

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Keputusan Merokok

Perilaku pada dasarnya adalah sesuatu yang dapat dipelajari dari manusia, dalam kehidupan sehari-hari manusia akan melakukan perilaku yang berbeda-beda tergantung dari apa yang diharapkan. Perilaku manusia pada dasarnya adalah aktivitas orang itu sendiri, memiliki jangkauan yang sangat luas meliputi berjalan, berbicara, bertindak, berpikir, mempersepsi dan merasakan. Perilaku juga dapat dipahami sebagai kegiatan organisme, baik kegiatan yang dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung (Notoatmodjo, 2007).³⁴ Dengan kebutuhan datangnya motivasi atau pergerakan. Oleh karena itu, aktivitas individu untuk mencapai tujuan dan merasa puas.³⁵ Salah satu cara mencapai tujuan yaitu dengan membuat keputusan dari beberapa pilihan yang dihadapi.

Dalam kehidupan sehari-hari kita tidak akan terlepas dari banyaknya pilihan. Mulai dari pilihan dalam hal-hal yang serius seperti pilihan karir dan lainnya, hingga pilihan dalam hal-hal yang dianggap sepele seperti menu makan. Dalam menghadapi pilihan-pilihan yang ada inilah kita harus menentukan keputusan yang akan kita kerjakan kemudian. Keputusan (decision) secara harfiah berarti pilihan (choice). Pilihan, seperti yang disebutkan di sini, adalah

³⁴ Tangguh Perdana Putra, Sidharta Adyatma, Ellyn Normelani, "Analisis Perilaku Masyarakat Bantaran Sungai Martapura dalam Aktivitas Membuang Sampah Rumah Tangga Di Kelurahan Basirih Kecamatan Banjarmasin Barat", *JPG (Jurnal Pendidikan Geografi)*, Vol. 3, No 6, 2016, 25.

³⁵ Ira Elmitiara, Erman Anom, "Komunikasi Pemasaran Politik Terhadap Keputusan Memilih Calon Legislatif DPRD Kota Tangerang Selatan pada Pemilu Legislatif 2019", *Journal of Management and Bussines (JOMB)*, Vol.5 No.1, 2023, 13.

pilihan antara dua opsi atau lebih, atau bisa juga disebut sebagai keputusan yang diambil setelah dipertimbangkan dengan memilih satu opsi yang memungkinkan. Seperti yang ditunjukkan oleh Gito Sudarmo (2000), keputusan ini terkait dengan membuat atau menentukan pilihan yang diinginkan.³⁶

Menurut Albert Bandura dalam teori kognitif sosial, suatu keputusan terjadi jika seseorang melihat suatu peristiwa menarik perhatian model yang melakukan perilaku dan menciptakan nilai dan seperti yang diharapkan. Harapan ini akan mempengaruhi hasil keputusannya untuk berperilaku (Rakhmat, 2007: 240).³⁷ Menurut George R. Terry, pengambilan keputusan adalah pemilihan beberapa alternatif tingkah laku (behavior) dari dua atau lebih alternatif yang tersedia.³⁸ Menurut Steiner (1998), pengambilan keputusan didefinisikan sebagai proses manusia berdasarkan dan termasuk fenomena individu dan sosial, berdasarkan premis nilai dan fakta, menarik kesimpulan memilih antara alternatif dengan maksud bergerak menuju situasi yang diinginkan. Definisi ini mengandung arti bahwa pengambilan keputusan adalah suatu pilihan yang muncul dari proses pembuatan pilihan berdasarkan asumsi atau fakta individu atau sosial.³⁹

Dari penjelasan di atas, konsep pengambilan keputusan adalah pemilihan diantara beberapa alternatif atau pilihan yang ada, setelah mempertimbangkan beberapa hal, termasuk asumsi. Sedangkan pada penelitian ini keputusan yang diambil adalah keputusan untuk merokok. Merokok sudah menjadi gaya hidup

³⁶ Ahmad Rifai, Hade Afriansyah, "Proses Pengambilan Keputusan", *OSF Preprints*, 2019, 3.

³⁷ Purba Dewanta C.D., Santosa H.P., Setiabudi D., "Hubungan antara Intensitas Terpaan Iklan Rokok dan Tingkat Konformitas Peer Group dengan Pengambilan Keputusan Merokok Dikalangan Mahasiswi di Semarang Cantya", 8.

³⁸ Zahra Hayati, Hade Afriansyah, "Teori-Teori Pengambilan Keputusan", *INA-Rxiv*, 2019, 1.

³⁹ Ahmad Rifai, Hade Afriansyah, "Proses Pengambilan Keputusan", 3.

yang banyak dianut oleh remaja masa kini, jika dulu orang dewasa lebih identik dengan merokok, kini cenderung beralih ke yang paling muda, terutama kalangan remaja.

Perbuatan merokok adalah suatu kegiatan menyalakan sebatang rokok kemudian dihirup dan dihembuskan untuk menghasilkan asap yang dapat dihirup oleh orang sekitar (Leventhal and Clarity (1980)).⁴⁰ Menurut Aritonang (dalam Perwitasari, 2006) merokok merupakan perilaku yang kompleks karena merupakan hasil interaksi antara aspek kognitif, kondisi psikologis dan kondisi fisiologis. Artinya, perilaku merokok memiliki banyak segi, yaitu sebagai hasil interaksi atau kombinasi aspek kognitif yang dipahami sebagai individu yang begitu terserap dalam kenikmatan merokok hingga kecanduan merokok. Otak secara otomatis membutuhkan nikotin setiap saat. Hal ini sesuai dengan penjelasan Soetjiningsih (2010) bahwa tembakau bersifat adiktif yaitu dapat menimbulkan ketergantungan pada pengembannya. Sifat addicted rokok berasal dari nikotin yang dikandungnya. Setelah seseorang merokok, nikotin mencapai otak dalam 7 detik.⁴¹

Keadaan psikologis merupakan salah satu faktor yang membuat seseorang merokok, hal ini sesuai dengan penjelasan menurut Komalasari & Helmi (2010), faktor psikologis bahwa merokok dapat menjadi cara individu untuk bersantai dan bersenang-senang, tekanan teman sebaya, ekspresi diri, rasa ingin tahu, stres, kebosanan, dan keinginan untuk terlihat gagah adalah faktor-

⁴⁰ Yulia Rahmawati, Raudatussalamah, "Perilaku Merokok pada Pelajar: Peran Orang Tua dalam Pengasuhan", *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, Vol.1 No.1, 2020, 21.

⁴¹ Isnan Wahyudi, Rumah Sakit Gigi dan Mulut Maranatha, "Bahaya Merokok", <https://rsgm.maranatha.edu/2019/04/22/bahaya-merokok/#:~:text=Merokok%20adalah%20suatu%20kebiasaan%20menghisap,dapat%20menimbulkan%20ketergantungan%20bagi%20pemukainya>. (diakses pada tanggal 25 Juli 2022).

faktor yang dapat berkontribusi untuk mulai merokok.⁴² Sedangkan menurut Subanada (2008), kondisi fisiologis atau biologis merupakan faktor genetik yang dapat mempengaruhi adiksi merokok individu. Selain itu, efek nikotin juga dapat meningkatkan kecanduan nikotin pada individu. Proses yang terjadi dalam tubuh saat menghisap rokok, khususnya nikotin, diambil oleh reseptor asetilkolin-nikotik, yang kemudian terbagi menjadi jalur reward dan jalur adrenergik. Di jalur reward, perokok mengalami kesenangan yang merangsang sistem dopamin, sehingga perokok merasa lebih tenang, berpikir lebih jernih, dan mungkin menekan rasa lapar.⁴³ Merokok juga merupakan fungsi dari lingkungan dan individu, yaitu perilaku merokok tidak hanya disebabkan oleh faktor internal tetapi juga faktor lingkungan (Kurt Lewin (Komasari, Helmi, 2000)).⁴⁴

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok adalah sebuah kegiatan membakar rokok yang kemudian dihisap dan dihembuskan asapnya. Yang juga merupakan aktivitas yang kompleks karena merupakan gabungan dari beberapa hal yakni aspek kognitif, kondisi psikologi, dan keadaan fisiologis. Dengan ini maka definisi keputusan merokok yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah pengambilan keputusan dari beberapa pilihan yang sudah dipertimbangkan terkait dengan perilaku merokok. Apakah individu tersebut memilih untuk merokok atau tidak merokok sesuai dengan apa yang telah ia pertimbangkan terkait dengan asumsi dan fakta yang ia ketahui mengenai pilihan-pilihan tersebut.

⁴² Fitra Mayenti, "Hubungan Lingkungan Pergaulan dengan Perilaku Merokok Remaja", *Al-Asalmiya Nursing*, Vol. 8, No. 2, 2019, 64.

⁴³ Is Susilaningsih, Fitriana Timore Brata, Peserta didiknto, "Faktor-faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja di Tegalrejo", *Jurnal Keperawatan*, Vol. 8, No. 2, 2022, 48.

⁴⁴ Sylvanita Hanifah, Stephani Raihana Hamdan, "Gambaran Perilaku Merokok pada Mahapeserta didik di Kota Bandung", *Prosiding Psikologi*, Vol.6 No.2, 2020, 701.

Menurut Bandura, ada empat proses yang penting agar belajar melalui observasi dapat terjadi, yakni:

- 1) Perhatian (*attention process*): Sebelum meniru orang lain, perhatian harus dicurahkan ke orang itu. Perhatian ini dipengaruhi oleh asosiasi pengamat dengan modelnya, sifat model yang atraktif, dan arti penting tingkah laku yang diamati bagi si pengamat. Jika dalam penelitian ini maka hal yang diamati atau diperhatikan adalah kegiatan merokok yang mungkin memang sudah sering dilihat oleh anak tersebut.
- 2) Representasi (*representation process*): Tingkah laku yang akan ditiru, harus disimbolisasikan dalam ingatan. Baik dalam bentuk verbal maupun dalam bentuk gambaran/imajinasi. Representasi verbal memungkinkan orang mengevaluasi secara verbal tingkah laku yang diamati, dan menentukan mana yang dibuang dan mana yang akan dicoba dilakukan. Representasi imajinasi memungkinkan dapat dilakukannya latihan simbolik dalam pikiran, tanpa benar – benar melakukannya secara fisik. Dalam hal ini biasanya para remaja akan menyimbolkan merokok sebagai simbol dari kata jantan pada lelaki.
- 3) Peniruan tingkah laku model (*behavior production process*): sesudah mengamati dengan penuh perhatian, dan memasukkannya ke dalam ingatan, orang lalu bertingkah laku. Mengubah dari gambaran pikiran menjadi tingkah laku menimbulkan kebutuhan evaluasi; “Bagaimana melakukannya?” “Apa yang harus dikerjakan?” “Apakah sudah benar?” Berkaitan dengan kebenaran, hasil belajar melalui observasi

tidak dinilai berdasarkan kemiripan respons dengan tingkah laku yang ditiru, tetapi lebih pada tujuan belajar dan efikasi dari pembelajaran. Dalam tahap ini para remaja sudah mulai berani untuk mempraktekkan menggunakan rokok

- 4) Motivasi dan penguatan (*motivation and reinforcement process*): Belajar melalui pengamatan menjadi efektif kalau pembelajaran memiliki motivasi yang tinggi untuk dapat melakukan tingkah laku modelnya. Observasi mungkin memudahkan orang untuk menguasai tingkah laku tertentu, tetapi kalau motivasi untuk itu tidak ada, tidak bakal terjadi proses daripada tingkah laku yang dihukum. Imitasi tetap terjadi walaupun model tidak diganjar, sepanjang pengamat melihat model mendapat ciri-ciri positif yang menjadi tanda dari gaya hidup yang berhasil, sehingga diyakini model umumnya akan diganjar. Motivasi yang dimiliki para remaja ini untuk merokok semakin mendorong mereka untuk lebih menganal dunia rokok.⁴⁵

Menurut George R. Terry dan Brincloe, metode dasar pengambilan keputusan yang dapat digunakan adalah:

1) Intuisi

Pengambilan keputusan berdasarkan intuisi atau perasaan bersifat subjektif, sehingga mudah untuk didominasi. Pengambilan keputusan intuitif memiliki sejumlah kelebihan dan kekurangan.

⁴⁵ Elga Yanuardianto, "TEORI KOGNITIF SOSIAL ALBERT BANDURA (Studi Kritis dalam Menjawab Problem Pembelajaran di MI)", *Jurnal Auladuna*, Vol. 1 No. 2, 2019, 103-102.

2) Pengalaman

Pengambilan keputusan berdasarkan pengalaman memiliki keunggulan dibandingkan pengetahuan faktual karena pengalaman seseorang dapat memperkirakan keadaan sesuatu, pro dan kontra dari keputusan yang akan dibuat dapat diperhitungkan. Orang yang lebih berpengalaman tentu akan lebih dewasa dalam mengambil keputusan, namun kejadian masa lalu tidak sama dengan kejadian saat ini.

3) Kebenaran

Pengambilan keputusan berdasarkan fakta dapat menghasilkan keputusan yang sehat, pasti, dan benar. Dengan kebenaran, tingkat kepercayaan diri dalam pengambilan keputusan bisa lebih tinggi, sehingga masyarakat dapat menerima keputusan yang dibuat dengan sukarela dan lapang dada.

4) Otoritas

Pengambilan keputusan berbasis kekuasaan sering dilakukan oleh pemimpin terhadap bawahannya atau mereka yang berkedudukan lebih tinggi melawan mereka yang berkedudukan lebih rendah. Pengambilan keputusan berbasis otoritas ini juga memiliki kelebihan dan kekurangan.

5) logika/Rasional

Pengambilan keputusan berbasis logika adalah studi rasional dari semua faktor di setiap sisi proses pengambilan keputusan. Dalam pengambilan keputusan yang rasional, hasil keputusan lebih objektif, logis, transparan, konsisten untuk memaksimalkan hasil atau nilai dalam batasan tertentu,

sehingga dapat dikatakan mendekati kebenaran atau sesuai dengan yang diinginkan.⁴⁶

Sedangkan dalam penelitian ini akan menggunakan dasar pemilihan keputusan dari Albert Bandura karena dianggap lebih sesuai dengan pembahasan serta subjek dalam penelitian yang berupa lingkup dalam kehidupan remaja bersama teman sebayanya. Hal ini sejalan dengan Teori Kognitif Sosial (Social Cognitive Theory) oleh Albert Bandura di mana seseorang dapat belajar melalui apa yang dilihat dari lingkungan tempatnya tinggal. Maka dari itu peneliti ingin menguji teori di atas menggunakan variabel-variabel lain yang akan dibahas, akankah sesuai dengan statement yang dikeluarkan di atas atau tidak.

B. Stres Akademik

Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin banyak tanggungan yang dimiliki peserta didik. Memulai tahun ajaran baru menuntut mereka untuk beradaptasi dengan keadaan baru, mulai dari menyelesaikan pekerjaan rumah hingga ujian yang menanti mereka di masa depan, tidak jarang mereka harus berjuang ketika Anda harus memikul semua tanggung jawab yang harus Anda pikul. Jika mereka tidak dapat menyesuaikan diri dengan apa yang ingin mereka capai, hal itu dapat menyebabkan mereka stres.

Menurut Sarafino dan Smith (2011), stres dianggap sebagai keadaan transaksional di mana seseorang memahami perbedaan antara tuntutan situasi fisik atau psikologis dan sumber daya sistem biologis, psikologis dan sistem. dan

⁴⁶ Zahra Hayati, Hade Afriansyah, "Teori-Teori Pengambilan Keputusan", 1-2.

sosial.⁴⁷ Menurut Gadzella dan Masten (2005), stres akademik adalah persepsi seseorang terhadap suatu stressor dan bagaimana merespon stressor tersebut meliputi fisik, emosi, perilaku dan kesadaran.⁴⁸ Stres yang sering dialami peserta didik adalah stres akademik atau stres bidang akademik. Stres terkait sekolah pada anak akan muncul seiring dengan meningkatnya ekspektasi prestasi akademik, baik dari orang tua, guru atau teman sebaya. Harapan seringkali tidak sesuai dengan kemampuannya (Shahmohamdi, 2011).⁴⁹

Bedewy dan Gabriel (2015) menyatakan bahwa stres akademik yang dirasakan adalah persepsi peserta didik terhadap tekanan yang mereka hadapi, seperti waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan rumah, banyaknya pelajaran dan persepsi diri dalam pembelajaran mereka.⁵⁰ Dari pengertian tersebut dapat dipahami bahwa stres akademik merupakan jenis stres yang ditandai dengan adanya ketidakseimbangan antara kebutuhan dan situasi yang terjadi di bidang akademik.

Menurut Gadzella, terdapat empat dimensi respon mahasiswa didik dalam Measure of Academic Stress (1994), antara lain,

- 1) Reaksi fisiologis. Dari segi fisiologi meliputi reaksi fisiologis akibat stres yang menimbulkan kelemahan tubuh seperti pusing, gangguan makan dan tidur, gangguan pencernaan dan berkeringat.

⁴⁷ Melda Sofia, Kamarullah, "Coping Stress pada Mahasiswa didik Menyusun Skripsi (Studi Kasus)", *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, Vol. 8 No. 2, 2022, 1371.

⁴⁸ Dena Noor Apriliana, "Strategi Koping dan Stres Akademik Mahasiswa didik Dalam Melaksanakan Kuliah Daring Pada Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol.9 No.1, 2021, 91.

⁴⁹ Shieva Nur Azizah Ahmad, Elly Purnamasari, Dini Dwi Suryani, "Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Peserta didik SMK Kesehatan X", *jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang*, Vol.6 No.1, 2021, 30.

⁵⁰ Listriyanti Palangda, et. al., "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Peserta didik Di Smk 1 Tana Toraja", *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, Vol.4 No.6, 2022, 8657.

- 2) Reaksi emosional atau emosional, meliputi perasaan negatif, cemas, takut, ragu, malu, kesedihan, kecemasan, depresi, lekas marah, kurangnya kemampuan atau potensi.
- 3) Respon perilaku pada aspek perilaku berupa perilaku negatif, seperti mulai menghindari orang lain, menangis, apatis, menunda pekerjaan rumah, menolak, dan mencari kesenangan petualangan.
- 4) Respon penilaian kognitif, meliputi kesulitan individu dalam memperhatikan (inattention) selama belajar dan munculnya evaluasi diri yang negatif. Individu merasa bingung, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, mengembangkan pemikiran yang tidak biasa, melakukan tugas pengumpulan dengan buruk.⁵¹

Sedangkan menurut Bedewy & Gabriel (2015), aspek stres sekolah meliputi 3 aspek,

- a) Harapan akademik, yaitu tekanan yang dirasakan sehubungan dengan persyaratan yang dicapai oleh peserta didik melalui orang tua atau guru.
- b) Adanya pekerjaan rumah dan ulangan yang dirasakan oleh peserta didik, dalam hal ini ada tugas yang dirasakan peserta didik banyak dan harus dikerjakan, yang dapat menimbulkan perasaan takut gagal, kegagalan, perasaan ketidakpastian tentang masa depan.
- c) Persepsi diri akademik seorang peserta didik dalam kaitannya dengan karakteristik pribadi yang dimiliki oleh peserta didik tersebut, yang

⁵¹ Rafiq Tri Belan Harjuna, Elrisfa Magistarina, "Tingkat Stress Akademik Mahapeserta didik Selama Daring di Masa Pandemi", *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol.5 No.3, 2021, 10793.

mungkin berkaitan dengan kepribadian, prestasi akademik, psikologis, intelektual, sosial, dan lain-lain, dapat mempengaruhi persepsi peserta didik terhadap kemampuan belajar.⁵²

Dalam penelitian ini akan digunakan aspek Gadzella, karena poin-poin di dalamnya lebih rinci dan diharapkan dapat lebih spesifik dalam mendapatkan sampel yang diinginkan.

C. Konformitas Teman Sebaya

Kehidupan remaja yang sering berada diluar lingkungan keluarga mengakibatkan remaja membentuk kelompok teman sebaya yang dapat membentuk suatu norma yang telah disepakati oleh setiap anggota kelompok dan mengakibatkan suatu penyesuaian tingkah laku yang sesuai dengan norma tersebut agar tidak mengakibatkan suatu perbedaan sehingga dapat disebut dengan konformitas (Monks, Knoers, & Haditono, 2001).⁵³

Menurut Baron dan Byrne (Haryani & Herwanto, 2016) konformitas adalah penyesuaian perilaku untuk menganut norma kelompok acuan, menerima ide atau aturan-aturan kelompok yang mengatur cara berperilaku. Konformitas dilihat sebagai kecenderungan membiarkan sikap dan pendapat orang lain untuk menguasai dirinya. Menurut Davidoff (Haryani & Herwanto, 2016) konformitas

⁵² Dhea Karina Pramesta, Damajanti Kusuma Dewi, “ Hubungan antara Efikasi Diri dengan Stres Akademik pada Peserta didik di SMA X”, *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 8 No. 7, 2021, 24-25.

⁵³ Ayu Saras Priwidianti, Ruseno Arjanggal, "Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Agresif pada Peserta didik SMK Negeri 10 Semarang", *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi* , Vol. 1, 2019, 255.

didefinisikan sebagai perubahan perilaku atau sikap sebagai akibat dari adanya tekanan (nyata atau tidak nyata).⁵⁴

Menurut Sears (2009: 76) konformitas adalah orang atau organisasi yang berusaha agar pihak lain menampilkan tindakan tertentu, pada saat pihak lain menampilkan tindakan tertentu pada saat pihak lain tersebut tidak ingin melakukannya. Bila seseorang menampilkan perilaku tertentu karena setiap orang lain menampilkan perilaku tersebut, hal demikian disebut konformitas.⁵⁵

Santrock (2007) mengatakan bahwa konformitas akan mengalami peningkatan pada seseorang di fase remaja sebab remaja lebih menghabiskan waktu lebih banyak bersama teman di sekolah ataupun untuk bermain sehingga dapat mengalami perubahan pada cara berbicara ataupun perilaku seorang remaja, Remaja akan mengalami peningkatan yang nyata ataupun tidak pada dirinya dipengaruhi dari teman sebayanya.⁵⁶ Dari penjelasan ini Konformitas adalah pengaruh sosial yang didapatkan seseorang, dimana orang tersebut akan mengganti kepribadiannya menyesuaikan dengan norma yang sedang berlaku.

Teman sebaya ialah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama yang saling berinteraksi dengan kawan-kawan sebaya yang berusia sama dan memiliki peran yang unik dalam budaya atau kebiasannya. Meskipun demikian perkembangan anak juga sangat dipengaruhi oleh apa yang terjadi dalam konteks sosial yang lain seperti relasi

⁵⁴ Mariesa Giswandhani, Amalia Zul Hilmi, "Pengaruh Kemudahan Transaksi Non- Tunai terhadap Sikap Konsumtif Masyarakat Kota Makassar", 243.

⁵⁵ Septi Vatmawati, "Hubungan Konformitas Peserta didik Dengan Pengambilan Keputusan Karir", *EMPATI-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol.6 No.1, 2019, 58.

⁵⁶ Ayu Saras Priwidianti, Ruseno Arjanggi, "Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Agresif pada Peserta didik SMK Negeri 10 Semarang", 255.

dengan teman sebaya. Teman sebaya merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan pada masa-masa remaja. Penegasan Laursen dapat dipahami karena pada kenyataannya remaja dalam masyarakat modern seperti sekarang ini menghabiskan sebagian besar waktunya bersama dengan teman sebaya mereka. (Desmita, 2010: 230-232)

Menurut Piaget dan Sullivan dalam Santrock (2007: 57) menekankan bahwa melalui interaksi dengan teman teman sebaya, anak-anak dan remaja mempelajari modus relasi yang timbal balik secara sistematis. Anak-anak mengeksplorasi prinsip-prinsip kesetaraan dan keadilan melalui pengalaman mereka ketika menghadapi perbedaan pendapat dengan teman-teman sebaya. Sebaliknya, terdapat sejumlah ahli teori yang menekankan pengaruh negatif dari teman-teman sebaya bagi perkembangan anak dan remaja. Bagi beberapa remaja, pengalaman ditolak atau diabaikan dapat membuat mereka merasa kesepian dan bersikap bermusuhan.⁵⁷

Dapat disimpulkan bahwa teman sebaya adalah sebuah kelompok atau organisasi yang beranggotakan anak-anak atau remaja yang memiliki tingkatan yang sama, dan biasanya didalamnya sering digunakan untuk bertukar informasi. Konformitas teman sebaya dalam penelitian ini adalah ketika seseorang mendapatkan pengaruh sosial dari teman-teman seusianya yang mengakibatkan ia menjadi pribadi yang baru dan bisa saja jauh berbeda dengan kepribadiannya sebelumnya.

⁵⁷ Putri Suhaida, Safri Mardison, "Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Konsep Diri Peserta didik Kelas VIII di MTsN Lembah Gumanti Kabupaten Solok", *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami*, Vol.5 No.1, 2019, 27-28.

Aspek yang mempengaruhi konformitas menurut Sears dkk (2009: 85-92) menyebutkan aspek aspek yang menandai adanya konformitas adalah sebagai berikut:

a. Kekompakan

Perasaan dekat dengan anggota kelompok dan perhatian terhadap kelompok karena ingin memperoleh pengakuan dan menghindari penolakan dari anggota kelompok.

b. Kesepakatan

Kepercayaan terhadap kelompok dan persamaan pendapat antar anggota kelompok karena adanya ketergantungan individu terhadap kelompok.

c. Ketaatan

Kerelaan untuk melakukan tindakan walaupun individu tidak ingin melakukannya karena adanya tekanan dari anggota kelompok dan ingin memenuhi harapan kelompok.⁵⁸

Selain itu, Davidoff (1991:316) menyatakan bahwa aspek-aspek konformitas, antara lain:

a. Kerelaan dan penerimaan

Seseorang melakukan sesuatu atas dasar kesadarannya sendiri tanpa dipaksa orang lain, seperti belajar dan mengerjakan tugas.

⁵⁸ Septi Vatmawati, "Hubungan Konformitas Peserta didik Dengan Pengambilan Keputusan Karir", 58.

b. Kerelaan tanpa penerimaan

Seseorang rela melakukan sesuatu tetapi sebenarnya orang tersebut kurang dapat menerima hal tersebut.

c. Penerimaan tanpa kerelaan

Seseorang dapat menerima segala sesuatu yang diperintahkan kepadanya tetapi orang tersebut enggan melakukannya.

d. Tanpa kerelaan atau tanpa penerimaan

Seseorang tidak rela dan tidak mau menerima sesuatu yang ditujukan kepadanya.⁵⁹

Dari dua aspek Konformitas teman sebaya diatas, penelitian ingin menggunakan aspek menurut Sears dkk (2009: 85-92) karena dirasa lebih sesuai. Berhubung subjek yang akan diteliti adalah remaja peserta didik kelas XII dimana diusia seperti itu remaja akan lebih tegas dalam menyikapi pertemanan yang dijalankan, mereka dapat memilah mana yang seharusnya mereka lakukan atau mereka hindari dalam sebuah pertemanan.

D. Pengaruh antar Variabel

1 Pengaruh antar variabel Stres Akademik dengan Keputusan Merokok

Menurut hasil pencarian di review yang ada, serta pengakuan dari beberapa remaja yang merokok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres menjadi salah satu penyebab seseorang merokok. Selama masa remaja, stres

⁵⁹ Nursidah, Faijin, Irham, "Hubungan Konformitas Teman Sebaya Dengan Konsep Diri Remaja Di Desa Pundi Kecamatan Soromandi Kabupaten Bima", *Jurnal Guiding World*, Vol. 04 No. 02, 2021, 72-73.

adalah sesuatu yang sering mengganggu kehidupan sehari-hari mereka. Para remaja ini bisa merasakan banyak stres, termasuk stres di sekolah. Di dalam stres itu sendiri, ada yang disebut adaptasi stres atau distribusi stres. Bagaimana orang yang stres dapat menyalurkan stresnya dengan mengalihkannya ke hal lain. Dengan menghadapi stresor yang tidak tepat itulah remaja sering mengarahkannya ke arah merokok. Semakin stres yang mereka rasakan, semakin besar intensitas merokok mereka. Pengaruh antara variabel

2 Pengaruh antara variabel Stres Akademik dengan Konformitas Teman Sebaya

Stres akademik biasanya dikarenakan tidak tercapainya harapan-harapan dalam bidang akademik, misal karena nilai yang didapat tidak sesuai dengan keinginan, kesulitan belajar dan memahami pelajaran, juga tidak dapat menyesuaikan diri dengan teman sebaya khususnya dalam pencapaian akademik. Hal-hal inilah yang selanjutnya dapat memicu stres akademik pada remaja. Dukungan pada remaja yang mengalami stres dapat sedikitnya membantu remaja dalam mengatasi stresnya dengan baik. Ada banyak jenis dukungan yang dapat dilakukan, salah satunya adalah dukungan sosial yang diantaranya adalah Konformitas teman sebaya. Dengan adanya pengaruh dari teman sebaya dapat membantu remaja dapat mengatasi stres dalam diri remaja tersebut. Sehingga remaja tersebut dapat melakukan koping stres dengan baik tanpa merugikan apapun.

3 Pengaruh variabel antara Konformitas Teman Sebaya dengan Keputusan Merokok

Anak-anak yang memasuki masa remaja lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman-temannya. Dengan perwakilan ini, remaja tampaknya memprioritaskan persahabatan di atas segalanya. Kesesuaian dengan teman sebaya adalah hal yang umum di kalangan remaja. Mereka akan mengikuti semua tren teman-temannya, salah satunya adalah merokok. Beberapa alasan mengapa para remaja ini merokok adalah karena pengaruh teman, keinginan untuk mencoba hal baru, orang tua atau keluarga yang merokok. Ada yang mengaku merokok karena melihat orang tua atau temannya merokok sehingga menimbulkan rasa penasaran para remaja. Dalam hal ini, pengaruh teman menjadi salah satu hal yang perlu diperhatikan. Selama masa remaja, teman sebaya secara bertahap menggantikan orang tua sebagai sumber utama dukungan dan kedekatan sosial (Lee & Goldstein, 2016). Jika remaja merupakan bagian dari peer group yang negatif, tentu saja mereka dapat dipengaruhi untuk mulai merokok.

E. Variabel Penelitian

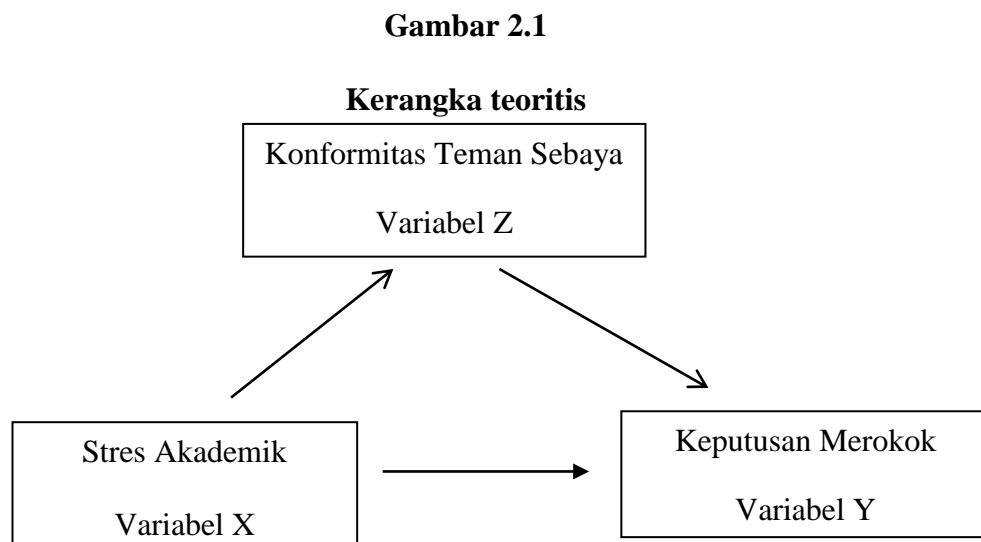
Variabel dalam penelitian ini terdiri dari tiga variabel yaitu Keputusan Merokok, Stres Akademik, dan Dukungan Keluarga. Stres Akademik sebagai variabel bebas atau independent, Konformitas Teman Sebaya sebagai variabel penghubung atau moderator dan Intensitas Merokok sebagai variabel terikat atau dependent.

Variabel bebas adalah suatu variabel yang apabila dalam suatu waktu berada bersamaan dengan variabel lain, maka (diduga) akan dapat berubah dalam keragamannya. Variabel bebas ini bisa juga disebut dengan variabel

pengaruh, perlakuan, kuasa, treatment, independent, dan disingkat dengan variabel X. Sedangkan variabel terikat adalah suatu variabel yang dapat berubah karena pengaruh variabel bebas (variabel X). Variabel terikat sering disebut juga dengan variabel terpengaruh atau dependent, tergantung, efek, tak bebas, dan disingkat dengan nama variabel Y.

F. Kerangka Teoritis

Variabel mediator atau *intervening* adalah variabel intervening atau perantara yang terletak diantara variabel bebas dan variabel terikat, sehingga variabel bebas tidak secara langsung mempengaruhi perubahan atau terjadinya variabel terikat (Suliyanto, 2011).⁶⁰



⁶⁰ Munawaroh, Desi Yuniarti, Memi Nor Hayati, “Analisis Regresi Variabel Mediasi dengan Metode Kausal Step (Studi Kasus: Produk Domestik Regional Bruto (PDRB) Perkapita di Provisin Kalimantan Timur Tahun 2011-2013)”, *Jurnal Eksponensial*, Vol. 6 No. 2, 2015, 194.