

Peran Konformitas Terhadap Perilaku Merokok Remaja

Ni Luh Sekar Kusuma Wardhani¹

Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. PB Sudirman

Luh Made Karisma Sukmayanti Suarya²

Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Jl. PB Sudirman

niluh955@gmail.com

Abstract

Smoking behavior is not a taboo to be heard. Nowadays cigarettes are consumed in various ages. Smoking behavior is the activity of burning cigarettes and then smoking it, then the smoke will be exhaled so that the people around him can breathe in the blowing smoke. Hazardous chemicals in cigarettes do not also make people stay away from smoking behavior. Smokers in the world specifically in Indonesia continues to increase. In several studies found that adolescents are the population that consumes the most cigarettes. Various factors are the reasons teenagers make smoking their choice. Peers as one of the factors that contribute to the presence of conformity in adolescent's lives, contributes to the emergence of smoking behavior in adolescents. Understanding the meaning of conformity in the emergence of teenage smoking behavior is very important at this time to know what causes smoking behavior in adolescents to emerge and can survive.

Keyword: *Conformity; Smoking Behavior; Teenager*

Abstrak

Perilaku merokok bukan hal yang tabu untuk didengar. Saat ini rokok dikonsumsi berbagai usia. Perilaku merokok merupakan aktivitas membakar rokok dan kemudian menghisapnya, lalu akan dihembuskan asap keluar sehingga orang-orang disekelilingnya dapat menghirup hembusan asap yang dikeluarkan. Zat kimia yang berbahaya pada rokok tidak juga menjadikan orang-orang menjauhi perilaku merokok. Jumlah perokok didunia khusus nya di Indonesia terus meningkat. Pada beberapa riset ditemukan remaja adalah populasi yang paling banyak mengonsumsi rokok. Berbagai faktor menjadi alasan para remaja menjadikan rokok sebagai pilihan mereka. Teman sebaya sebagai salah satu faktor yang berperan terhadap hadirnya konformitas dalam kehidupan remaja, turut andil bagi munculnya perilaku merokok pada remaja. Memahami makna konformitas dalam munculnya perilaku merokok remaja sangat penting pada saat ini untuk mengetahui apa yang menyebabkan perilaku merokok pada remaja muncul dan dapat bertahan.

Kata Kunci: *Konformitas; Perilaku Merokok; Remaja*

Pendahuluan

Setiap orang pada dasarnya bebas dalam memilih apa yang ingin dilakukannya termasuk memilih untuk mengonsumsi rokok yang telah menjadi salah satu kebutuhan banyak orang. Individu yang memiliki perilaku merokok sangat mudah ditemui di berbagai macam lokasi, seperti di rumah, di kantor, bahkan di sekolah dan di kampus juga sering dijumpai orang-orang yang merokok. Kandungan zat kimia yang ada didalam rokok sendiri sebenarnya sangat berbahaya bagi kesehatan seseorang. Rokok selalu menjadi hal yang menarik untuk diperbincangkan, walaupun kini rokok telah ditetapkan sebagai salah satu masalah dunia, tetapi konsumsi rokok di seluruh dunia justru semakin meningkat. Indonesia adalah salah satu negara yang konsumsi rokok semakin bertambah dari waktu ke waktu.

Perilaku merokok pada saat ini tidak hanya dapat dijumpai pada orang dewasa saja. Dilansir dalam Infodatin (2020) menunjukkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) terdapat 9,1% prevalensi merokok pada populasi remaja usia 10 – 18 tahun. Menurut Nurhayati (dalam Wiranti & Wijaya, 2015) menjelaskan bahwa remaja sebagai generasi muda penerus bangsa memiliki peranan penting dalam kemajuan bangsa ini. Pada masa remaja, kelekatan

antara anak dan orangtua berkurang dan digantikan oleh peran teman sebaya. Lingkungan dan kelompok teman sebaya merupakan salah satu aspek penting bagi remaja dalam menentukan jalan hidupnya. Oleh sebab itu para remaja seringkali berusaha untuk dapat menyesuaikan perilakunya agar dapat diterima dalam aturan kelompok teman sebayanya sehingga terjadilah konformitas.

Remaja beranggapan bahwa dengan merokok akan dapat memperlihatkan kedewasaan seseorang, namun selain kedewasaan ada hal lain yang tidak kalah penting dibandingkan kedewasaan yaitu solidaritas kelompok dan melakukan apa yang dilakukan oleh kelompok (Meilinda, 2013). Remaja yang konformis cenderung akan mudah mengikuti tuntutan kelompok, sehingga dampaknya jika seorang remaja berada dalam kelompok yang memiliki perilaku merokok maka remaja akan mengikuti perilaku merokok. Perilaku merokok pada remaja saat ini menjadi salah satu permasalahan serius di Indonesia (Raudatussalamah & Rahmawati, 2020). Mengingat banyaknya bahaya bagi kesehatan remaja yang disebabkan oleh merokok, serta besarnya peran dari teman sebaya yang mengakibatkan munculnya konformitas perilaku merokok pada remaja, maka peneliti merasa tertarik untuk menelaah lebih lanjut dengan menggunakan studi literatur yang bertujuan untuk mengetahui Peran Konformitas terhadap Perilaku Merokok Remaja.

Pembahasan

Masa remaja didefinisikan sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, masa ini akan melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Sebelum mencapai masa remaja seseorang telah memperoleh banyak pengalaman. Pada abad ke-20 remaja digambarkan sebagai sosok yang menyimpang. Masa remaja tentunya memiliki ciri khas tersendiri yang membedakan dari masa sebelum dan sesudahnya. Masa remaja menjadi masa yang sulit baik bagi anak maupun bagi orangtua. Menurut Jatmika (2009) kesulitan yang dirasakan berawal dari fenomena remaja sendiri dengan beberapa perilaku khususnya, yaitu:

1. Remaja mulai menyampaikan kebebasannya dan mengemukakan haknya untuk berpendapat. Hal ini dapat menjadi suatu hal yang menciptakan antara anak dan orangtua sehingga sering kali terjadi perselisihan.
2. Remaja mulai mudah dipengaruhi oleh teman-temannya. Pengaruh orangtua terhadap anaknya pada masa remaja ini mulai melemah. Remaja memiliki kesenangannya sendiri yang mungkin berbeda dengan kesenangan keluarga.
3. Terdapat perubahan fisik pada remaja, baik pertumbuhannya maupun seksualitasnya
4. Remaja sering kali menjadi terlalu percaya diri, hal ini bersamaan dengan emosi remaja yang meningkat, mengakibatkan sulitnya menerima arahan dan nasihat dari orang tua.

Masa remaja awal kurang lebih berlangsung di masa sekolah menengah pertama atau sekolah menengah akhir. Perilaku merokok adalah salah satu perilaku yang dianggap menyimpang tetapi pada saat ini perilaku merokok sangat digemari oleh para remaja. Perilaku merokok adalah sebuah aktivitas membakar rokok dan kemudian menghisapnya, lalu akan dihembuskan asap keluar sehingga orang-orang disekelilingnya dapat menghirup hembusan asap yang dikeluarkan. Menurut Levy (1984) perilaku merokok merupakan sebuah perilaku yang dilakukan seseorang berupa membakar dan menghisapnya serta dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang disekitarnya. Pada penelitian

Astuti tahun 2012 terdapat 188 remaja yang memiliki perilaku merokok di kabupaten Bantul yang berusia 12-17 tahun. Teori Erikson mencakup delapan tahap perkembangan manusia, setiap tahapnya terdiri atas sebuah perkembangan manusia yang unik yang menghadapkan individu pada sebuah krisis yang harus diselesaikan. Menurut Erikson masa remaja berada pada tahap perkembangan identitas vs kebingungan identitas, pada masa ini individu dihadapkan pada tantangan untuk dapat menemukan jalan hidupnya. Remaja akan dihadapkan pada peran-peran yang baru (Santrock, 2007). Hasil penelitian menemukan bahwa 19 remaja perokok dapat menghabiskan rokok 5-6 batang dalam sehari, dan sudah memiliki perilaku merokok selama 2-3 tahun. Hal ini semakin memperburuk keadaan generasi muda saat ini (Wijayanti & Dewi, 2017).

Menurut Leventhal dan Cleary (dalam Halim dan Binti, 2013) seseorang akan berperilaku merokok karena sebelumnya sudah memiliki persepsi tertentu mengenai merokok. Selain itu juga disebutkan faktor yang menyebabkan seseorang yang merokok umumnya terbagi menjadi lima bagian, yaitu:

1. Kebiasaan

Perilaku merokok saat telah menjadi sebuah kebiasaan akan membuat perilaku merokok menjadi perilaku yang harus tetap dilakukan tanpa adanya motif yang bersifat negatif ataupun positif. Faktor ini membawa seorang perokok hanya meneruskan perilakunya tanpa ada tujuan tertentu.

2. Reaksi emosi yang positif

Merokok digunakan untuk dapat menghasilkan emosi positif, misalnya rasa senang, relaksasi, dan kenikmatan rasa. Selain itu dengan merokok juga dapat menunjukkan kebanggaan diri atau menunjukkan kedewasaan seseorang

3. Reaksi untuk penurunan emosi

Merokok digunakan untuk mengurangi adanya perasaan tegang, kecemasan yang ditimbulkan karena adanya interaksi dengan orang lain.

4. Alasan sosial

Perilaku merokok ditujukan untuk dapat mengikuti kebiasaan kelompok (khususnya pada remaja), identifikasi dengan perokok lain, serta untuk dapat menentukan *image* diri individu.

5. Kecanduan atau ketagihan

Kecanduan rokok terjadi karena adanya nikotin didalam kandungan bahan rokok. Dari sekedar coba-coba mencicipi rokok, akhirnya membuat individu sulit menghentikan perilaku tersebut karena kebutuhan tubuh akan nikotin.

Salah satu faktor perilaku merokok sangat lekat dengan remaja dikarenakan remaja ingin mempertahankan diri dalam kelompok teman sebayanya. Dari hasil penelitian Astuti tahun 2012 di Kabupaten Bantul, didapatkan adanya faktor anggota keluarga yang merokok merupakan pendorong perilaku merokok pada remaja, perilaku merokok yang terjadi pada remaja yang memiliki anggota keluarga merokok terjadi melalui cara belajar sosial. Selain faktor anggota keluarga yang merokok, peranan penting dari kelompok pertemanan juga menjadi hal yang harus diperhatikan sebagai faktor dimulainya remaja mengenal rokok. Penelitian yang dilakukan di desa Sidoreja Kabupaten Penajam Paser Utara, ditinjau dari

aspek lingkungan faktor teman memiliki pengaruh dalam perilaku merokok remaja, hal ini disebabkan remaja biasanya ingin meniru ataupun mencoba apa yang sebelumnya belum pernah dirasakan (Widiansyah, 2014). Dalam sebuah kelompok pertemanan sangat mudah untuk memengaruhi seseorang dalam kelompok tersebut, di dalam diri remaja terdapat rasa kebersamaan yang didukung dengan seringnya kelompok remaja berkumpul bersama. Sering kali ajakan dari teman satu kelompok dengan mudahnya memengaruhi individu termasuk untuk mencoba rokok, hal ini lah yang biasa dikenal konformitas.

Konformitas merupakan perubahan sikap serta perilaku seseorang sesuai dengan harapan yang ada di dalam sebuah kelompok agar seseorang dapat diterima dalam kelompok tersebut. Suatu kelompok memiliki identitas kelompok masing-masing, oleh karena itu individu dalam suatu kelompok harus dapat memerhatikan nilai dan pola yang sesuai dengan karakteristik kelompoknya hal inilah yang dikatakan konformitas. Konformitas tentu tidak terbentuk begitu saja, akan ada faktor-faktor yang memengaruhi terbentuknya konformitas dalam suatu kelompok. Dalam konformitas terdapat tiga aspek konformitas pada remaja yaitu kekompakan, kesepakatan dan ketaatan (Taylor dkk, 2009). Menurut Myers (2005), ada beberapa faktor yang memengaruhi seseorang untuk dapat konform dalam kelompoknya yaitu:

1. *Group size*

Semakin banyak anggota dalam suatu kelompok lebih membuat pengaruh dalam kelompok semakin kuat pengaruhnya terhadap individu. Semakin banyak individu yang merokok di dalam kelompok tentu hal ini dapat mengakibatkan individu lain dalam kelompok tersebut terpengaruh untuk merokok

2. *Cohesion*

Merupakan perasaan yang dimiliki anggota dalam sebuah kelompok dimana individu tersebut merasa memiliki ketertarikan dengan kelompok. Semakin seseorang memiliki perasaan yang besar dalam sebuah kelompok, maka makin mudah juga kelompok memengaruhi individu.

3. *Status*

Individu dengan status yang lebih tinggi dalam kelompok biasanya memiliki pengaruh yang besar dalam kelompok, sementara individu dengan status yang lebih rendah cenderung mengikuti pengaruh yang ada.

4. *Public Response*

Individu cenderung lebih konform saat menjawab pertanyaan secara langsung dihadapan publik dibandingkan secara tertulis.

5. *No Prior Commitment*

Individu yang sudah memiliki pendiriannya sendiri cenderung mengubah pendiriannya pada saat individu tersebut dipertunjukkan pada aspek tekanan sosial.

Konformitas muncul ketika individu mengikuti perilaku orang lain. Hal ini disebabkan karena adanya tekanan dari orang lain baik nyata ataupun yang dibayangkan (Suminar, 2015). Konformitas sendiri sebenarnya dapat membawa dampak bagi remaja, baik dampak positif maupun dampak negatif. Dampak positif dari konformitas sendiri

adalah seperti menambah wawasan untuk masa depan dan untuk kebaikan diri namun hal ini juga dapat mengarahkan individu kepada dampak negatif. Dampak negatif dari konformitas yaitu seperti menggunakan bahasa pergaulan yang kurang sopan, dan yang paling banyak terjadi pada saat ini adalah terpengaruh untuk mengkonsumsi rokok. Konformitas terhadap perilaku merokok pada remaja berkaitan dengan proses perkembangan kepribadian dan sosial individu yang terjadi pada masa remaja awal. (Febryantie et al., 2016).

Merokok sendiri memiliki berbagai dampak yang kurang baik bagi kesehatan individu. Menurut Mukuan (2012) zat kimia yang terkandung di dalam rokok sangat berbahaya bagi kesehatan, zat kimia yang terkandung didalam rokok antara lain adalah nikotin, karbon monoksida dan tar. Asap rokok yang mengandung ketiga zat tersebut jika masuk ke dalam tubuh seseorang akan mencemari paru-paru. Dari zat kimia yang terkandung dalam rokok tersebut dapat menyebabkan para perokok aktif dan pasif berisiko terkena batuk dengan sesak nafas 6,5 kali dibanding bukan perokok. Jaya (2009) menyebutkan bahaya rokok bagi kesehatan tubuh antara lain:

1. Merokok menyebabkan penurunan antibodi. Zat kekebalan didalam tubuh atau antibodi memiliki fungsi sebagai penetralisir bakteri dalam rongga mulut, dengan menurunnya antibodi makan akan menyebabkan gangguan pada fungsi sel-sel pertahanan tubuh.
2. Penyakit yang diakibatkan karena asap rokok adalah kanker paru-paru.
3. Rokok mengancam kesehatan berbagai organ tubuh, antara lain otak, mulut, tenggorokan, jantung, dada, paru-paru, hati, perut, ginjal, kandung kemih, alat reproduksi pria maupun wanita, dan kaki.
4. Rokok dapat mempercepat penuaan, seorang ahli penyakit kulit dan kelamin mengungkapkan bahwa asap rokok ternyata dapat membuat perokok menjadi cepat tua secara tidak langsung.

Kesimpulan

Perilaku merokok telah lazim ditemui pada banyak orang di seluruh dunia. Perilaku merokok adalah sebuah aktivitas membakar rokok dan kemudian menghisapnya, lalu akan dihembuskan asap keluar sehingga orang-orang disekelilingnya dapat menghirup hembusan asap yang dikeluarkan. Perilaku ini adalah salah satu perilaku yang dapat merusak kesehatan yang banyak dilakukan orang-orang dan tidak mengenal usia. Pada umumnya perilaku ini terbentuk dimasa remaja yang merupakan masa-masa peralihan seseorang dari masa anak-anak menuju masa dewasa dan sedang mencari jati diri untuk dapat diakui oleh lingkungan sosialnya. Lingkungan sosial sangat berperan penting dalam membentuk suatu perilaku seseorang, terutama remaja yang sangat erat kehidupannya dengan teman-teman sebaya dilingkungannya. Berbagai jenis gaya kehidupan mulai dikenal remaja melalui teman sebayanya. Saat masa remaja umumnya para remaja akan membentuk suatu kelompok, kelompok ini terdiri dari remaja-remaja yang biasanya memiliki pandangan, dan kesukaan yang sama. Pada sebuah kelompok pertemanan sangat mudah untuk

memengaruhi seseorang dalam kelompok tersebut karena di dalam diri remaja terdapat rasa kebersamaan yang sangat kuat akibat seringnya kelompok remaja berkumpul bersama. Sering kali ajakan dari teman satu kelompok dengan mudahnya memengaruhi individu termasuk untuk mencoba rokok.

Saat remaja mengikuti apa yang dilakukan oleh teman sekelompok hal itulah yang dinamakan dengan konformitas. Konformitas sendiri sebenarnya tidak hanya membawa dampak negatif namun dapat juga membawa dampak positif. Konformitas ini terjadi pada saat mulainya perkembangan kepribadian dan sosial pada remaja. Mudah-mudahan remaja dalam terkonfrontasi adalah salah satu cara remaja agar dapat diakui dan dapat diterima dalam suatu kelompok pertemanan. Kelompok pertemanan remaja laki-laki biasanya yang paling sering terlihat melakukan konformitas untuk berperilaku merokok. Pada saat ini perilaku merokok pada remaja sangat sering dijumpai dimana-mana, tidak mengenal tempat bahkan di sekolah menjadi tempat untuk para remaja terlihat keren dengan cara membakar rokoknya.

Daftar Pustaka

- Astuti, K. (2012). Gambaran perilaku merokok pada remaja di kabupaten bantul. *Insight*, 10(1), 77–87.
- Febryantie, R., Mardjan, N. I. D. N., & Ridha, A. (2016). Konsep Diri dan Konformitas dengan Perilaku Merokok pada Siswa Putra di SMA Kecamatan Sambas Tahun 2015. [Naskah Publikasi]. *Fakultas Ilmu Kesehatan*.
- Halim, A., & Binti, N. A. (2013). Faktor-faktor psikologis yang menentukan perilaku merokok pada mahasiswi kedokteran di universitas hasanuddin tahun 2013 (Doctoral dissertation).
- Infodatinpusat Data Dan Informasi Kementrian Kesehatan RI. (2020). ISSN: 2442-7659
- Jaya, M. (2009). *Pembunuh berbahaya Itu Bernama Rokok*. Yogyakarta: Riz'ma
- Levy, R. L. (1984). *Book Reviews. Behavior Modification*, 8(2), 287–287. <https://doi.org/10.1177/01454455840082008>
- Melinda, E. (2013). Hubungan Antara Penerimaan Diri dan Konformitas Terhadap Intensi Merokok Pada Remaja. *Psikoborneo*, 1(1).
- Mukuan, S. E. (2012). Hubungan antara pengetahuan dan sikap tentang bahaya merokok bagi kesehatan dengan tindakan merokok pelajar SMK Kristen Kawangkoan. [Naskah Publikasi]. Universitas Sam Ratulangi.
- Myers. (2005). *D.G. Social Psychology*. Boston : Mcgraw-Hill College.
- Raudatussalamah, R., & Rahmawati, Y. (2020). Perilaku Merokok Pada Pelajar: Peran Orang Tua Dalam Pengasuhan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(1), 20-28.
- Solehah, R., Hakim, L., & Hartono, R. (2019). Hubungan Antara Konformitas Kelompok Sebaya Dengan Perilaku Merokok Pada Siswa Smk Negeri 1 Sumbawa Besar. *Jurnal Psimawa*, 2(1), 52-57.
- Suminar, E., & Meiyuntari, T. (2015). Konsep Diri, Konformitas Dan Perilaku Konsumtif Pada Remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(02).
- Taylor, Shelley E., Letitia Anne Peplau & David O. Sears. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Widiansyah, M. (2014). Faktor–Faktor Penyebab Perilaku Remaja Perokok Di Desa Sidorejo Kabupaten Penajam Paser Utara. *Journal Sosiologi*, 2(4), 1-12.

- Wijayanti, E., & Dewi, C. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Kampung Bojong Rawalele, Jatimakmur, Bekasi. *Global Medical & Health Communication*, 5(3), 194-198.
- Wiratini, N. P. S., Yanti, N. L. P. E., & Wijaya, A. A. N. T. (2015). Pengaruh PEER Education Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Di SMAN “X” Denpasar. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 3(3).