan pada bagian-bagian tertentu, namun tidak terlalu dirasakan sebagai masalah.

2) Aspek Psikis

Sebagian subjek mengaku bahwa mereka merupakan sosok pribadi yang terkadang egois. Selain itu mereka juga cuek, tidak sabaran, namun juga mudah iba terhadap orang lain serta mau menerima kritikan.

3) Aspek Sosial

(a) Hubungan dengan Orangtua dan Keluarga

Secara umum, subjek memiliki kedekatan dengan orangtua dan keluarganya. Namun mereka lebih memilih untuk dekat pada ibu, meskipun tidak semua masalah pribadi diceritakan pada ibu. Kebanyakan dari mereka tidak terlalu dekat pada ayah karena adanya rasa

segar, serta anggapan bahwa sang ayah terlalu serius.

(b) Hubungan dengan Teman-teman

Subjek memiliki hubungan yang baik dengan teman-teman. Mereka juga memiliki teman-teman dekat/sahabat. Ada yang suka mencurahkan perasaan mereka pada teman, ada yang tidak mau/jarang ingin berbagi, namun ada juga yang memilih untuk lebih mempercayakan masalah pada pacar.

(c) Hubungan dengan Masyarakat atau Lingkungan Sekitar

Dalam hal hubungan dengan masyarakat/lingkungan sekitar, sebagian besar subjek merasa memiliki banyak teman di lingkungan masyarakat, karena mereka senang bergaul dan aktif pada kelompok-kelompok masyarakat di lingkungan sekitar tempat tinggal mereka. Namun ada pula subjek yang mengaku kurang dekat dengan masyarakat/lingkungan sekitar karena dirinya kurang senang bergaul.

4) Aspek Moral

Dalam aspek moral, para subjek memiliki prinsip hidup yang berbeda-beda antara satu sama lain. Ada yang berprinsip jika orang lain baik pada dirinya, maka ia akan baik juga pada

orang lain. Kemudian ada juga yang berprinsip jalani saja hidup apa adanya, asalkan tetap di jalan yang benar. Lalu ada pula yang berprinsip ingin selalu membahagiakan orang lain.

b. Perilaku Merokok

1) Frekuensi Merokok

Sebagian besar subjek mengaku memiliki frekuensi paling besar merokok antara sore sampai malam hari, dan sangat jarang di pagi dan siang hari. Namun ada juga yang memiliki frekuensi paling besar hanya ketika sedang berkumpul bersama teman-teman yang sesama perokok, karena ia tak suka jika merokok sendirian.

2) Kondisi Konsumsi Rokok yang Terbanyak

Kondisi stres karena menghadapi masalah yang terutama berkaitan dengan pacar dan keluarga merupakan faktor utama yang dimiliki sebagian besar subjek ketika mereka sanggup menghabiskan batang rokok yang lebih banyak dari biasanya, rata-rata sekitar 1 bungkus rokok. Sebagian besar dari mereka menganggap bahwa merokok merupakan salah satu pelarian apabila mereka sedang merasa tertekan oleh masalah

tersebut. Namun mereka juga mengaku bahwa dengan merokok dapat membuat mereka tenang, nyaman, serta pikiran lebih terbuka, sehingga dapat membantu mereka untuk berpikir jernih dalam mencari solusi dari permasalahan tersebut.

3) Fungsi atau Efek Setelah Merokok

Secara psikis, efek setelah merokok mampu membuat mereka merasa damai, tenang, nyaman, serta pikiran menjadi lebih terbuka di saat mereka sedang tertekan karena mengalami masalah. Damai, tenang dan nyaman diartikan sebagai melupakan sesaat masalah yang dialami atau meringankan beban mereka. Dengan munculnya perasaan itu, pikiran mereka menjadi lebih terbuka, yakni terasa lebih jernih dalam mencari solusi dari permasalahan yang sedang dialami. Sedangkan secara fisik, efek setelah merokok membuat dada terasa tidak enak, sesak, batuk-batuk, mulut pahit, serta seluruh tubuh bau asap. Namun ada yang mengaku tidak merasakan efek apapun dari merokok.

4) Jumlah Rokok yang Dihabiskan dalam Satu Hari

Rata-rata para subjek mengaku jumlah rokok yang dihabiskan dalam

satu hari berkisar antara 3 batang rokok sampai satu bungkus rokok yang berisi 12 batang.

c. Asal Mula Menjadi Perokok

Sebagian subjek mengawali perilaku merokok mereka semenjak masih duduk di Sekolah Dasar, karena melihat orangtua yang juga merokok, kemudian timbul rasa ingin mencoba, meskipun hanya 1-2 kali. Mereka memulai kebiasaan merokok setelah dewasa, yakni disebabkan karena merasa sudah pernah mencoba rokok ketika masih kecil, sehingga timbul rasa ingin merokok lagi. Selain itu faktor lingkungan yang meliputi teman-teman perokok juga turut memacu mereka untuk kembali merokok. Selain itu, ada juga subjek yang baru memulai kebiasaan merokoknya setelah dewasa, karena rasa ingin mencoba ketika melihat rokok milik teman, dan akhirnya ketagihan untuk selalu merokok.

d. Yang Dirasakan Ketika Merokok

Secara psikis, yang dirasakan ketika merokok antara lain perasaan menjadi lebih enak dan pikiran terasa lebih ringan. Dalam hal ini, rasa enak diartikan sebagai rasa yang terawang-

awang serta pikiran yang terasa menghilang ketika sedang menghisap rokok. Sedangkan pikiran terasa lebih ringan diartikan sebagai beban pikiran yang terasa menghilang, sehingga dapat memikirkan solusi permasalahan dengan jernih. Sedangkan secara fisik, di mulut terasa pahit dan hambar, bahkan cenderung tidak enak. Namun ada yang mengaku tidak merasakan apa-apa ketika merokok.

e. Tanggapan Orangtua dan Keluarga

Orangtua dan keluarga tidak tahu-menahu jika subjek adalah perokok. Subjek sangat menjaga rahasia itu dari orangtua dan keluarganya, karena mereka takut dimarahi dan mengecewakan orangtua serta keluarga mereka. Mereka ingin menjaga nama baik keluarga. Meskipun sebagian besar subjek memiliki orangtua perokok, mereka tetap tidak ingin masyarakat mengetahui bahwa anaknya perokok juga, sehubungan dengan anggapan bahwa di mata masyarakat, wanita yang merokok itu kurang baik.

f. Tanggapan Teman-teman

Teman-teman dekat yang bukan perokok, termasuk pacar, sangat melarang kebiasaan merokok subjek, bahkan ada subjek yang mengaku rokoknya diambil paksa oleh sang pacar jika ketahuan merokok. sehingga terkadang subjek bersembunyi dari mereka jika ingin merokok.

g. Tanggapan Masyarakat/Lingkungan Sekitar

Masyarakat/lingkungan sekitar tidak tahu jika subjek adalah perokok. Subjek hanya merokok di tempat tertutup, atau bersama teman satu komunitas. Subjek banyak menghindari tempat umum untuk merokok.

h. Tanggapan Terhadap Peringatan dan Larangan Merokok

Sebagian besar subjek beranggapan bahwa peringatan dan larangan merokok hanya suatu tindakan yang percuma, karena sampai saat ini masih sangat banyak orang yang merokok. Jika orang sudah kecanduan, maka akan sangat sulit dihentikan. Namun ada pula subjek yang mendukung peringatan dan larangan tersebut, karena rokok hanya

menambah polusi udara, sedangkan yang menjadi korban adalah anak-anak kecil. Subjek mendukung jika dibuat ruangan khusus untuk para perokok.

i. Keinginan Untuk Berhenti Merokok

Semua subjek menyadari bahayanya merokok dan memiliki keinginan untuk berhenti merokok. Namun terkadang mereka masih belum bisa menguasai diri jika sedang stres atau diajak merokok oleh teman-teman yang lain. Mereka bertekad untuk mulai menghentikan kebiasaan tersebut dengan berbagai upaya, antara lain menguatkan niat dan mencoba mengalihkan stres atau ajakan teman pada hal-hal lain, seperti makan, dan sebagainya.

3. Deskripsi Hasil Penelitian Wawancara

Mendalam dengan *Significant Others*

Significant Others merupakan orang-orang yang memiliki hubungan dekat dengan subjek. Pada wawancara mendalam, mereka akan memberikan berbagai keterangan atau informasi yang mereka ketahui mengenai subjek sepanjang sepengetahuan mereka. Fungsi dari wawancara mendalam terhadap *significant others* ialah sebagai data pelengkap atau tambahan serta menambah kredibilitas hasil penelitian.

a. Konsep Diri

1) Aspek Fisik

Para subjek memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing dalam hal fisik, seperti adanya keluhan pada bagian tubuh tertentu. Sebagai contoh, merasa perutnya besar, ingin dikecilkan. Namun secara umum mereka semua merupakan orang-orang yang memiliki kepercayaan diri.

2) Aspek Psikis

Pada umumnya semua subjek memiliki sifat yang baik, seperti suka menolong, setia pada pasangan, serta periang. Namun di samping itu, masing-masing subjek juga memiliki kekurangan, antara lain seperti keras kepala; tertutup pada orang lain; kurang bisa menjadi pendengar yang baik; ketergantungan pada orang lain, seperti tidak mau menyelesaikan tugas yang diberikan, namun justru menunggu temannya untuk menyelesaikannya. Kemudian kekanak-kanakan, seperti sering mengekspresikan perasaan di tempat yang kurang sesuai, terlalu cepat memvonis segala sesuatu, serta selalu menangis jika ada masalah.

3) Aspek Sosial

(a) Hubungan dengan Orangtua dan Keluarga

(b) Hubungan dengan Teman-teman

(c) Hubungan dengan Masyarakat/Lingkungan Sekitar

4) Aspek Moral

Pada aspek moral, masing-masing subjek memiliki prinsip yang berbeda-beda dalam hidup mereka. Ada yang ingin hidup maju dan mandiri, ada yang tidak suka apabila disakiti, dan ada pula yang teguh pendirian.

b. Perilaku Merokok

1) Frekuensi Merokok

Frekuensi merokok sebagian besar subjek ialah berkisar setengah sampai satu bungkus, dan itu biasanya dilakukan pada waktu sore sampai malam hari.

2) Kondisi Konsumsi Rokok yang Terbanyak

Sebagian subjek mengalami kondisi konsumsi rokok yang terbanyak apabila sedang mengalami stres atau tekanan yang disebabkan karena konflik dengan pacar, yakni berkisar satu bungkus setiap kali merokok. Sebagian lagi mengalami kondisi tersebut apabila sedang bersama-sama atau berkumpul dengan teman-teman sesama perokok.

3) Jumlah Rokok yang Dihabiskan dalam Satu Hari

Jumlah rokok yang dihabiskan subjek dalam satu hari berkisar 2 batang sampai setengah bungkus apabila mereka

sedang dalam situasi normal atau tidak ada masalah. Namun jika sedang mengalami masalah, mereka biasanya menghabiskan 6 batang sampai satu bungkus rokok setiap harinya.

c. Asal Mula Subjek Menjadi Perokok

Asal mula subjek menjadi perokok tidak terlalu diketahui oleh para *significant other*. Namun sebagian dari mereka ada yang menduga bahwa subjek awal mulanya hanya mencoba-coba atau ikut-ikutan teman.

d. Tanggapan terhadap Kebiasaan Merokok Subjek

Sebagai orang yang dekat dengan subjek, *significant other* sebagian besar tidak menyetujui kebiasaan merokok subjek. Kebanyakan dari mereka akan mengambil rokok yang sedang dihisap subjek, atau menegur subjek. Namun ada pula yang tidak memberi tanggapan seperti itu, karena baik *significant other* maupun subjek sama-sama perokok, sehingga *significant other* hanya mendukung saja, asal jangan sampai berlebihan dalam merokok.

4. Deskripsi Hasil Penelitian Observasi

a. Observasi Pada Saat Pertemuan dan Wawancara Awal dengan Subjek

Ketika pertama kali melakukan pertemuan, para subjek masih terlihat agak kaku. Hal ini dapat dikarenakan

subjek baru saja mengenal peneliti, sehingga subjek membutuhkan waktu untuk mengenal peneliti. Setelah pertemuan kedua, umumnya para subjek sudah terlihat lebih santai, rileks, dan tampak tidak malu-malu dalam menjalani berbagai aktivitas sehari-harinya. Secara umum, ketiga subjek mengikuti proses wawancara awal dengan rileks, serius dan antusias, dimana sesekali diselingi oleh canda dan tawa, sehingga suasana juga terasa santai dan nyaman.

b. Observasi Pada Saat Wawancara

Mendalam dengan Subjek

Pada proses wawancara mendalam para subjek sudah terlihat akrab dengan peneliti. Mereka sudah tampak lebih santai, rileks, dan tidak malu dalam menjalani berbagai aktivitas di depan peneliti. Bahkan ada yang menceritakan masalah-masalah pribadinya pada peneliti. Secara umum, proses wawancara mendalam berjalan dengan lancar. Para subjek menjawab berbagai pertanyaan yang diajukan peneliti dengan baik, lancar, serius, dan antusias. Suasana yang dirasakan rileks dan santai. Terkadang proses wawancara diselingi dengan candaan yang membuat subjek dan peneliti tertawa bersama.

5. Deskripsi Hasil Analisa Skala

Peneliti memberikan skala untuk diisi oleh para subjek. Skala tersebut terdiri dari dua bagian, bagian pertama mengenai konsep dirinya, sedangkan bagian kedua mencakup perilaku merokoknya. Berdasarkan hasil skala yang telah dianalisa secara kuantitatif menggunakan SPSS 12.0 for Windows, diperoleh hasil sebagai berikut:

Pada konsep diri, aspek sosial menempati urutan pertama. Ini berarti bahwa pengaruh terbesar pada pembentukan konsep diri subjek ialah disebabkan oleh orangtua, keluarga, teman, maupun masyarakat di sekitar subjek. Posisi kedua ditempati oleh aspek psikis. Kemudian untuk aspek fisik dan aspek moral menempati posisi yang ketiga dengan bobot sama.

Kemudian pada perilaku merokok, aspek psikis menempati urutan pertama, dimana ini berarti bahwa kebutuhan subjek yang paling utama dalam merokok ialah karena kebutuhan psikisnya. Posisi kedua ditempati oleh aspek moral. Sedangkan posisi ketiga ditempati oleh aspek sosial, dan yang terakhir adalah aspek fisik.

PEMBAHASAN

Konsep diri sangat penting bagi keberhasilan individu dalam interaksi sosialnya. Terbentuknya konsep diri

seseorang bukan faktor bawaan, melainkan rangkaian proses belajar sejak masa pertumbuhan seorang manusia dari kecil hingga dewasa. Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi proses belajar hingga terbentuknya konsep diri dalam diri seseorang. Lingkungan, pengalaman, dan pola asuh orangtua merupakan faktor yang berpengaruh terhadap konsep diri yang terbentuk (Partosuwido, 1992).

Marcel (Rakhmat, 1996) berpandangan bahwa individu mengenal diri sendiri dengan mengenal orang lain terlebih dahulu. Bagaimana orang lain menilai dirinya, akan membentuk konsep dirinya. Pandangan tersebut didukung oleh pendapat Sullivan (Rakhmat, 1996) yang menjelaskan bahwa jika individu diterima orang lain, dihormati, dan disenangi karena keadaan dirinya, individu akan cenderung bersikap menghormati dan menerima dirinya sendiri. Sebaliknya, bila orang lain selalu meremehkan, menyalahkan, dan menolaknya, individu akan cenderung tidak menyenangi dirinya.

Berdasarkan hasil wawancara awal pada subjek penelitian, peneliti memperoleh informasi bahwa di lingkungan keluarga, subjek beserta saudara-saudaranya yang lain mengalami pola asuh yang demokratis, meskipun terkadang juga tercampur oleh sikap keras

ayah, atau dapat dikatakan otoriter jika sang anak membangkang. Jadi, dalam kehidupan sehari-hari, ayah dan ibu memberi mereka keleluasaan dalam beraktivitas, serta terbiasa untuk memusyawarahkan segala permasalahan secara bersama-sama, dimana pendapat setiap anak sangat dihargai dan ikut dipertimbangkan. Namun, tak jarang pula jika sang ayah melihat anaknya melakukan kesalahan, si anak akan dihukum, dimana pergaulan serta aktivitasnya akan dibatasi selama beberapa hari, tergantung keinginan ayahnya. Sebagai contoh, karena tidak mau belajar, subjek dipukul menggunakan mistar oleh sang ayah, kemudian subjek tidak diperbolehkan untuk bermain dan beraktivitas di luar rumah (kecuali sekolah) selama beberapa hari.

Berdasarkan wawancara mendalam pada subjek (lampiran 2 dan 3) serta *significant others* (lampiran 2 dan 3), peneliti menyimpulkan bahwa dalam kesehariannya para subjek secara dominan lebih banyak mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari ibu. Sehingga sampai individu beranjak remaja, mereka merasakan kedekatan yang lebih pada ibu apabila dibandingkan pada ayah. Sebagian subjek mengaku sering berbagi atau berkeluh-kesah pada

sang ibu. Kebanyakan dari mereka merasa segan dan takut pada ayah, karena sifat sang ayah yang cenderung kaku, keras, serta terlalu serius.

Kemudian dari faktor lingkungan, berdasarkan hasil wawancara mendalam terhadap subjek dan *significant others*, peneliti memperoleh informasi bahwa para subjek memiliki hubungan yang baik dengan teman-temannya. Sebagian besar dari mereka memiliki banyak teman, sahabat, dan juga pacar. Namun, ada subjek yang lebih suka berbagi dan mencurahkan perasaan pada teman dan sahabat, ada yang kurang menyukai hal tersebut karena terbiasa menyimpan segala sesuatunya sendirian, dan juga ada yang lebih memilih untuk mempercayakan segala sesuatunya kepada sang pacar.

Di dalam kehidupan bermasyarakat, sebagian besar subjek cukup aktif dalam pergaulan. Sebagai contoh, ada subjek yang tergabung dalam berbagai kegiatan di lingkungan rumah, seperti karang taruna serta kepanitiaan berbagai acara di kampung, seperti panitia ramadhan, dan lain-lain. Hal itu membuat mereka merasa memiliki banyak teman di lingkungan masyarakat. Namun, ada juga subjek yang mengaku kurang menyukai pergaulan dengan masyarakat, seperti tetangga. Subjek lebih

memilih untuk beristirahat di rumah daripada berkumpul dengan tetangga, karena menurutnya apabila para tetangga sudah berkumpul akan lebih banyak menghabiskan waktu untuk bercerita dan bergosip, sementara subjek merasa kurang menyukai hal-hal seperti itu.

Selain pengaruh dari pola asuh orangtua dan lingkungan, konsep diri dapat terbentuk dari kumpulan perasaan dan pengalaman yang dialami individu. Akibatnya, akan muncul keunikan konsep diri antara satu orang dengan orang lainnya. Dengan demikian, akan mudah dipahami apabila anak-anak dari orangtua yang sama akan memiliki konsep diri yang berbeda antara satu dengan lainnya (Puspasari, 2007).

Pengaruh pola asuh orangtua serta lingkungan akan melebur dengan pengalaman-pengalaman diri subjek yang secara dinamis akan membentuk konsep dirinya. Pengalaman-pengalaman tersebut meliputi beberapa hal, yaitu interaksi subjek dengan dirinya sendiri, interaksi subjek dengan orangtua dan keluarga, serta interaksi subjek dengan teman-teman dan masyarakat, sejak subjek masih kecil hingga saat ini (Saam dan Ancok; dalam Lukman, 2000). Berdasarkan hasil wawancara mendalam pada subjek serta *significant others*, diperoleh

pandangan mengenai konsep diri subjek, yakni sebagai berikut:

Dalam hal aspek fisik, sebagian besar subjek cukup memperhatikan penampilan dirinya, meskipun hal tersebut dilakukan dengan tidak berlebihan. Terdapat keluhan pada bagian-bagian tubuh tertentu, seperti merasa perutnya besar, namun hal tersebut menurut subjek tidak terlalu menjadi masalah. Secara umum, masing-masing subjek memiliki kelebihan dan kekurangan, namun mereka cukup merasa percaya diri dengan penampilan fisik mereka. Hal ini terlihat dari kemampuan subjek dalam mengungkapkan pendapatnya tanpa ragu-ragu di depan umum, tetap yakin dengan penampilan meskipun ada yang mencela, serta sering menarik perhatian lawan jenis dengan berbagai cara, seperti melempar pandangan dan mengubah-ubah bentuk bibir ketika sedang berbicara di dekat lawan jenisnya.

Kemudian pada aspek psikis, pada sisi positif, subjek memiliki sifat baik hati, seperti penolong terhadap sesama; mudah iba pada orang lain; serta mau menerima kritik dari orang lain. Sedangkan pada sisi negatif, ada kecenderungan tertutup dari orang lain; egois; terkadang cuek; kurang sabar;

ketergantungan pada orang lain, seperti tidak mau mengerjakan tugas yang diberikan padanya, namun justru menunggu orang lain yang mengerjakannya; serta adanya sifat kekanak-kanakan, sebagai contoh, sering mengekspresikan perasaan di saat yang tidak tepat, terlalu cepat memvonis sesuatu, serta selalu menangis jika sedang mengalami masalah.

Dalam hal aspek sosialnya, subjek memiliki kedekatan dengan orangtua (terutama ibu) dan saudara-saudaranya. Sedangkan sebagian besar subjek merasa segan dan takut pada ayah, karena sifat ayah yang cenderung kaku, keras, dan terlalu serius. Kemudian dalam hubungan dengan teman-teman, subjek merasa tidak ada masalah, karena subjek memiliki banyak teman, sahabat, serta sebagian besar juga sudah memiliki pacar. Dalam hal kedekatan, ada subjek yang suka berbagi dan mencurahkan perasaan dan masalah yang dialaminya pada sahabat, ada pula subjek yang lebih memilih untuk memendam segala persoalannya sendirian, serta ada pula yang lebih mempercayakan segala sesuatunya pada sang pacar. Lalu dalam hal hubungan dengan masyarakat, sebagian besar subjek merasa senang bergaul dengan masyarakat. Bahkan ada

subjek yang juga aktif di organisasi kemasyarakatan, seperti karang taruna dan berbagai kegiatan kepanitiaan di lingkungan rumah. Namun ada pula subjek yang mengaku kurang menyenangi untuk bergaul di lingkungan masyarakat.

Selanjutnya, di sisi aspek moral, masing-masing subjek memiliki pandangan tersendiri pada prinsip hidupnya. Berdasarkan hasil wawancara mendalam pada subjek dan *significant others*, diperoleh gambaran mengenai beberapa prinsip hidup para subjek, yaitu: jika orang berbuat baik pada subjek, maka subjek juga akan berbuat baik pada orang itu; jalani hidup apa adanya, asal tetap di jalan yang benar; ingin selalu membahagiakan orang lain; ingin hidup maju dan mandiri; tidak suka disakiti; serta teguh pendirian.

Berdasarkan hasil analisa di atas, dapat disimpulkan bahwa konsep diri pada subjek tergolong positif, karena hampir sebagian besar pandangan mereka termasuk ke dalam ciri-ciri konsep diri positif, baik menurut Brooks dan Emmert, maupun menurut Hamachek (Rakhmat, 1996). Sedangkan pada ciri-ciri konsep diri negatif menurut Brooks dan Emmert (Rakhmat, 1996), hanya ditemukan satu ciri dari subjek yang menyerupainya, yakni bersikap pesimis terhadap kompetisi

seperti terungkap dalam keengganannya untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi. Ia menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya.

Berikut ini merupakan ciri-ciri konsep diri positif yang dimiliki subjek: meyakini betul nilai-nilai dan prinsip-prinsip tertentu serta bersedia mempertahankannya, walaupun menghadapi pendapat kelompok yang kuat; mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik tanpa merasa bersalah yang berlebih-lebihan, atau menyesali tindakannya jika orang lain tidak menyetujui tindakannya; sanggup menerima dirinya sebagai orang yang penting dan bernilai bagi orang lain, paling tidak bagi orang-orang yang ia pilih sebagai sahabatnya; dapat menerima pujian tanpa berpura-pura rendah hati, dan menerima penghargaan tanpa merasa bersalah; sanggup mengaku kepada orang lain bahwa ia mampu merasakan berbagai dorongan dan keinginan, dari perasaan marah sampai cinta, dari sedih sampai bahagia, dari kekecewaan yang mendalam sampai kepuasan yang mendalam pula; mampu menikmati dirinya secara utuh dalam berbagai kegiatan yang meliputi pekerjaan, permainan, ungkapan diri yang kreatif, persahabatan, atau sekedar

mengisi waktu; serta peka pada kebutuhan orang lain, pada kebiasaan sosial yang diterima, dan terutama sekali pada gagasan bahwa ia tidak bisa bersenang-senang dengan mengorbankan orang lain.

Menurut analisa data kuantitatif pada skala konsep diri yang telah diisi oleh para subjek, diperoleh hasil bahwa aspek yang paling berpengaruh bagi subjek adalah aspek sosial. Hal ini mengandung arti bahwa aspek sosial yang meliputi orangtua, keluarga, teman, sahabat, pacar, serta lingkungan masyarakat merupakan faktor yang paling berpengaruh pada pembentukan konsep diri subjek. Apabila dikaitkan dengan kebiasaan merokok para subjek, data ini sangat sesuai dengan hasil wawancara mendalam pada subjek dan *significant others* yang menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok subjek salah satunya ialah faktor sosial.

Faktor terbesar yang memicu timbulnya anak-anak perokok adalah karena orangtuanya sendiri menjadi figur perokok berat. Anak-anak tersebut apabila menjadi perokok akan mendapatkan kesulitan menghentikan kebiasaannya, karena mereka sudah sering menghirup nikotin dan tar yang

bersifat adiktif (WHO; dalam Ariyadin, 2008).

Sebagian besar subjek mengaku ketika masih duduk di usia sekolah dasar sudah mulai mencoba merokok, dimana hal itu mereka lakukan karena meniru kebiasaan orangtua yang perokok. Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, ketika sedang berkunjung ke salah satu tempat tinggal subjek, peneliti bertemu dengan ibu subjek yang sedang merokok (Lampiran 4).

Salah satu faktor yang memicu perilaku merokok pada remaja putri adalah memiliki teman perokok (WHO; dalam Ariyadin, 2008). Ketika memasuki masa remaja, perilaku merokok subjek diperkuat oleh adanya pengaruh atau ajakan merokok dari teman-teman yang suka merokok (komunitas perokok).

Ketidakjelasan terhadap peran atau posisi diri membuat subjek selaku remaja masih mencari-cari pegangan yang dapat digunakan sebagai acuan agar eksistensinya diakui oleh lingkungan. Proses pencarian tersebut akan mengakibatkan banyaknya informasi ataupun akses lain masuk ke dalam diri mereka. Kondisi tersebut ditambah dengan tingkat kestabilan emosi yang masih sangat terbatas serta pola pemikiran yang cenderung dipengaruhi

oleh lingkungan eksternalnya menyebabkan pengaruh informasi ataupun akses tersebut besar dalam mempengaruhi pertimbangan yang diambil oleh remaja (Surya, 1999).

Dengan kondisi yang kondusif seperti tersebut remaja akan cenderung bertindak berdasarkan stimulus eksternalnya, dalam hal ini pengaruh lingkungan atau kelompok memegang peranan yang cukup besar. Menurut Evert (Surya, 1999), besarnya pengaruh lingkungan atau kelompok tersebut sampai pada pemberian norma tingkah laku oleh kelompok. Bagi remaja yang memiliki kecenderungan kuat untuk memasuki suatu kelompok maka pengaruh pemberian norma oleh kelompok tersebut akan berdampak pada timbulnya konformitas yang kuat. Kondisi demikian akan membuat remaja cenderung untuk ikut atau cenderung untuk lebih menyesuaikan diri dengan norma kelompok agar mendapatkan penerimaan dan tidak ditolak (Surya, 1999).

Konformitas diartikan sebagai: 1. Kecenderungan untuk memperbolehkan satu tingkah laku seseorang dikuasai oleh sikap dan pendapat yang sudah berlaku; 2. Ciri pembawaan kepribadian yang cenderung membiarkan sikap dan

pendapat orang lain untuk menguasai dirinya (Chaplin, 2005). Dalam hal ini, dapat dikatakan bahwa subjek telah memperbolehkan pengaruh perilaku merokok dari teman-teman komunitas perokok untuk masuk ke dalam dirinya, sehingga lama-kelamaan subjek terbawa oleh kebiasaan tersebut bersama teman-teman komunitas perokoknya.

Dari hasil wawancara mendalam pada subjek, diperoleh keterangan bahwa mereka mengalami berbagai macam pengalaman dalam hal merokok, yang berupa efek atau apa saja yang dirasakan ketika merokok. Dalam hal psikis, khususnya ketika sedang mengalami permasalahan, mereka merasakan lega, enjoy, dan enak, dimana mereka mengartikannya sebagai hilangnya beban permasalahan yang sedang dirasakan. Kemudian pikiran menjadi lebih ringan, dimana mereka merasa dapat berpikir dengan jernih ketika mencari solusi dari permasalahan yang ada. Sehingga ketika sedang mengalami permasalahan, merokok merupakan pelarian, dimana ketika merokok tersebut mereka dapat melupakan rasa tertekan yang ditimbulkan dari permasalahan tersebut. Kemudian setelah segala beban terlupakan, mereka merasa bahwa pikiran mereka menjadi lebih ringan, sehingga

mereka dapat memikirkan solusi dari permasalahan yang mereka alami secara jernih.

Kemudian pengalaman lain ialah adanya anggapan pada mereka bahwa wanita yang merokok itu memiliki daya tarik tersendiri, terutama dari cara memegang batang rokok serta cara menghisapnya. Namun di lain sisi mereka juga merasakan efek samping dari merokok, antara lain dada terasa tidak enak, sesak, batuk-batuk, mulut pahit, tubuh terasa bau asap, serta rasa hambar. Namun meskipun begitu sebagian besar subjek sudah merasakan kenikmatan tersendiri dengan merokok.

Berbagai faktor yang telah mempengaruhi subjek untuk terus merokok, yakni orangtua, teman-teman, serta pengalaman tersebut, telah mendorong subjek untuk meneruskan perilaku merokoknya. Hasil perhitungan kuantitatif dari skala merokok yang telah diisi oleh para subjek, menunjukkan bahwa faktor kebutuhan terbesar subjek dalam merokok ialah kebutuhan psikis. Hal ini sesuai dengan sebagian besar subjek yang mengaku bahwa rokok sudah menjadi kebutuhan psikis bagi mereka, terutama ketika sedang mengalami tekanan, terutama karena konflik dengan pacar dan keluarga. Dari hasil wawancara,

didapat informasi bahwa masing-masing subjek memiliki kebiasaan yang berbeda-beda, yakni sebagai berikut:

Berdasarkan klasifikasi perokok menurut Sitepoe (1997), sebagian besar subjek merupakan kategori perokok ringan, dimana mereka menghabiskan sekitar 1-10 batang rokok setiap harinya. Sedangkan sebagian besar termasuk dalam kategori perokok sedang, dimana ia menghabiskan 11-20 batang rokok setiap harinya. Kemudian sebagian besar subjek juga tergolong dalam kategori merokok sedang, yaitu merokok setiap hari dalam kuantum yang kecil, serta sebagian kecil subjek tergolong dalam kategori merokok ringan, yakni merokok tidak setiap hari.

Berdasarkan tipe-tipe perokok menurut Tomkins (2008), sebagian besar perokok masuk ke dalam kategori perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif, yakni menggunakan rokok untuk mengurangi perasaan negatifnya (dalam hal ini tekanan masalah), sedangkan sebagian kecil tergolong pada perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif pada sub tipe *simulation to pick them up*, yakni merokok hanya untuk menyenangkan perasaan (dalam hal ini berkumpul bersama teman-teman). Selanjutnya berdasarkan tempatnya, maka seluruh subjek tergolong pada

perilaku merokok di tempat-tempat umum/ruang publik, yakni kelompok homogen atau kelompok perokok yang secara bergerombol menikmati kebiasaannya. Namun sebagian besar dari mereka juga merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi, seperti kamar tidur pribadi.

Berdasarkan frekuensi merokoknya, sebagian besar subjek memiliki kebiasaan untuk merokok di sore sampai malam hari dengan jumlah yang banyak sekaligus, yakni berkisar tiga batang sampai satu bungkus rokok dalam satu harinya. Hal ini dilakukan karena pada sore atau malam hari suasana sudah lebih sepi, sehingga mereka dapat merokok dengan tenang sambil merenung, selain itu juga untuk menyembunyikannya dari orang lain. Namun tidak menutup kemungkinan bagi mereka untuk merokok di pagi dan siang hari jika pada saat itu ada teman-teman yang mengajak mereka untuk merokok. Mereka mengaku sering merokok di saat sedang sendiri maupun sedang bersama dengan teman-teman komunitas perokok. Sedangkan subjek yang lain tidak menyenangi kebiasaan merokok sendirian. Subjek hanya mau merokok jika sedang berkumpul dengan teman-teman komunitas perokok. Jadi,

frekuensi merokoknya tergantung ketika subjek sedang berkumpul dengan teman-temannya. Subjek juga mengaku bahwa dirinya mampu mengontrol banyaknya rokok yang ia habiskan, yakni hanya sekitar 3-4 batang setiap kali merokok dalam satu hari, meskipun di saat tersebut teman-temannya menghabiskan jumlah yang lebih besar.

Sebagian besar subjek mengaku bahwa diri mereka akan sangat banyak menghabiskan rokok, yakni ketika sedang dalam kondisi stres atau, yang utamanya disebabkan karena konflik dengan pacar dan keluarga. Dalam kondisi ini, subjek dapat merokok sebanyak satu bungkus, bahkan lebih, yang semuanya itu dihabiskan dalam satu kali periode merokok. Sedangkan subjek lainnya, mengaku bahwa hanya faktor teman-temanlah yang membuat subjek merokok, tidak ada faktor lain. Faktor stres dan sebagainya sangat tidak berpengaruh pada kondisi merokoknya.

KESIMPULAN DAN SARAN KESIMPULAN

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, didapatkan hasil penelitian sebagai berikut:

1. Konsep diri subjek terbentuk sejak mereka kecil, yakni dengan mendapat pengaruh dari berbagai faktor, dimana

yang utama ialah pola asuh orangtua, lingkungan yang mencakup teman-teman dan masyarakat, serta pengalaman yang meliputi interaksi dengan diri sendiri, orangtua, keluarga, teman-teman, maupun masyarakat. Kolaborasi dari berbagai faktor tersebut secara dinamis turut mempengaruhi terbentuknya konsep diri subjek.

2. Pada awalnya, subjek mendapat pengaruh untuk merokok dari orangtua dan ajakan teman-teman. Setelah mencoba dan merasakan berbagai efeknya, maka subjek meneruskan perilaku merokoknya dengan frekuensi, jumlah, serta kondisi konsumsi yang berbeda-beda.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diajukan beberapa saran, yakni sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian dan Para Perokok Lainnya

Untuk subjek penelitian serta para perokok lainnya disarankan untuk lebih memperhatikan dan memahami bahaya merokok serta dampak negatifnya dari berbagai media ataupun literatur yang ada. Di samping itu, perlu adanya

kesadaran bahwa akibat rokok tidak hanya akan menyerang diri sendiri, tetapi juga menyerang orang lain.

2. Bagi Orangtua dan Keluarga

Bagi orangtua dan keluarga disarankan untuk lebih memperhatikan perilaku putra-putrinya, terkait dengan perilaku merokok. Namun khususnya bagi orangtua disarankan juga untuk tidak memberi contoh yang kurang baik pada anak, seperti merokok di depan anak. Karena hal-hal seperti itu dapat menjadi salah satu faktor pemicu timbulnya perilaku merokok pada anak.

3. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat, disarankan untuk bersama-sama saling menjaga lingkungan dari asap rokok, karena semakin banyak orang yang merokok, maka akan semakin banyak pula polusi udara yang akan membahayakan berbagai pihak.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang memiliki minat untuk mengambil topik yang sama, disarankan untuk melakukan penelitian secara lebih mendalam pada subjek lainnya, seperti misalnya perokok pada usia anak-anak atau usia sekolah. Namun tidak menutup kemungkinan untuk melakukan penelitian pada subjek yang sama, akan tetapi topik yang diambil

ialah mencari hubungan antara konsep diri dengan aspek-aspek atau faktor-faktor yang lain, sebagai contoh pola asuh orangtua, konformitas, maupun kecemasan, dimana dapat dilakukan baik secara kualitatif maupun kuantitatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2004). *Psikologi kepribadian* (edisi revisi). Malang: UMM Press.
- Aritonang, M. E. R. (1997). Fenomena wanita merokok. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Ariyadin. (2008). *Rokok Anda: Relakah mati demi sebatang rokok?*. Yogyakarta: Manyar Media.
- Bahaya mengintai wanita perokok. Diakses pada tanggal 18 April 2009.
<http://smpn29samarinda.wordpress.com/2009/03/14/bahaya-mengintai-wanita-perokok/>
- Berzonsky, M. D. (1981). *Adolescent development*. New York: McMillan Publishing.
- Bracken, B. A. (1996). *Handbook of self concept: Developmental, social, and clinical considerations*. New York: John Wiley & Sons.
- Burns, R. B. (1993). *Konsep diri: Teori, pengukuran, perkembangan, dan perilaku*. Jakarta: Arcan.
- Callhoun, J. F. & Acocella, J. R. (1990). *Psychology of adjustment and human relationships* (third edition). New York: McGraw Hill Publishing Company.
- Chaplin, J. P. (2005). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Hall, C. S. & Lindzey, G. (1993). *Teori-teori psikodinamik (klinis)*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hasan, A. B. P. (2008). *Pengantar psikologi kesehatan Islami*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Hurlock, E. B. (1998). *Perkembangan anak*. Jakarta: Erlangga.
- Ingatkan rokok bisa jadi pembunuh. (2009, Maret 29). *Kedaulatan rakyat*, hal. 15.
- Jabbar, A. (2008). *Nge-rokok bikin Kamu "kaya"*. Sukoharjo: Samudera.
- Masih remaja kok sudah merokok?. Diakses pada tanggal 6 April 2009.
http://freedomofme.multiply.com/journal/item/186/Masih_remaja_kok_sudah_merokok
- Menkes dukung fatwa MUI tentang rokok. Diakses pada tanggal 29 Maret 2009.
<http://mashuriweblog.wordpress.com/2008/08/24/menkes-dukung-fatwa-mui-tentang-rokok/>
- Moleong, L. J. (2009). *Metodologi penelitian kualitatif* (edisi revisi). Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

MUI: Fatwa haram rokok & golput permintaan rakyat. Diakses pada tanggal 29 Maret 2009. <http://news.okezone.com/read/2009/01/28/1/187051/1/mui-fatwa-haram-rokok-golput-permintaan-rakyat>

Partosuwido, S. R. (1992). Penyesuaian diri mahasiswa dalam kaitannya dengan konsep diri, pusat kendali, dan status perguruan tinggi. *Disertasi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

Puspasari, A. (2007). *Mengukur konsep diri anak*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Rakhmat, J. (1996). *Psikologi komunikasi* (edisi revisi). Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Remaja jadi perokok karena pergaulan dan lingkungan. (2009, April 19). *Kedaulatan rakyat*, hal. 9.

Remaja merokok, salah lingkungan?. Diakses pada tanggal 8 September 2009. <http://lifestyle.okezone.com/index.php/ReadStory/2008/09/12/27/145232/remaja-merokok-salah-lingkungan>

Rokok. Diakses pada tanggal 29 Maret 2009. <http://id.wikipedia.org/wiki/Rokok>

Saebani, B. A. (2008). *Metode penelitian*. Bandung: CV Pustaka Setia.

Santana, S. (2007). *Menulis ilmiah: Metode penelitian kualitatif*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.

Sari, Y. I. W. (2004). Perbedaan konsep diri pada remaja yang merokok dan remaja yang tidak merokok. *Tesis* (tidak diterbitkan). Jakarta, Fakultas Psikologi Unika Atma Jaya. Diakses pada tanggal 6 April 2009. <http://lib.atmajaya.ac.id/default.aspx?tabID=61&src=k&id=41575>. 06/04/09.

Shavelson, B. J. & Bolus, R. (1982). Self concept: The interplay of theory methods. *Journal of Educational Psychology*, 72 (1), 3-17.

Shiffman, S. (1993). Assessing smoking patterns and motives. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (5), 732-742.

Sindiran terhadap remaja putri perokok melalui video musik animasi. Diakses pada tanggal 6 April 2009. <http://www.fsr.ditb.ac.id/wp-content/uploads/Sindiran%20Terhadap%20Remaja%20Putri%20Perokok.pdf>

Sitepoe, M. (1997). Klasifikasi perokok. Diakses pada tanggal 17 Maret 2009. http://digilib.petra.ac.id/viewer.php?page=3+submit.x=20+submit.y=7+submit=next+qual=high+submitval=next+fname=%2Fjiunkpe%2Fs1%2Fhot1%2F2005%2Fjiunkpe-ns-s1-2005-33400045-2922-resto_nine-chapter2.pdf.

Surya, F. A. (1999). Perbedaan tingkat konformitas ditinjau dari gaya

hidup pada remaja. *Psikologika*, 7 (3), 64-72.

Tomkins, S. (2008). Mengenal type-type perokok dan pengaruhnya pada kepribadian. Diakses pada tanggal 17 Maret 2009. <http://bebasrokok.wordpress.com/2008/10/07/mengenal-type-type-perokok-dan-pengaruhnya-pada-kepribadian/>. 07/10/08.

Warga Kota Bogor perokok berat. Diakses pada tanggal 6 April 2009. <http://m.infoanda.com/readnewsent.php>

Wetherall, C. F. (2008). *5 langkah jitu cara berhenti merokok*. Jakarta: Darul Haq.

Widianti, E. (2007). Makalah remaja dan permasalahannya: Bahaya merokok, penyimpangan seks pada remaja, dan bahaya penyalahgunaan minuman keras/narkoba. Diakses pada tanggal 18 April 2009. <http://resources.unpad.ac.id>

Yuliani, E. (2005). Hubungan antara asertivitas dengan intensi merokok pada remaja. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

Zulkifli. (2008). *Thank you for smoking*. Yogyakarta: Pinus Book Publisher.