

Self Esteem Pada Remaja Perokok (Studi Kualitatif di SMA Islam Lumajang)

Self Esteem In Teen Smokers (Qualitative Study in Senior High School Islam Lumajang)

Firza Nove Machini, Iken Nafikadini, Husni Abdul Gani
Bagian Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Jember
Jln. Kalimantan 37, Jember 68121
Email korespondensi : firza11machini@gmail.com

Abstract

Self esteem is an individual assessment of him include the worth of self and self competence. The development of self-esteem in their teens is decreasing. One cause of low self esteem in adolescents is negative thought or belief that they had about themselves. Cigarettes are considered to increase self esteem of adolescents. The purpose of this research to know the description of self esteem in adolescents in Senior High School Islam Lumajang. The method was used to know that was descriptive study with qualitative methods. The theory used in this study was the social cognitive theory. This study involved three male students as primary informants. Additional informants in this study consisted of four people. The key informant in this research was a counseling teacher in that school. The primary informant was selected by snowball technique which was a technique of making informant by using the help of key informant. The influence of peers factor was the most dominating influence to adolescents to smoke. Environmental factors, personal factors and behavioural factors were a unity that could not be separated and interconnected one each other. These three factors influenced smoking behaviour and the formation of self esteem in adolescents.

Keywords: *self esteem, teen, cigarette, teen smoker*

Abstrak

Self esteem merupakan penilaian individu tentang dirinya mencakup keberhargaan diri dan kompetensi diri. Perkembangan self esteem ini justru menurun di usia remaja. Salah satu penyebab rendahnya self esteem pada remaja ialah pikiran atau keyakinan negatif yang dia miliki tentang dirinya sendiri. Rokok dianggap dapat meningkatkan self esteem remaja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran self esteem pada remaja SMA Islam Lumajang. Metode yang digunakan untuk mengetahui hal tersebut adalah penelitian deskriptif dengan metode kualitatif. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori kognitif sosial. Penelitian ini dilakukan dengan melibatkan tiga siswa laki-laki sebagai informan utama. Informan tambahan pada penelitian ini berjumlah empat orang. Informan kunci pada penelitian ini adalah seorang guru Bimbingan Konseling di sekolah tersebut. Informan utama didapatkan dengan teknik snowball yaitu sebuah teknik pengambilan informan dengan bantuan informan kunci. Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa pada remaja di SMA Islam Lumajang, rokok bukan merupakan cara untuk meningkatkan self esteem. Pengaruh faktor teman sebaya merupakan pengaruh yang paling mendominasi remaja untuk merokok. Faktor lingkungan, faktor personal dan faktor perilaku merupakan tiga kesatuan yang tidak bisa dipisahkan serta saling berhubungan antara satu faktor dengan faktor yang lain. Ketiga faktor tersebut mempengaruhi perilaku merokok dan terbentuknya self esteem pada remaja.

Kata kunci: *self esteem, remaja, rokok, remaja perokok*

Pendahuluan

Rokok yang telah dinyalakan dan dihisap mengandung sekitar 3000 bahan kimiawi. Tiga bahan kimiawi yang paling berisiko menimbulkan gangguan kesehatan pada manusia yaitu tar, nikotin dan karbon monoksida. Tar mengandung ratusan zat kimiawi yang kebanyakan bersifat karsinogenik (dapat menyebabkan kanker). Nikotin merangsang pelepasan *catecholamin* yang dapat meningkatkan denyut jantung sehingga meningkatkan risiko hipertensi, serangan jantung dan *stroke*. Karbon monoksida yang dihasilkan asap rokok dapat menyebabkan oksigen dalam darah berkurang serta merusak dinding arteri yang pada akhirnya dapat menyebabkan arteriosklerosis dan penyakit jantung koroner serta menimbulkan gangguan pada janin dalam kandungan [1].

Setiap tahun terdapat lebih dari 4 juta orang yang meninggal akibat rokok. Permasalahan rokok banyak terjadi di negara berkembang dibandingkan dengan negara maju. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang menduduki peringkat keempat dengan jumlah perokok terbanyak setelah Amerika Serikat yaitu sebanyak 141 juta perokok. 58,6 juta orang Indonesia yang berumur 15 tahun ke atas menjadi perokok aktif. Rinciannya yaitu perokok pria sebanyak 55,05 juta jiwa dan perokok perempuan sebanyak 3,5 juta jiwa. Remaja laki-laki lebih dominan untuk mencoba menghisap rokok dibandingkan dengan remaja wanita [2]. Prevalensi remaja umur 15-19 tahun yang merokok pada tahun 1995-2007 cenderung mengalami peningkatan pada remaja laki-laki, yaitu sebesar 37,3% [3].

SMA Islam Lumajang (SMAI) merupakan sekolah yang mayoritas siswanya berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 97 siswa dari total keseluruhan 146 siswa. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan hasil bahwa kasus merokok di SMAI termasuk peringkat tiga tertinggi setelah SMP 4 Lumajang dan SMA Jenderal Soedirman Lumajang dengan rata-rata kasus merokok di sekolah diatas 5 kasus. Menurut hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada salah satu guru BK di SMA Islam Lumajang, didapatkan hasil bahwa sepanjang tahun 2014 tercatat sebanyak 6 siswa kedatangan merokok di lingkungan sekolah tersebut. Menurut survei yang pernah dilakukan oleh pihak sekolah pada tahun 2014 didapatkan data bahwa hampir 90% siswa SMA Islam Lumajang pernah mengkonsumsi rokok bahkan tidak sedikit yang menjadi perokok tetap. Kabupaten Lumajang dipilih karena hingga penghujung tahun 2014, belum terdapat peraturan daerah terkait rokok meskipun tindakan *preventif* dan *promotif* sudah dilaksanakan.

Fenomena remaja perokok di Indonesia dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah karena ingin meningkatkan *self esteem*. Masa remaja merupakan salah satu periode dalam hidup yang paling penting dalam hal perkembangan *self esteem*. *Self esteem* pada remaja sering dikaitkan dengan pencarian

identitas diri dengan berusaha mencari status sebagai orang yang berdiri sendiri tanpa bantuan orang tua. Pencarian identitas diri yang positif akan mengarah pada pengembangan potensi yang dimiliki remaja kearah yang lebih baik, sedangkan pencarian identitas diri yang negatif biasanya diekspresikan remaja dalam bentuk tingkah laku seperti tawuran, penyalagunaan obat-obatan, hingga merokok [4]. Setiap remaja memiliki *self esteem* yang berbeda dan dapat dibagi menjadi tiga bagian, yaitu *self esteem* tinggi, *self esteem* sedang dan *self esteem* rendah. Hal ini tergantung bagaimana remaja tersebut menyikapi dan mengevaluasi tindakan yang dilakukannya sendiri. Remaja yang memiliki *self esteem* tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan di dunia ini. Remaja yang memiliki *self esteem* rendah akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Remaja dengan *self esteem* rendah cenderung untuk tidak berani mencari tantangan baru dalam hidupnya, lebih senang menghadapi hal yang sudah dikenal dengan baik serta menyenangi hal yang tidak penuh dengan tuntutan. Cenderung tidak merasa yakin akan pemikiran dan perasaan yang dimilikinya, takut menghadapi respon dari individu lain, tidak mampu membina komunikasi yang baik dan cenderung merasa hidupnya tidak bahagia merupakan ciri lain remaja dengan *self esteem* rendah. Remaja dengan *self esteem* rendah akan lebih rentan berperilaku negatif [5].

Terdapat beberapa aspek harga diri (*self esteem*) menurut Coopersmith [6], yaitu perasaan berharga, perasaan mampu dan perasaan diterima. Perasaan berharga merupakan perasaan yang dimiliki oleh individu saat merasa dirinya berharga karena dihargai oleh orang lain. Individu yang merasa dirinya berharga, akan dapat mengekspresikan dirinya dengan baik, dapat menerima kritik dan dapat mengontrol perilaku. Perasaan mampu merupakan perasaan yang dimiliki pada saat individu merasa mampu untuk mencapai suatu hasil yang diharapkan. Individu yang memiliki harga diri positif menyukai tugas baru yang menantang, aktif dan tidak cepat binggung jika segala sesuatu berjalan tidak sesuai dengan rencana. Perasaan mampu dan kompeten ketika melaksanakan tugas, secara bertahap dapat meningkatkan harga diri remaja. Perasaan diterima merupakan perasaan yang dimiliki individu ketika individu diterima sebagai dirinya sendiri oleh suatu kelompok, yaitu diperlakukan sebagai bagian dari kelompok, maka individu tersebut akan merasa dirinya diterima dan dihargai oleh kelompok tersebut.

Terdapat beberapa tipe perokok dilihat dari jumlah rokok yang dikonsumsi, yaitu perokok ringan dengan 7-12 batang/ hari, perokok sedang dengan 12-

24 batang/ hari dan perokok berat diatas 24 batang setiap hari [6].

Tujuan penelitian adalah menggambarkan self esteem (perasaan mampu, perasaan berharga dan perasaan diterima) pada remaja perokok di SMA Islam Lumajang.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif dengan metode kualitatif yaitu penelitian yang menempatkan peneliti sebagai instrumen kunci [7]. Tempat penelitian dilakukan di SMA Islam Lumajang dan waktu penelitian dilaksanakan yakni bulan Mei 2015. Informan dalam penelitian terdiri dari tiga jenis, yaitu 1 orang sebagai informan kunci, 3 orang sebagai informan utama dan 4 orang sebagai informan tambahan [8]. Penentuan informan penelitian menggunakan *snowball sampling* yakni teknik pengambilan sampel dengan bantuan informan kunci [9]. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara mendalam, dokumentasi, triangulasi data dan observasi. Wawancara mendalam dilakukan melalui panduan wawancara yang dapat dimodifikasi seiring jalannya penelitian [10]. Dokumentasi berupa kamera digunakan untuk merekam aktifitas informan dan *hand phone* untuk merekam pembicaraan sehingga memudahkan peneliti untuk menyusun transkrip wawancara. Triangulasi data dilakukan dengan menggabungkan informasi dari pihak lain kemudian di bandingkan dengan informasi informan utama [7]. Lembar observasi digunakan guna melihat perilaku informan utama sebelum dan sesudah mengkonsumsi rokok serta kondisi informan pada saat penelitian berlangsung. Teknik analisis data menggunakan *content analysis*.

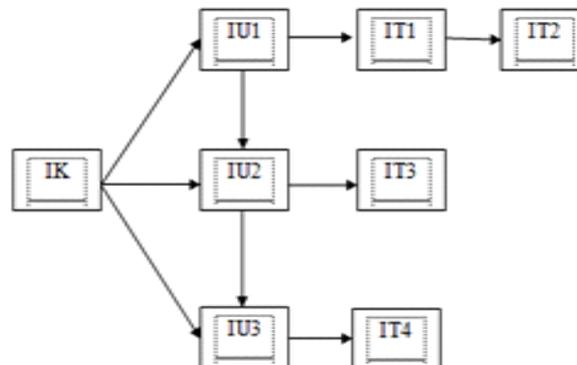
Hasil Penelitian

Proses Pengerjaan Lapangan

Proses awal penelitian dilakukan dengan cara menyebar angket kepada 30 orang warga Lumajang untuk mendapatkan 5 sekolah baik SMP dan SMA sederajat yang paling banyak siswa perokoknya melalui teknik *random sampling*. Setelah didapatkan hasil 5 sekolah, peneliti melakukan studi pendahuluan untuk mendapatkan data sekunder. Berdasarkan hasil studi pendahuluan terpilihlah tiga besar sekolah yang akan dijadikan lokasi penelitian kemudian dikerucutkan kembali menjadi 1 sekolah. Pemilihan SMA Islam Lumajang menjadi lokasi penelitian dikarenakan selain jumlah siswa perokoknya menempati posisi tiga besar dengan kasus siswa merokok di sekolah sebanyak 6 siswa, juga karena lokasi SMAI yang strategis yakni di pusat kota yang berada tidak jauh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Lumajang, bersebelahan dengan Rumah Sakit dan berhadapan dengan sekolah-sekolah yang juga bernafaskan Islam. Selanjutnya peneliti bertemu dengan informan utama untuk melakukan wawancara

mendalam dengan petunjuk yang diberikan informan kunci. Wawancara mendalam juga dilakukan pada informan tambahan. Informan utama yang didapatkan pada penelitian ini berjumlah 3 informan utama.

Alur proses pengerjaan lapangan:



Gambaran Informan Penelitian

Informan dalam penelitian ini terdiri dari 1 informan kunci, 3 informan utama, dan 4 informan tambahan. Informan kunci dalam penelitian ini guru Bimbingan Konseling di SMAI. Informan utama dalam penelitian ini adalah 1 siswa kelas X dan 2 siswa kelas XI. Keseluruhan informan utama berjenis kelamin laki-laki. Peneliti juga menyertakan informan tambahan yaitu 3 siswa SMAI yang tidak lain adalah sahabat dan pacar informan utama serta 1 orang yang merupakan rekan kerja informan utama.

Gambaran Lokasi Penelitian

Kabupaten Lumajang merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Jawa Timur dengan 21 kecamatan. SMA Islam Kabupaten Lumajang merupakan sebuah sekolah swasta mengedepankan unsur-unsur agama Islam mulai dari pembelajaran hingga ekstrakurikuler. SMAI terletak kurang lebih 500 meter dari pusat kota Lumajang. SMAI terletak di Jalan Kyai Ilyas yang merupakan salah satu jalur perdagangan terbesar di Lumajang. Tepat di samping SMAI terdapat Rumah Sakit Bhayangkara dan didepan SMAI berdiri SMP Islam Lumajang dan SD Islam Tompokersan Lumajang.

Karakteristik Predisposisi

Informan	IU1	IU2	IU3
Usia	17	17	19
Kelas	X	X1	XI
Pekerjaan	Siswa, fotografer	Siswa, juru parkir, tukang memberi makan ayam	Siswa, tukang terop, tukang parkir, pedagang mainan, tukang mebel

Hasil Wawancara Mendalam

Faktor Perilaku

- a. Jumlah rokok yang dikonsumsi setiap hari
IU1 dan IU3 menghabiskan 7-12 batang rokok setiap hari. IU2 menghabiskan 12-24 batang setiap harinya.
- b. Waktu merokok
IU1, IU2 dan IU3 merokok pada waktu senggang, habis makan, jam istirahat sekolah, pulang sekolah
- c. Tempat merokok
IU1, IU2 dan IU3 merokok di toilet sekolah, tempat tongkrongan, kantin sekolah, rumah, kamar, tempat kerja
- d. Teman merokok
IU1, IU2 dan IU3 merokok bersama teman sepermainan dan teman kerja. IU2 juga merokok bersama kakak laki-lakinya. IU3 juga merokok bersama ayahnya.
- e. Alasan merokok
IU1 merokok karena takut dibilang seperti anak perempuan oleh temannya serta karena melihat ayahnya merokok. Rokok juga membuat IU1 ketagihan dan membuatnya lebih percaya diri. IU2 merokok awalnya karena coba-coba melihat teman lantas ketagihan. IU2 juga merokok karena melihat ayah dan kakaknya merokok, membuat lebih PD pada awalnya, penghilang stres dan membuat pikiran jernih. IU3 merokok karena iseng hingga menjadi ketagihan. Rokok juga dijadikan IU3 untuk berkhayal, pelepas penat, stres, kejenuhan dan membuat lebih PD.
- f. Usia pertama kali merokok
IU1 merokok pertama kali pada usia 14 tahun. IU2 merokok pertama kali pada usia 9 tahun. IU3 merokok pertama kali pada usia 15 tahun.
IU1, IU2 dan IU3 merokok bersama teman.
- g. Sumber rokok
IU1, IU2 dan IU3 mendapatkan rokok dari warung di sekitar rumah, sekolah dan tempat kerja dan tempat tongkrongan sehari-hari.

Faktor Personal

Merasa mampu

- a. Kemampuan dari aspek sosial merupakan kemampuan individu untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Dilihat dari segi interaksi sosialnya, ketiga informan utama dapat berinteraksi secara baik dengan lingkungannya, dapat bergaul dan bersosialisasi dengan teman sebaya. Hal ini berdasarkan pernyataan informan berikut:
(95:75) “ SMAI bedo ambek arek sekolah liyo sing geng-genganne nemen. Lek aku mbek arek SMAI dadi siji mbak, koyok dulur kabeh, yo menowo karena mek titik pisan kan murid e. Lek ndek SMAI mbak, nduwe opo ngunu iku berbagi mbek kancanne. Nduwe es ngunu iku nggak diombe dewe, ngombe sak sruutt terus digeledakno ben kancanne sing nggak tuku iso

ngerasakno. Mangan bakso kabeh ditawani masio mek titik, nggak dipangan dewe, bedo ambek SMA liyone” . (Selasa, 9 Juni 2015, 19.00 WIB)

102:62) “Ya alhamdulillah mbak, soalnya kan aku ya sekolah ya kerja, jadi temannya beragam. Ada yang temen sekolah, temen kerja, temen kenal di futsal banyak wes mbak. Aku berteman sama siapa aja mbak. Dari golongan atas, tengah, bawah semua e wes mbak” (Kamis, 18 Juni 2015, 18.00 WIB)

- b. Kemampuan secara finansial atau ekonom dinilai dari kesejahteraan kehidupan individu atau diukur dari penghasilan yang didapatkan individu tersebut. Ketiga informan utama merupakan seorang siswa dan juga seorang pekerja. IU1 saat ini berstatus sebagai salah seorang fotografer di sebuah studio foto di Lumajang. Kemampuan mencari posisi yang pas dan keahliannya memainkan kamera serta mengedit foto, sering membawanya pada job perseorangan. Informan utama kedua bekerja sebagai tukang parikir dan pemberi makan ayam. Pekerjaannya memberi makan ayam IU2 lakukan selepas pulang sekolah, sedangkan pekerjaan juru parkir hanya dilakukan ketika ada acara tertentu semisal pameran ataupun konser band. Informan utama yang ketiga bekerja sebagai pemasang terop dan pekerja mebel. Pekerjaan memasang terop IU3 lakukan jika ada pesanan saja, sedangkan untuk mebel IU3 hanya membantu ayahnya yang berprofesi sebagai pengerajin mebel. IU1, IU2 dan IU3 mendapatkan penghasilan Rp. 300.000- Rp.900.000 per bulannya. Ketiga informan utama masih merasa mereka belum mampu dalam segi kemampuan finansial. Ketiganya baru menganggap dirinya mampu secara finansial apabila penghasilan yang mereka dapatkan itu jumlahnya tetap dan bisa membahagiakan orang terdekat mereka.
- c. Kemampuan intelektual dan keterampilan yang dimiliki informan, tergambar melalui pernyataan informan berikut:
(94:57)... .. “ Lomba tartil juara 2 tingkat kabupaten tahun 2010. Lomba terbang Al-Banjari juara 3 di sekolahan lomba antar kelas. Lomba layangan juga mbak” (Selasa, 9 Juni 2015, 19.00 WIB)
(104:104)... .. “Aku dari SMP sampai SMA ikut olimpiade matematika mbak. Waktu SMP aku 3 kali ikut olimpiade tingkat kabupaten dan masuk 15 besar mbak. Pas waktu SMA itu satu kali mbak” (Kamis, 18 Juni 2015, 18.00 WIB)

Perasaan Berharga

Perasaan berharga ketiga informan digambarkan melalui berbagai hal yang mereka lakukan untuk keluarga ataupun teman-temannya seperti pada pernyataan berikut:

(88:80)... .. “Uangnya sebagian saya berikan sama nenek. Saya ingin membuat nenek bangga dan dengan memberi nenek walaupun sedikit karena nenek segalanya buat saya. Saya kayak berarti gitu kalau bisa menyenangkan nenek” (Sabtu, 6 Juni 2015, 19.20 WIB)

(93:39) “Wong kadar duek mbak, lek aku nduwe terus iso mbantu konco aku seneng mbak masio mek titik rasane iku bedo, koyok aku berguna gawe wong liyo, koyok aku iki diregoi mbak sek enek sing njaluk tulung nang aku masio aku dewe yo susah. Aku ngeroso berharga ngunu mbak” (Selasa, 9 Juni 2015, 19.00 WIB)

(102:68)... .. “ya aku bantu mereka juga. Bantu kalau saya bisa ya tak bantu mbak. Bantuan duit, solusi juga banyak yang curhat ke saya. Saya seneng aja mbak bisa mbantu temen-temen saya merasa saya itu berharga lah meskipun bukan orang kaya ataupun kayak mario teguh yang punya kata bijak” (Kamis, 18 Juni 2015, 18.00 WIB)

Perasaan Diterima

Perasaan diterima yang dirasakan informan tergambar melalui pernyataan berikut:

(95:75) “SMAI bedo ambek arek sekolah liyo sing geng-genganne nemen. Lek aku mbek arek SMAI dadi siji mbak, koyok dulur kabeh”. (Selasa, 9 Juni 2015, 19.00 WIB)

(102:66)... .. “Loman semua temenku mbak, baik semua, nggak pelit, saya sering dibantu juga pas ulangan hehehe” (Kamis, 18 Juni 2015, 18.00 WIB)

Faktor Lingkungan

Lingkungan dapat dibedakan menjadi dua, yaitu lingkungan fisik dan lingkungan sosial. Lingkungan fisik meliputi beberapa aspek dalam penelitian ini, yaitu ketersediaan toko yang menjual rokok, ketersediaan dana atau uang yang digunakan untuk membeli rokok serta adanya iklan terkait rokok. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, didapatkan hasil bahwa terdapat toko disekitar sekolah, tempat kerja dan sekitar rumah para informan utama sehingga memudahkan mereka untuk mendapatkan rokok. Kemudahan yang diberikan oleh toko yang memperbolehkan konsumennya untuk membeli secara ecer kian memperkuat alasan informan untuk membeli rokok tanpa harus mempertimbangkan harga rokok yang mahal jika dibeli 1 *pack* langsung. Uang yang dipergunakan untuk membeli rokok juga bervariasi mulai dari uang saku hingga uang dari hasil bekerja. Iklan terkait rokok tidak begitu berperan penting dalam pengkonsumsian rokok ketiga informan

tersebut. Bahkan, iklan rokok dianggap lucu dan tidak masuk akal.

Lingkungan sosial terdiri dari lingkungan keluarga, teman dan lingkungan sekolah. Keluarga merupakan akar dari tumbuh kembang remaja. Sebuah keluarga yang baik, terdiri dari ayah, ibu dan anak. Ketiga komponen tersebut memiliki fungsi dan peran masing-masing. Perilaku kedua orang tua, akan dijadikan refleksi atau gambaran perilaku sang anak. Ketika terdapat anggota keluarga seperti ayah dan kakak yang merokok, maka anak akan cenderung meniru perilaku tersebut seperti yang terjadi pada ketiga informan pada penelitian ini. Pola asuh keluarga juga sangat berpengaruh terhadap perilaku merokok anak. Hal tersebut terjadi pada IU1 yang diasuh oleh kakek dan neneknya. Minimnya pengawasan dari kakek dan neneknya serta kebebasan yang diberikan membuat IU1 merokok tanpa beban di lingkungan rumahnya. Ibu yang bekerja jauh di luar negeri serta ayah yang tidak tinggal serumah dengan IU1 menjadikan rokok sebagai pelarian masalahnya. Pola asuh orang tua yang dirasakan oleh IU2 dan IU3 membawa keduanya menjadi sosok yang lebih dapat mempertanggung jawabkan apa yang mereka lakukan. Terbukti dengan rokok yang dibelinya dengan menggunakan uang hasil jerih payah mereka bukan uang dari orang tua.

Teman memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap perilaku merokok IU1, IU2 dan IU3. Memiliki banyak teman yang juga perokok aktif menjadikan mereka susah untuk berhenti merokok. SMAI merupakan sekolah yang menggunakan CCTV untuk memantau perilaku siswanya selama di sekolah.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa IU1 dan IU3 tergolong perokok ringan sedangkan IU2 merupakan perokok sedang. Jumlah pengkonsumsian rokok oleh ketiga informan utama menguatkan penelitian yang dilakukan oleh Yayasan Kanker Indonesia (YKI) pada tahun 2007 terkait survei rokok pada remaja. YKI menyebutkan bahwa remaja laki-laki dengan usia 15-19 tahun, umumnya mengkonsumsi rokok sebanyak 11-20 batang setiap hari. Hasil penelitian juga sesuai dengan hasil survei yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Nasional pada tahun 2013 yang menyatakan bahwa rata-rata masyarakat Indonesia mengkonsumsi rokok sekitar 10 batang atau lebih setiap harinya. Pengkonsumsian pada remaja di negara berkembang 3x lebih banyak dibandingkan dengan pengkonsumsian rokok pada remaja di negara maju [2].

Waktu merokok para informan utama rata-rata sama, yakni pada waktu senggang. Waktu senggang ketika di sekolah yaitu pada jam istirahat atau pulang sekolah. Waktu senggang ketika di rumah dan waktu senggang ketika istirahat kerja juga merupakan waktu untuk merokok bagi para informan. Perilaku merokok informan termasuk *pleasure relaxation*, yaitu sebuah

perilaku untuk menambah dan meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat [12].

Ditinjau dari tempat merokok dapat diketahui tipe perilaku merokoknya. Informan yang memilih tempat tongkrongan dan tempat kerja untuk lokasi merokok termasuk tipe perokok yang homogen. Perokok homogen adalah perokok yang merokok secara bergerombol diantara komunitas perokoknya. Kondisi tersebut tergambar melalui tempat tongkrongan dan tempat kerja informan yang keseluruhan penghuninya merupakan perokok aktif. Pemanfaatan toilet menjadi tempat merokok mencerminkan bahwa perokok tersebut senang berfantasi. Pemilihan kamar tidur pribadi menjadi tempat merokok menggambarkan tipe perokok yang kurang menjaga kebersihan, penuh rasa gelisah dan mencekam [12]. Hal ini sesuai dengan teori kognitif sosial, dimana faktor lingkungan yang dalam hal ini tempat yang nyaman berpengaruh pada perilaku merokok remaja. Pemanfaatan KTR perlu diterapkan sehingga perokok mempunyai tempat khusus untuk merokok sehingga tidak merugikan orang lain lewat asap rokok yang terhirup.

Merokok dapat dilakukan perseorangan atau secara berkelompok. Umumnya para informan merokok secara berkelompok dengan teman-teman di sekolah, teman di sekitar rumah maupun tempat kerjanya. Anggota keluarga yang juga perokok seperti ayah dan kakak dapat menjadi teman untuk merokok. Teman merokok dapat berdampak pada jumlah rokok yang dikonsumsi. Kondisi tersebut sejalan dengan informasi yang diberikan informan utama kedua. IU2 menyatakan bahwa ia dapat menghabiskan hingga 2 *pack* ketika bersama teman-temannya yang juga perokok. Sedangkan IU3 merupakan contoh bahwa teman merokoknya dapat pula membatasi pengkonsumsian rokok pada dirinya, karena teman merokok ketika di rumah adalah sang ayah. Hal ini sesuai dengan teori kognitif sosial yang menyebutkan adanya keterkaitan antara faktor lingkungan yang dalam hal ini pertemanan terhadap perilaku merokok beserta jumlah rokok yang dikonsumsinya.

Alasan yang melatar belakangi seorang remaja untuk merokok bermacam-macam. Rasa ingin tahu yang tinggi pada remaja serta tidak diimbangnya filterisasi akan pengaruh yang ada, dapat berdampak buruk. Perilaku merokok diawali oleh rasa ingin tahu dan pengaruh teman sebaya. Modelling atau meniru perilaku orang lain menjadi salah satu determinan dalam memulai perilaku memulai perilaku merokok pada remaja. Kandungan nikotin yang terdapat pada rokok menimbulkan ketergantungan. Ketergantungan ini membuat para informan kesulitan untuk berhenti merokok karena rasa ketagihan yang sudah ditimbulkan serta sudah menjadi kebiasaan setiap harinya. Kondisi serupa juga pernah diungkapkan oleh Oskamp yang menyatakan bahwa setelah merokok untuk pertama kalinya, remaja akan merasa ketagihan dan dengan berbagai alasan seperti kebiasaan, menurunkan kecemasan dan stres serta untuk

mendapatkan penerimaan atau pengakuan di masyarakat akan terus merokok. Merokok juga dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri yang berujung pada peningkatan harga diri mereka [13].

Usia awal merokok dapat mempengaruhi keberlanjutan merokok pada remaja. Usia awal merokok tertinggi terletak pada usia 5-19 tahun jika dibandingkan dengan golongan umur yang lain [14]. IU2 merokok pertama kali pada usia 9 tahun. Hal ini terjadi karena faktor lingkungan rumahnya dipenuhi oleh perokok aktif. Hal ini sesuai dengan teori kognitif sosial bahwa faktor teman sebaya mempengaruhi perilaku merokok seseorang dan rokok juga berpengaruh terhadap pertemanan. Hal ini tercermin pada IU1 yang merokok karena tidak ingin dianggap seperti anak perempuan dan dijauhi temannya. Keberadaan toko yang menjual rokok serta kemudahan untuk membeli rokok karena dapat dibeli secara ecer membuat remaja lebih mudah mendapatkan rokok.

Faktor personal merupakan faktor yang timbul dari dalam diri individu. Personaliti yang merupakan bagian dari faktor personal adalah sifat yang membedakan, sesuatu yang relatif dalam berfikir, merasakan serta bertindak laku. Komponen tersebut yang menjadi karakteristik individu dalam menghadapi situasi tertentu [15]. Faktor personal meliputi pengetahuan, biologis dan afektif. *Self esteem* termasuk dalam afektif. *Self Esteem* disebut juga harga diri merupakan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri yang dikategorikan menjadi beberapa jenis yaitu *self esteem* tinggi, *self esteem* sedang dan *self esteem* rendah. *Self esteem* pada individu yang satu akan berbeda dengan *self esteem* yang dimiliki individu yang lain. Terdapat tiga indikator dari *self esteem*, yaitu merasa mampu, merasa berharga dan merasa diterima [16].

Kemampuan dari aspek pengetahuan lebih mengarah kepada kemampuan IQ atau intelektualnya. Kemampuan keterampilan merupakan kemampuan yang lebih mengutamakan keindahan, rasa, ketelitian serta keahlian tertentu untuk membuat atau melakukan sesuatu yang dikehendaki. Kemampuan emosional dapat dilihat melalui EQ, yaitu cara individu tersebut mengontrol emosi yang ada di dalam dirinya. Kematangan emosional merupakan hal yang terpenting dalam kemampuan secara emosional [17].

Perasaan berharga yang dimiliki manusia pada dasarnya mengacu pada piramida kebutuhan nomor 4 yaitu kebutuhan akan penghargaan. Maslow menyatakan bahwa setiap manusia membutuhkan penghargaan, menghargai diri sendiri dan juga menghargai orang lain. Setiap individu perlu untuk melibatkan dirinya demi mendapatkan pengakuan dan mempunyai kegiatan atau kontribusi kepada orang lain serta nilai diri, baik di dalam pekerjaan ataupun hobi. Terdapat dua tingkatan kebutuhan penghargaan atau penghormatan yang dibutuhkan setiap manusia. Tingkatan pertama atau tingkatan yang lebih rendah

terkait dengan unsur ketenaran, rasa hormat dan kemuliaan. Tingkatan yang kedua atau tingkatan yang lebih tinggi mengikat kepada konsep kepercayaan diri, kompetensi dan prestasi. Individu yang merasa dirinya kurang berharga bagi individu lain atau merasa kurang dihargai oleh individu lain dapat dikatakan memiliki harga diri atau *self esteem* yang rendah. Individu yang merasa dirinya berharga untuk individu lain serta merasa dirinya dihargai oleh individu lain dapat dikatakan memiliki harga diri atau *self esteem* yang tinggi. Hirarki kebutuhan manusia yang ketiga adalah kebutuhan akan penerimaan diri dalam kelompok sosial individu. Kelompok sosial yang dimaksud mulai dari kelompok sosial terkecil yaitu keluarga, teman sepermainan, pasangan, teman sekolah, rekan kerja hingga teman satu tim olahraga. Individu membutuhkan sebuah rasa diterima dari individu atau kelompok lain. Ketika kebutuhan akan hal ini tidak terpenuhi maka individu tersebut menjadi rentan merasa sendirian, gelisah, depresi hingga kepercayaan diri yang cenderung menurun. Kepercayaan diri seseorang juga dapat meningkat apabila mendapatkan penerimaan yang baik dari lingkungan maupun kelompok sosialnya. Ketiga informan merasa bahwa dirinya mereka diterima dengan baik di kelompoknya masing-masing. Diterimanya IU1, IU2 dan IU3 oleh kelompoknya merupakan hubungan sebab akibat. Ketiga informan utama senang menolong rekannya baik dalam hal material maupun non material. Kondisi demikian membuat rekan sepermainan maupun rekan sejawat informan menerima informan dengan baik di lingkungan maupun kelompoknya.

Faktor personal, faktor perilaku dan faktor lingkungan menjadi satu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan satu sama lain. Ketiga komponen tersebut saling berhubungan satu sama lain. Perilaku merokok remaja dipengaruhi oleh lingkungan sehingga berpengaruh pada faktor personalnya yaitu *self esteem* dan juga sebaliknya. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang digunakan peneliti yaitu teori kognitif sosial. Hasil penelitian ini juga menunjang penelitian yang dilakukan oleh Veselska tahun 2009 di Slovakia. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara harga diri dengan keinginan untuk mengkonsumsi rokok dan ganja pada remaja dengan tidak melihat jenis kelamin. Penelitian ini melibatkan 3694 remaja (usia rata-rata 14,3 tahun) pada SLTP yang ada di Slovakia dengan menggunakan skala harga diri Rosenberg. Penelitian ini berfokus pada hubungan harga diri dengan perilaku kesehatan, apakah harga diri (*self esteem*) dapat meningkatkan atau membahayakan kesehatan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan awal mula dan keberlanjutan pengonsumsi rokok pada remaja tersebut. Penelitian lain dilakukan oleh Ade Maya tahun 2012, yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan perilaku merokok dengan harga diri (*self esteem*) remaja dengan nilai *p value* 0,025. Berdasarkan penjelasan tersebut,

maka peneliti tertarik untuk meneliti *self esteem* pada remaja perokok di SMA Islam Kabupaten Lumajang.

Simpulan dan Saran

Hasil di lapangan menyebutkan bahwa ketiga informan utama merasa mampu, merasa dihargai serta diterima oleh rekan sepermainan dan rekan sejawatnya. Penerimaan, penghargaan serta dianggap mampunya ketiga informan tersebut merupakan hubungan sebab akibat dari apa yang dilakukan para informan. Pengaruh teman sebaya dan teman kerja merupakan faktor yang berpengaruh paling besar terhadap perilaku merokok pada remaja SMA Islam Lumajang. Fakta di lapangan juga menunjukkan bahwa iklan rokok tidak berpengaruh pada pengonsumsi rokok guna meningkatkan *self esteem* pada remaja, khususnya remaja SMAI. Ketiga faktor yaitu faktor personal, faktor perilaku dan lingkungan saling mempengaruhi satu sama lain dan tidak bisa dipisahkan. Faktor personal atau *self esteem* pada remaja akan berdampak pada perilaku remaja sehari-hari dan berdampak pada lingkungan sekitarnya. Perilaku merokok remaja dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan faktor personal dalam diri individu tersebut. Selain dipengaruhi, perilaku merokok juga dapat mempengaruhi lingkungan sekitarnya seperti ketidaknyamanan individu lain akibat asap rokok yang ditimbulkan.

Alternatif saran atau rekomendasi yang dapat diberikan dari penelitian ini adalah 1) memasukkan materi terkait rokok dan remaja kepada siswa agar pengetahuannya meningkat dan menekan perilaku merokok pada siswa; 2) Pihak orang tua dan orang tua menjaga hubungan yang baik dengan anak yang mulai memasuki usia remaja sehingga dapat mengawasi dengan baik perkembangan remaja tersebut; 3) Para guru dan orang tua hendaknya memberikan contoh yang baik kepada anak sehingga dapat menjadi panutan, paling tidak hindari merokok di depan anak agar meminimalisir anak untuk meniru perilaku merokok; 4) Pemberian sanksi berupa hukuman fisik seperti berlari keliling lapangan serta membuat makalah tentang rokok dan bahaya sebaiknya digunakan untuk siswa yang ketahuan merokok di sekolah supaya siswa jera dan tidak menggulangi lagi perbuatannya serta memberikan pengetahuan secara tidak langsung kepada siswa akan bahaya yang ditimbulkan oleh rokok.

Daftar Pustaka

- [1] Bustan MN. Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Cetakan ke-2. Jakarta: Rineka Cipta; 2007.
- [2] Kim. Remaja Masa Kini. Yogyakarta: Gramedia; 2004.
- [3] Wijaya. Perokok Aktif dan Perokok Pasif. Samarinda: PT. Bhirawa Makmur. 2011.
- [4] Santrock JW. Psikologi Pendidikan (edisi kedua). (Penerjemah Tri Wibowo B.S). Jakarta: Kencana; 2007.

- [5] Cahana. Perkembangan Remaja Indonesia. Palembang: PT. Mutiara Indah; 2006.
- [6] Sriati. Kepribadian dan Aplikasinya. Yogyakarta: Gramedia; 2007.
- [7] Sugiyono. Memahami Penelitian Kualitatif. Bandung: CV. Alfabeta; 2012.
- [8] Suyanto B. Metodologi Penelitian Sosial: berbagai alternatif pendekatan. Jakarta : Prenada Media; 2005.
- [9] Subagyo. Teknik-Teknik Penentuan Sampel Penelitian. Jakarta : Gramedia; 2006.
- [10] Bungin B. Metodologi Penelitian Kualitatif. Jakarta: Rajawali Press; 2011.
- [11] Nasution. Remaja dan Rokok. Medan: PT. Gudang Ilmu; 2007.
- [12] Mu'tadin Z. Kemandirian Sebagai Kebutuhan Psikologi Pada Remaja. <http://www.e-psikologi.com/remaja.050602.htm>; 2005.
- [13] Mahendra A. Perkembangan Kehidupan. Bandung : PT. Mulya Sentosa; 2004.
- [14] Wijaya. Perokok Aktif dan Perokok Pasif. Samarinda: PT. Bhirawa Makmur; 2011.
- [15] Hidayat Rahmat. Perkembangan Remaja. Yogyakarta: PT. Mulya Sejahtera; 2011.
- [16] Narendra. Perkembangan Remaja Era Modern. Makasar: Gramedia; 2005.
- [17] Suryabrata Y. Macam Emosi dan Pengendalinya. Makasar; Gramedia; 2004.