

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Self Esteem

1. Pengertian Self Esteem

Menurut Santrock *Self Esteem* merupakan dimensi evaluasi secara umum terhadap diri sendiri. Biasanya mengacu pada self image dan merefleksikan kepercayaan diri serta kepuasan individu terhadap diri mereka, *Self Esteem* merupakan dimensi evaluasi secara umum terhadap diri sendiri. Biasanya mengacu pada self image dan merefleksikan kepercayaan diri serta kepuasan individu terhadap diri mereka.¹⁸ Makna nya secara sederhana menurut Santrock *Self Esteem* adalah penilaian pada dirinya sendiri dan terefleksikan melalui kepercayaan diri individu serta kepuasan individu pada dirinya sendiri.

Menurut Baumeister *Self Esteem* tinggi dapat merujuk pada persepsi yang tepat atau benar mengenai martabatnya sebagai seorang pribadi, termasuk keberhasilan dan pencapaiannya. Sebaliknya individu dengan harga diri rendah mempersepsikan dirinya memiliki keterbatasan, penyimpangan, atau bahkan kondisi yang tidak aman.¹⁹ Artinya ketika individu yang berharga atau memiliki harga diri tinggi akan memiliki anggapan yang baik-baik atau positive tentang keberhasilan dan pencapaian yang ada pada dirinya sendiri ,sedangkan individu yang harga diri nya rendah akan mempunyai anggapan dirinya ini tidak bisa melakukan apa-apa, merasa tidak pantas atau menyimpang bahkan merasa masadepan nya akan suram dimana kondisinya yang tidak aman.

Menurut Baron & Byrne *Self Esteem* adalah evaluasi terhadap diri yang di buat oleh setiap individu. *Self Esteem* merujuk pada sikap seseorang terhadap dirinya sendiri mulai dari sangat negatif sampai sangat positif.²⁰ *Self Esteem* menurut Baron & Byrne adalah evaluasi diri sendiri yg di lakukan individu, *Self Esteem* berisi penilaian individu pada diri sendiri mulai dari hal positive sampai hal negative.

¹⁸ Santrock, John W. 2004. *Adolescence*, Edisi Enam. Jakarta : Erlangga 336

¹⁹ Santrock, John W., 2007. *Perkembangan Anak*, Edisi Kesebelas. Jakarta: Erlangga

²⁰ Baron, R., & Byrne, D. 2004. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga. 173

Sedangkan menurut Coopersmith *Self Esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya, terutama sikap menerima, menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan, keberhargaan”.²¹ Secara singkat, *Self Esteem* adalah sebuah Personal judgment yang berisi mengenai perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya sendiri.

Menurut Maslow, melihat harga diri sebagai suatu kebutuhan yang harus dipenuhi oleh manusia. Kebutuhan akan rasa harga diri ini oleh Maslow dibagi menjadi dua bagian, yaitu:

- a. Penghormatan atau penghargaan dari diri sendiri yang mencakup hasrat untuk memperoleh kompetensi, rasa percaya diri, kekuatan pribadi, adekuasi, kemandirian dan kebebasan. Individu ingin mengetahui atau yakin bahwa dirinya berharga serta mampu mengatasi segala tantangan dalam hidupnya.
- b. Penghargaan dari orang lain, antara lain prestasi. Dalam hal ini individu butuh penghargaan atas apa-apa yang dilakukannya disini individu akan berusaha memenuhi kebutuhan akan harga diri, apabila kebutuhan akan rasa cinta dan rasa memilikinya telah terpenuhi atau terpuaskan.²²

Sedangkan dalam islam sendiri juga terdapat istilah *Self Esteem* atau evaluasi diri yaitu muhasabah diri, dan dalam ayat Al Qur'an terdapat ayat yang berbunyi :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah. Hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok. Bertakwalah kepada Allah. Sungguh, Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.” (QS. Al-Hasyr:18).

Dalam ayat tersebut adalah anjuran untuk umat islam untuk bertakwa pada Allah Swt dan melihat apa yang telah dia lakukan hari ini untuk memperbaiki diri di esok hari, Intinya dalam ayat tersebut menganjurkan untuk seorang muslim untuk mengevaluasi diri agar menjadi pribadi yang lebih baik.

²¹ Coopersmith, S 1967. *The Antecedents Of Self-Esteem*. USA Sanfrancisco : WH. Freeman. 75

²² Sarwono, Sarlito, W. 2002. *Psikologi Sosial: Individu dan teori teori psikologi sosial*. Jakarta: Balai Pustaka. 174

2. Aspek *Self Esteem*

Menurut Coopersmith terdapat empat aspek : kekuatan, signifikan, kebajikan dan kompetensi:

a. Keberartian Diri (Significance)

Hal itu membuat individu cenderung mengembangkan harga diri yang rendah atau negatif. Jadi, berhasil atau tidaknya individu memiliki keberartian diri dapat diukur melalui perhatian dan kasih sayang yang ditunjukkan oleh lingkungan.

b. Kekuatan Individu (Power)

Kekuatan di sini berarti kemampuan individu untuk mempengaruhi orang lain, serta mengontrol atau mengendalikan orang lain, di samping mengendalikan dirinya sendiri. Apabila individu mampu mengontrol diri sendiri dan orang lain dengan baik maka hal tersebut akan mendorong terbentuknya harga diri yang positif atau tinggi, demikian juga sebaliknya. Kekuatan juga dikaitkan dengan inisiatif. Pada individu yang memiliki kekuatan tinggi akan memiliki inisiatif yang tinggi. Demikian sebaliknya.

c. Kompetensi (Competence)

Kompetensi diartikan sebagai memiliki usaha yang tinggi untuk mendapatkan prestasi yang baik, sesuai dengan tahapan usianya. Misalnya, pada remaja putra akan berasumsi bahwa prestasi akademik dan kemampuan atletik adalah dua bidang utama yang digunakan untuk menilai kompetensinya, maka individu tersebut akan melakukan usaha yang maksimal untuk berhasil di bidang tersebut. Apabila usaha individu sesuai dengan tuntutan dan harapan, itu berarti individu memiliki kompetensi yang dapat membantu membentuk harga diri yang tinggi. Sebaliknya apabila individu sering mengalami kegagalan dalam meraih prestasi atau gagal memenuhi harapan dan tuntutan, maka individu tersebut merasa tidak kompeten. Hal tersebut dapat membuat individu mengembangkan harga diri yang rendah.

d. Ketaatan Individu Dan Kemampuan Memberi Contoh atau kebajikan (Virtue)

Ketaatan individu terhadap aturan dalam masyarakat serta tidak melakukan tindakan yang menyimpang dari norma dan ketentuan yang berlaku di

masyarakat akan membuat individu tersebut diterima dengan baik oleh masyarakat. Demikian juga bila individu mampu memberikan contoh atau dapat menjadi panutan yang baik bagi lingkungannya, akan diterima secara baik oleh masyarakat.²³ Jadi ketaatan individu terhadap aturan masyarakat dan kemampuan individu memberi contoh bagi masyarakat dapat menimbulkan penerimaan lingkungan yang tinggi terhadap individu tersebut. Penerimaan lingkungan yang tinggi ini mendorong terbentuknya harga diri yang tinggi. Demikian pula sebaliknya.

Kesimpulannya, Berdasarkan uraian diatas *Self Esteem* adalah penilaian pada dirinya sendiri dan terefleksikan melalui kepercayaan diri individu serta kepuasana individu pada dirinya sendiri, yang berisi penilaian individu pada diri sendiri mulai dari hal positive sampai hal negative dan Secara singkat, *Self Esteem* adalah sebuah Personal judgment yang berisi mengenai perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya sendiri.

Ketika individu yang berharga atau memiliki harga diri tinggi akan memiliki anggapan yang baik-baik atau positive tentang keberhasilan dan pencapaian yang ada pada dirinya sendiri ,sedangkan individu yang harga dirinya rendah akan mempunyai anggapan dirinya ini tidak bisa melakukan apa-apa, merasa tidak pantas atau menyimpang bahkan merasa masadepannya akan suram dimana kondisinya yang tidak aman.

3. Karakteristik *Self Esteem*

Self Esteem seorang Individu tergantung bagaimana individu tersebut menilai tentang dirinya sendiri, dimana hal ini berpengaruh pada perilaku individu tersebut dalam kehidupannya sehari-hari. Penilaian tersebut di ungkapkan oleh individu dalam bentuk sikap-sikap yang bersifat tinggi dan rendah atau baik dan buruk. Manfaat memilikinya *Self Esteem* yang tinggi menurut Tambunan²⁴ yaitu antara lain:

- a. Individu akan semakin kuat dalam menghadapi penderitaan-penderitaan hidup, semakin tabah, dan semakin tahan dalam menghadapi tekanan kehidupan, serta tidak mudah menyerah dan putus asa.

²³ Coopersmith, S 1967. The Antecedents Of Self-Esteem. USA Sanfrancisco : WH. Freeman. 83

²⁴ S. P. Tambunan. 2009. Harga Diri. Jakarta: Erlangga. 34

- b. Individu semakin kreatif dalam bekerja.
 - c. Individu semakin ambisius, tidak hanya dalam karier dan urusan financial, tetapi dalam hal-hal yang ditemui dalam kehidupan baik secara emosional, kreatif maupun spiritual.
 - d. Individu akan memiliki harapan yang besar dalam membangun hubungan yang baik dan konstruktif.
 - e. Individu akan semakin hormat dan bijak dalam memperlakukan orang lain, karena tidak memandang orang lain sebagai ancaman. Memiliki harga diri yang tinggi merupakan suatu hal yang penting dalam kehidupan manusia. Sampai-sampai dapat mempengaruhi karir hal ini juga sangat di butuhkan oleh para remaja dalam proses mencari jati diri dan identitas dirinya.
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Self Esteem*

Menurut Coopersmith²⁵ terbentuk nya *Self Esteem* dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu :

1. Latar belakang social Latar belakang sosial meliputi :

- a. Kelas Sosial

Kelas social merupakan aspek yang berhubungan dengan status social ekonomi. Kelas sosial umum klasifikasikan dalam tiga tingkatan yaitu kelas atas kelas menengah, kelas bawah. Tingkat pendidikan, pekerjaan dan pendapatan keluarga akan menempatkan individu dalam kedudukan kelas social tertentu dalam masyarakat yang kemudian akan mempengaruhi harga diri seseorang. Orang tua yang berada pada kelas social atas akan mempengaruhi terbentuknya harga diri yang tinggi pada anak. Anak akan merasa bangga dan merasa dirinya berharga karena kebutuhannya selalu terpenuhi dan bisa menikmati fasilitas yang dimiliki orang tuanya. Anaknya yang berasal dari kelas social menengah mempunyai harga diri yang menengah pula. Hal ini disebabkan orang tua dapat memberikan kebutuhan anak secukupnya beranggapan dirinya tidak berharga dibanding teman-temannya yang lain.

- b. Agama

Agama sebagai kepercayaan ritual terorganisasi secara social dan diberlakukan oleh anggota masyarakat. Setiap agama memiliki jumlah

²⁵ Coopersmith, S 1967. *The Antecedents Of Self-Esteem*. USA Sanfrancisco : WH. Freeman. 90

pemeluk dan nilai-nilai yang berbeda dengan agama lainnya. Hal tersebut berpengaruh pada harga diri seseorang. Anak yang berasal dari agama yang berbeda dengan mereka yang agamanya dianut oleh kaum minoritas. Demikian pula dengan ketaatan seseorang terhadap nilai-nilai agama yang dianutnya membuat dirinya memiliki rasa bangga dan bahagia. Perasaan bangga ini membuat individu memiliki harga diri yang tinggi.

c. Riwayat pekerjaan orangtua

Orangtua yang memiliki pekerjaan tetap dan dapat meraih prestasi dalam pekerjaannya akan memberikan rasa aman dan bangga pada diri anak. Keadaan seperti membuat anak menilai dirinya secara positif. Sebaliknya, orangtua yang pekerjaannya, bahkan pernah dipecat pada suatu jabatan tertentu, akan berdampak pada diri anak dan akibatnya dan mempengaruhi cara penilaian anak terhadap dirinya sendiri. Anak akan merasa malu, tidak memiliki harga diri, dan tidak berguna baik dirinya sendiri maupun bagi orang lain. Hal ini dapat mengakibatkan anak memiliki harga diri yang rendah.²⁶

2. Karakteristik pengasuhan

Karakteristik pengasuhan meliputi hal-hal sebagai berikut :

a. Harga diri dan stabilitas ibu

Hubungan emosional antara ibu dan anak biasanya sangat dekat sehingga apa yang dirasakan oleh ibu akan dilihat dan dihayati oleh anak dan akhirnya akan mempengaruhi kepribadian anak termasuk harga dirinya. Demikian pula dengan stabilitas emosional ibu akan tercermin pada diri anak. Ibu yang memiliki emosi yang stabil biasanya tenang sehingga tidak menyebabkan anak merasa bingung. Sebaliknya, ibu yang memiliki harga diri dan pribadi yang tidak stabil akan tercermin pula pada diri anak. Anak akan memandang dirinya sebagai orang yang sama seperti apa yang dialami oleh ibunya sehingga anak tidak bisa menilai secara positif akan dirinya sendiri.

b. Nilai-nilai pengasuhan

Menerapkan nilai-nilai yang positif pada anak perlu dilakukan oleh orang tua. Dalam proses sosialisasi terkandung anak memiliki sikap atau

²⁶ Coopersmith, S 1967. *The Antecedents Of Self-Esteem*. USA Sanfrancisco : WH. Freeman. 91

pendirian yang bertentangan dengan ketentuan social, maka dari itu orang tua dituntut untuk meluruskan kembali perilaku anak yang kurang tetap tersebut. Bila orang tua gagal menangani perilaku, maka orang tua dianggap telah gagal dalam mengembangkan harga diri yang tinggi pada diri anak mereka.

c. Riwayat perkawinan

Remaja yang berasal dari keluarga yang kacau biasanya lebih banyak mengalami kesulitan dalam hubungan social daripada remaja yang berasal dari keluarga yang utuh. Keadaan orang tua yang seperti itu menyebabkan sulit bagi anak menerima kenyataan yang pada akhirnya akan berpengaruh pada harga diri remaja itu sendiri. Anak akan merasa malu, bingung dan takut terhadap masa depan dan kehidupannya karena kehilangan percaya diri. Perkawinan kembali dari orang tua juga akan berakibat harga diri rendah pada anak. Coopersmith mengemukakan bahwa anak-anak yang berasal dari orang tua tiri dan orang tua wali akan memiliki harga diri yang rendah.

d. Perilaku peran pengasuhan

Anak yang memiliki harga diri yang tinggi biasanya berasal dari ayah dan ibu yang berperan sama dalam mengasuh anak-anaknya. Perbedaan peran antara ayah dan ibu dalam mengasuh anak menyebabkan anak menjadi bingung tidak tahu mana yang harus didengar atau dipatuhi, apakah ayah atau ibu. Demikian pula halnya dengan orang tua yang tidak dapat melakukan perannya sebagai orang tua bagi anak-anaknya. Keadaan seperti ini mempengaruhi perkembangan pribadi anak dan menyebabkan terbentuknya harga diri yang rendah pada diri anak.

e. Peran pengasuhan ayah

Berdasarkan studi yang dilakukan oleh cooperstmith pada ibu dan anak bahwa kelompok anak memiliki harga diri positif dari ayah yang memiliki hubungan lebih dekat dan hangat dengan anak-anaknya. Hal ini disebabkan karena anak-anaknya merasa bahwa dirinya dihargai dan dilindungi dengan penuh kehangatan sehingga perasaan seperti ini membuat dirinya bangga dan memiliki harga diri yang positif.

f. Interaksi ayah dan ibu

Pola interaksi antara ayah dan ibu yang kasar dan keras diharapkan anak-anaknya akan terbaca oleh anaknya dan membuat mereka merasa tidak nyaman, tegang, takut dan tidak memiliki rasa percaya diri. Hal ini akan berakibat pada terbentuknya harga diri yang rendah pada diri anak. Anak-anak dengan harga diri yang tinggi jarang sekali menyaksikan dan merasakan ketegangan antara ayah dan ibunya.²⁷

3. Karakteristik Subjek

Adapun karakteristik subjek meliputi beberapa hal sebagai berikut:

a. Atribut fisik

Permasalahan yang sering dialami remaja adalah atribut fisik. Postur tubuha yang dinilai kurang ideal oleh orang lain maupun diri sendiri terkadang menyebabkan remaja malu untuk berhubungan dengan orang lain, tidak percaya diri cenderung menjadi pendiam dan malas bergaul. Keadaan tersebut dapat mempengaruhi kepribadiannya termasuk harga dirinya, mereka akan nilai dirinya sebagai orang yang tidak memiliki harga diri yang positif.

b. Kemampuan umum

Intelegensi atau kemampuan umum dapat mempengaruhi harga diri seseorang. Bila individu memiliki gambaran yang pasti tentang dirinya sebagai orang yang mampu menghadapi tantangan baru, memiliki rasa percaya diri, harga diri serta tidak putus asa apabila menghadapi kegagalan. Individu seperti ini dapat di golongkan sebagai orang yang memiliki harga diri tinggi. Sebaliknya orang yang mempunyai kemampuan umum di bawah rata-rata akan memandang dirinya sebagai orang tidak berharga atau tidak berguna baik dirinya sendiri maupun bagi orang lain. Dia selalu merasa takut menghadapi tantangan yang baru, tidak aktif dan cepat putus asa dalam menghadapi kesulitan. Individu seperti ini adalah orang yang mempunyai harga diri yang rendah.

c. Pernyataan sikap

Seseorang yang menilai dan menyatakan dirinya sebagai orang yang tidak mampu melakukan tugas-tugas yang dibebankan kepadanya, maka ia akan mengembangkan perasaan tak bernilai dan sering merasa sedih,

²⁷ Coopersmith, S 1967. *The Antecedents Of Self-Esteem*. USA Sanfrancisco : WH. Freeman. 92

depresi, malas dan murung. Keadaan seperti ini akan berpengaruh pada terbentuknya harga diri yang negative.

d. Masalah dan penyakit

Menurut coopersmith orang yang harga dirinya cenderung rendah sering mengalami gejala seperti: penyakit menular, penyakit turunan, menurunnya nafsu makan dan gelisah dari pada orang yang termasuk dalam kategori harga diri yang tinggi. Hal ini disebabkan karena individu secara terus menerus merasa bahwa penyakit yang dialaminya sebagai masalah yang serius. Dengan demikian ia akan mengembangkan perasaan terhadap dirinya sebagai orang yang tidak berharga dan tidak berguna bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

e. Nilai-nilai diri

Setiap orang menginginkan penilaian positif terhadap dirinya, akan tetapi dalam kehidupan social pada umumnya tidak semua orang selalu dapat memberikan penilaian yang positif terhadap dirinya sendiri. Hal ini disebabkan adanya perbedaan individu. Individu yang selalu memandang dirinya sebagai orang yang lebih atau sama dengan orang lain cenderung dapat mengembangkan harga dirinya yang positif dalam dirinya.

f. Aspirasi

Hal yang berhubungan dengan inspirasi adalah keberhasilan. Istilah keberhasilan memiliki makna yang berbeda untuk setiap orang. Rasa tidak berhasil dari usahanya dapat menimbulkan kekecewaan dan merasa dirinya sebagai orang yang tidak akan pernah berhasil karena memiliki kemampuan dan tidak berguna bagi dirinya sendiri maupun bagi orang lain.²⁸

4. Riwayat Awal dan pengalaman

Factor ini meliputi beberapa hal diantaranya:

a. Ukuran dan posisi dalam keluarga

Anak yang berasal dari keluarga yang lebih baik dari tiga orang anak akan terjadi persaingan antara saudara untuk mendapatkan perhatian yang lebih dari orang tuanya. Selain itu, posisi dalam keluarga juga memberikan pengaruh penting dalam pengalaman social anak.

²⁸ Coopersmith, S 1967. The Antecedents Of Self-Esteem. USA Sanfrancisco : WH. Freeman. 94

b. Cara memberi makna (feeding practices)

Anak yang berasal dari keluarga yang tidak memperhatikan kebutuhan makanan berpengaruh pada perkembangan anak dan perkembangan harga dirinya karena anak merasa anak tidak aman.

c. Masalah dan trauma pada masa anak-anak

Pengalaman pahit dan peristiwa menakutkan yang pernah dialami sejak masa anak-anak dapat mempengaruhi perkembangan kepribadian termasuk harga diri anak itu sendiri. Pengalaman seperti itu akan membekas dalam waktu yang lama dan sulit untuk membuangnya dan menyebabkan dirinya merasa kehilangan rasa percaya diri. Kehilangan rasa percaya diri ini akan menyebabkan terbentuknya harga diri yang rendah.

d. Hubungan social awal

Keluarga merupakan unit social pertama dan utama yang dijumpai anak dalam hidupnya. Dari keluarga anak mengenal konsep diri, peranan yang harus diperankan sesuai dengan jenis kelaminnya, keterampilan intelektual maupun social. Dengan demikian hubungan social yang baik diantara anggota keluarga memberikan rasa aman dan berpengaruh pada terbentuknya harga diri yang tinggi pada diri anak.²⁹

5. Hubungan orang tua- Anak

Hubungan orang tua dengan anak merupakan faktor mendasar yang mempengaruhi perkembangan anak, termasuk harga dirinya. Studi yang dilakukan coopersmith lebih menekankan pola asuh orang tua yaitu sikap dan perilaku orang tua yang cenderung otoriter menyebabkan anak menjadi kurang percaya diri terhadap kemampuannya sendiri. Pola asuh yang permisif ditandai dengan supervise yang longgar dan bimbingan yang minim terhadap anak yang menjadi individu yang kurang dapat menghargai orang lain, emosi yang tidak stabil dan control social yang kurang. In yang menyebabkan anak tergolong memiliki harga diri yang rendah.³⁰ Berdasarkan uraian di atas terdapat beberapa factor yang dapat mempegaruhi harga diri seseorang salah satunya adalah nilai-nilai diri yang mana sangat di butuhkan oleh seseorang khususnya pada proses menjadi dewasa. Keberartian diri seseorang terhadap orang lain sangat di

²⁹ Coopersmith, S 1967. *The Antecedents Of Self-Esteem*. USA Sanfrancisco : WH. Freeman. 90

³⁰ Coopersmith, S 1967. *The Antecedents Of Self-Esteem*. USA Sanfrancisco : WH. Freeman. 90

inginkan oleh tiap individu. Individu tersebut akan melakukan beberapa hal bahkan meniru orang lain supaya dirinya dapat berarti atau berharga dimata orang lain.

B. Dewasa

Pengertian dewasa dalam kata kerja latin disebut dengan istilah adult atau “*adolescene*” yang berarti tumbuh menjadi kedewasaan. Akan tetapi kata adult berasal dari bentuk lampau partisipel dari kata kerja *adultus* yang berarti telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran yang sempurna atau telah menjadi dewasa.³¹ Istilah dewasa merupakan organism yang telah matang. Tetapi lazimnya merujuk pada manusia.

Dewasa ialah orang yang bukan lagi anak-anak dan telah menjadi pria atau wanita seutuhnya. Setelah mengalami masa kanak-kanak dan remaja yang panjang seorang individu akan mengalami masa dimana ia telah menyelesaikan pertumbuhannya dan mengharuskan dirinya untuk berkecimpung dengan masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. Dibandingkan dengan masa sebelumnya, masa dewasa ialah waktu yang paling lama dalam rentang kehidupan.³² Kesimpulanya dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya.

³¹ Elizabeth B. Hurlock, Psikologi perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, (Jakarta, Erlangga: 1980), hlm. 246

³² Yudrik Jahja, Psikologi Perkembangan, (Jakarta : PT. Kharisma Putra Utama, 2011), hal 245

C. Vape

1. Pengertian vape atau rokok elektrik

Rokok elektrik atau vape adalah rokok yang beroperasi menggunakan tenaga baterai. Namun tidak menggunakan teknik membakar seperti produk rokok biasa. Rokok ini memanaskan cairan atau liquid menggunakan perangkat elektronik baterai dan uap yang dihasilkan masuk ke paru-paru pemakai.³³ Rokok elektrik ialah sebuah alat elektronik yang dirancang untuk mengantarkan nikotin tanpa asam tembakau dengan cara memanaskan larutan nikotin, perasa, propilen glycol dan glycerin.³⁴

Rokok elektrik atau lebih terkenal dengan nama vaporizer merupakan salah satu alternative yang dapat di gunakan sebagai pengganti rokok tembakau, karena rokok elektrik ini tidak mengandung tar dan karbonmonoksida yang terkandung dirokok tembakau, tetapi rokok elektrik tetap mengandung senyawa nikotin yang dosis nya rendah.³⁵

2. Struktur vape

Seperangkat vape adalah alat yang fungsinya mengubah zat-zat kimia menjadi bentuk uap dan mengalir ke dalam paru-paru dengan menggunakan tenaga batrai atau listrik. Rokok elektrik atau vape memiliki 3 struktur dasar didalamnya yaitu baterai, pemanas logam (atomizer) dan liquid yang berisi berbagai macam cairan zat kimia. Sesuai dengan perkembangan teknologi yang terus berkembang pada saat sekarang ini, struktur rokok elektrik terus mengalami perkembangan. Dalam peredarannya, rokok elektrik dikenal dengan istilah vape.³⁶

3. Bagian-bagian vape

Vape portable adalah vape yang paling banyak digunakan di Indonesia, karena vape jenis ini mudah di bawa, praktis dan memiliki varian yang banyak.³⁷ Secara garis besar vape terdiri dari 6 komponen yaitu:

a. Driptip dan drip

³³ Yani, Achmad. (2010). Rokok Elektrik Tidak Aman.Tersedia di<http://www.Liputan6.com>

³⁴ Hajek P, Et All. (2014) Electronic Cigarettes Review Of Use, Content, safety, Effects On Smokers And Potential For Harm And benefit. UK: addiction

³⁵ Indra, M.F. (2015). Gambaran Psikologi Peroko Tembakau Yang beralih menggunakan Rokok elektrik(vaporizer).Riau.Jom. Vol.2, No. 2

³⁶ Badan POM.(2015).InfoPOM.Badan Pengawas Obat Dan Makanan Republik Indonesia.Jakarta: Vol.16 No 5

³⁷ Budi S(2016) Mengenal Nama Bagian Komponen Vape. Tersedia di: <http://www.vapeku.net>

Driptip adalah sebuah bagian dari vape berupa corong yang menjadi tempat untuk menghisap uap yang dihasilkan dari vape. Bentuk driptip biasanya berbeda beda ada yang berukuran kecil, sedang maupun besar semua tergantung pada selera pengguna vape itu sendiri. Tetapi biasanya disesuaikan dengan body dan desain vape. Desain dari bentuk driptip ini pun beragam, dan memiliki banyak pilihan yang unik karena hamper dari setiap pabrikan vape memiliki desainya sendiri.

b. Atomizer

Atomizer adalah salah satu bagian terpenting dari vape. Atomizer terdiri dari koil, e-liquid dan kapas yang fungsinya untuk pemanasan e-liquid menjadi uap. Inilah mesin utama dari vape, karena atomizer lah yang sangat menentukan rasa dari e-liquid. Di dalam atomizer terdapat komponen-komponen penting yaitu koil yang berfungsi sebagai pemanas, kapas sebagai media penyerap e-liquid dan menguapkan e-liquid, dan tube tank sebagai penampung e-liquid. Atomizer memiliki ukuran yang beragam mulai dari 22 milimeter, 24 milimeter, 25 milimeter hingga 30 milimeter. Atomizer sendiri digolongkan menjadi 3 jenis, yaitu :

1. RDA adalah kepanjangan dari Rebuildable Dripping Atomizer, cara kerjanya yaitu atomizermenguapkan liquidyang diteteskan pada kapas dankoil vape. Atomizer jenis ini tidak memiliki tank dan media penyimpanan liquid hanya berupa kapas maka dari itu pada penggunaan RDA harus sering sering meneteskan liquid ke kapas dan koil
2. RTA adalah kepanjangan dari Rebuildable TankAtomizerdengan kata lain atomizer jenis ini memiliki tank yang dapat menjadi media penyimpanan liquid. Cara menggunakan nya hanya perlu mengisi liquid ke dalam tank, tanpa harus meneteskannya secara berulang seperti RDA. Karena Tank disini berfungsi sebagai media penampung liquid.
3. RDTA adalah kepanjangan dari Rebuildable Dripping Tank Atomizer, atomize, jenis ini memiliki tank dan memungkinkan para penggunanya dapat mengganti koil, menetes liquid, menampung liquid seperti RDA dan RTA. Dapat dikatakan atomizer jenis ini adalah gabungan dari RDA dan RDTA.

c. Mod

Mod adalah bagian utama dari vape yang berfungsi sebagai penampung baterai dan komponen chip elektrik pendukung.³⁸ Biasanya mod berbentuk tabung atau box. Mod sendiri memiliki 2 jenis yaitu :

1. Mechanical mod adalah salah satu jenis vape yang tidak memiliki chip di dalamnya. Mod ini berkerja dalam sistem mekanik. Mod ini terbilang boros baterai, karena sitem kerjanya yang mebuat baterai menjadi boros .
2. Elektrikal mod adalah jenis vape yang memiliki chip di dalamnya yang berfungsi untuk mengatur arus listrik dari baterai. Sehingga dapat dikatakan electrical Mod ini terbilang irit baterai.

d. Liquid

Liquid adalah cairan yang mengandung air, VG (Vegetable Glycerin, PG (Propylene Glycol), nikotin dan aroma perasa yang nantinya diteteskan kedalam atomizer dan diubah menjadi uap yang akan dihirup oleh pengguna vape.

e. Baterai

Baterai ialah sebagai daya yang mengantarkan listrik ke mod. Baterai sangat penting dalam penggunaan vape karena jika baterai tidak layak pakai dapat terjadi hal yang tidak di inginkan.

f. Charger

Charger ialah alat untuk mengisi baterai yang digunakan pada vape.

4. Kegunaan Vape

Rokok elektronik atau vape adalah fenomena baru di dunia termasuk Indonesia. Kehadirannya dapat menjadi alternatif dalam upaya mengurangi bahaya rokok tanpa menghilangkan kebiasaan merokok. Oleh karena itu, banyak ahli kesehatan dan aktivis anti-tembakau menyarankan bahwa Vape efektif dalam mengurangi konsumsi tembakau, sebagai pengganti jangka panjang untuk rokok tembakau.³⁹ Vape ditengarai oleh beberapa orang sebagai alternatif untuk mengatasi ketergantungan rokok tanpa mengurangi kenikmatan dan sensasi rokok tembakau itu sendiri. Di sisi lain, vape juga dikritik karena faktor keamanan dan dampak kesehatan terhadap penggunaanya.

³⁸ Budi S(2016) Mengenal Nama Bagian Komponen Vape. Tersedia di: <http://www.vapeku.net>

³⁹ Yayasan PKP. (2016). Dangers and Health Effects of Electric Cigarette (E-Cig) Study. Tersedia di: <http://yayasanypkp.org>