

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Persepsi Perilaku Merokok

1. Definisi Persepsi Perilaku Merokok

Persepsi merupakan proses yang diawali dengan pengindraan. Pengindraan yaitu proses diterimanya stimulus oleh individu melalui panca indera. Stimulus yang diterima akan diproses dalam otak dan proses selanjutnya yaitu mempersepsikan stimulus tersebut. Walgito menjelaskan persepsi sebagai proses pengorganisasian, pemaknaan terhadap stimulus yang diterima oleh individu sehingga menjadi sesuatu yang berarti. Hasil dari mempersepsikan stimulus yaitu sebuah respon. Respon setiap individu berbeda tergantung dari perasaan, pengetahuan dan pengalaman. Robbins juga memberikan pendapat mengenai persepsi, yaitu suatu proses ketika individu mengatur dan menginterpretasikan kesan-kesan sensoris dengan tujuan memberikan arti bagi lingkungan mereka. Perilaku individu kerap kali berdasarkan dari bagaimana ia mempersepsikan suatu benda ataupun peristiwa.¹ Dari kedua pendapat tokoh di atas dapat diambil kesimpulan bahwa persepsi adalah suatu proses pengorganisasian dan interpretasi dari stimulus yang diterima individu untuk diberikan pengartian.

Sedangkan untuk perilaku merokok, Kisyanto dan Mansjoer menjelaskannya sebagai aktivitas menghisap rokok yang dilakukan

¹ Rofiq Faudy Akbar, *Analisis Persepsi Pelajar Tingkat Menengah Pada Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kudus*, (Edukasi: Jurnal Penelitian Pendidikan Islam, 2015) Vol. 10 No. 1, hal. 193-194.

untuk memperoleh kenikmatan, yang awalnya dilakukan secara sadar dan perlahan-lahan secara tidak sadar akhirnya menjadi kebiasaan atau candu. Sedangkan Aritonang memberikan pengertian merokok yaitu perilaku yang rumit, lantaran perilaku merokok adalah akibat dari aspek sosial dan aspek kognitif, juga keadaan psikologis dan fisiologis.² Ditinjau dari aspek sosial, sebagian besar perokok menyatakan bahwa orang-orang disekitarnya yang membuat mereka tertarik untuk mencoba merokok dan pergaulan. Secara kognitif, para perokok tidak memperlihatkan keyakinan yang tinggi terhadap bahaya dari perilaku merokok. Sedangkan pada keadaan psikologis, perilaku merokok dilakukan agar mendapat ketenangan dan mengurangi kecemasan. Kemudian fisiologis, yang mana tubuh menjadi ketergantungan terhadap efek nikotin yang ada pada rokok serta efek psikologis yang dirasakan perokok.

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penjelasan dua tokoh di atas yaitu perilaku merokok adalah kegiatan menghisap rokok yang dilakukan untuk tujuan tertentu yang merupakan akibat dari aspek sosial dan kognitif, juga keadaan psikologis dan fisiologis. Dari penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa persepsi perilaku merokok yaitu proses pemaknaan dari perilaku merokok berdasarkan dari aspek sosial dan kognitif, juga keadaan psikologis dan fisiologis.

² Anggiet Dian Ayu Noviera, "*Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Penyesuaian Diridengan Perilaku Merokok Pada Siswa Sma Negeri 24kabupaten Tangerang*" (Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang, 2021), hal. 11.

2. Aspek-Aspek Perilaku Merokok

Aritonang berpendapat aspek-aspek perilaku merokok, yaitu sebagai berikut:

a. Fungsi Merokok

Seseorang yang memiliki ketergantungan terhadap rokok memiliki berbagai tujuan yang membuat suatu fungsi tersendiri bagi para perokok.

b. Tempat Merokok

Seseorang yang merokok disetiap tempat atau lokasi, baik tempat yang memperbolehkan untuk merokok dan tempat yang dilarang merokok menunjukkan tinggi rendahnya intensitas merokok.

c. Intensitas Merokok

Seseorang yang mampu menghabiskan banyak batang rokok dalam sehari menegaskan bahwa orang tersebut adalah perokok aktif.

d. Waktu Merokok

Seseorang yang merokok disetiap waktu dari bangun tidur hingga tidur kembali ataupun dari siang hingga malam menunjukkan bahwa perilaku merokok orang tersebut tinggi.³

Individu dapat dikatakan sebagai perokok aktif bahkan kecanduan rokok apabila perilaku merokok sudah dijadikannya sebagai rutinitas, merokok dimanapun ia inginkan, dan merokok dengan berlebihan.

³ Ibid., hal. 18-19.

3. Faktor-Faktor Perilaku Merokok

Sarafino menjabarkan bahwa terdapat faktor-faktor yang membuat seseorang ingin merokok, berikut adalah penjelasannya:

- a. *Modelling*, yaitu seseorang yang dengan sengaja merubah perilakunya agar sama seperti idolanya, teman, kakak, orang tua ataupun orang yang dianggapnya berpengaruh penting dalam hidupnya.
- b. *Peer Pressure*, yaitu desakan dari teman sebaya atau orang lain yang membuatnya mau tidak mau akan mencoba merokok. Hal ini tidak bisa dihindari karena akan berpengaruh dalam penerimaan dirinya dalam suatu kelompok atau pertemanan.
- c. *Smoker Image*, yaitu pandangan seseorang terhadap orang yang merokok. Beberapa orang menganggap bahwa perilaku merokok adalah hal yang keren, dewasa, bebas, dan memiliki daya menarik terhadap lawan jenis.
- d. *Personal Characteristic*, yaitu watak seseorang itu sendiri. Remaja memiliki watak yang suka tantangan dan hal baru, meskipun hal baru tersebut adalah sebuah penyimpangan.⁴

B. Kesadaran Hidup Sehat

1. Definisi Kesadaran Hidup Sehat

Kesadaran atau awareness ialah mengetahui cara bersikap yang seharusnya, yang didukung oleh persepsi. Hasibuan menjelaskan

⁴ Ibid., hal. 14-15.

kesadaran sebagai sikap seseorang yang suka rela mematuhi aturan dan mengetahui tugas serta tanggung jawabnya.⁵ Kesadaran individu timbul karena seseorang memiliki informasi yang mendukungnya sehingga mengetahui bagaimana seharusnya bersikap. Menurut Atkinson, kesadaran karap kali dipakai untuk menjelaskan suatu paham, pola pikir, memori, dan perasaan seseorang. Jadi kesadaran yaitu sikap suka rela yang dimiliki oleh seseorang berdasarkan dari pola pikir, memori, dan perasaan seseorang.⁶

Berkenaan dengan hidup sehat, pengertian dari hidup sehat menurut Soekidjo Notoatmodjo yaitu kondisi fisik, mental dan sosial yang sempurna dan terbebas dari penyakit.⁷ Jadi dapat disimpulkan bahwa kesadaran hidup sehat yaitu sikap suka rela yang dimiliki seseorang untuk menjaga atau membuat kondisi fisik, mental dan sosial menjadi sempurna dan terhindar dari penyakit. Seseorang akan sadar akan pentingnya kesehatan saat ia punya wawasan yang luas tentang pola hidup sehat serta semakin beragam wawasan yang dipunyai dan diterapkan maka kesadaran untuk hidup sehat akan semakin tinggi.⁸ Kesadaran hidup sehat yang akan dikaji dalam penelitian ini hanya sebatas pengetahuan dan pemahaman seseorang mengenai bahaya merokok.

⁵ Malayu Hasibuan, *Managemen Dasar, Pengertian dan Masalah* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2011) hal. 193.

⁶ Prihantika Fuji Kusuma Dewi, “*Hubungan Antara Kesadaran Hidup Sehat Dengan Perilaku Sehat Pada Komunitas Pecinta Sepeda Sidoarjo (IPSS)*” (Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Negeri Sunan Ampel, Surabaya, 2017), hal. 38.

⁷ Soekidjo Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2012) hal. 1.

⁸ Prihantika Fuji Kusuma Dewi, Op.Cit.,

2. Aspek-Aspek Kesadaran Hidup Sehat

Terdapat beberapa indikator yang menjelaskan bagaimana kesadaran hidup sehat, yang mana menurut Soekidjo Notoatmodjo dibagi menjadi beberapa dimensi yaitu sebagai berikut:

a. Wawasan tentang kesehatan

Wawasan kesehatan ialah apa-apa saja yang telah seseorang ketahui mengenai upaya atau pencegahan agar dapat menjaga hidup tetap sehat.⁹ Wawasan kesehatan yang akan kita bahas disini yaitu informasi yang menjelaskan bahwasanya merokok memiliki dampak buruk terhadap kesehatan.

b. Sikap terhadap kesehatan

Semua orang memiliki pilihan dalam hidupnya untuk menjadi orang yang sehat dan tidak peduli dengan kesehatan. Sikap terhadap kesehatan ialah pandangan seseorang tentang semua hal yang berhubungan kesehatan.¹⁰ Perencanaan, realisasi, dan evaluasi merupakan bentuk dari sebuah sikap.

c. Praktik kesehatan

Praktik kesehatan yaitu perbuatan yang dilakukan seseorang dengan tujuan utama menjaga kesehatan.¹¹ Keinginan mengurangi ataupun berhenti merokok merupakan bahasan utama dalam penelitian ini.

⁹ Ibid., hal. 39.

¹⁰ Ibid., hal. 39-40.

¹¹ Ibid.,

C. Konformitas Teman Sebaya

1. Definisi Konformitas Teman Sebaya

Teman sebaya dapat diartikan sebagai teman-teman yang memiliki usia yang sama. Santrock menjelaskan teman sebaya yaitu anak-anak atau remaja dengan tingkat usia atau kedewasaan yang sama. Johnson juga memberikan pendapatnya tentang kelompok sebaya yaitu sekumpulan individu lebih dari dua yang berinteraksi secara langsung, yang masing-masing menyadari dirinya sebagai anggota kelompok dan saling bergantung dalam mencapai tujuan kelompok.¹² Jadi dari pendapat tersebut kesimpulan dari teman sebaya adalah sekelompok anak-anak atau remaja dengan usia dan kedewasaan yang sama dan saling ketergantungan dalam mencapai tujuan.

Sedangkan untuk Konformitas, Baron dan Byrne mengungkapkan bahwa konformitas ialah dampak sosial bagi seseorang yang dengan sengaja meniru gaya hidup lingkungan sekitarnya agar ia diterima di lingkungan tersebut.¹³ Sears Dkk berpendapat bahwa jika seseorang menampilkan perilaku tertentu dengan suka rela karena setiap orang lain menampilkan perilaku tersebut, itu disebut sebagai konformitas.¹⁴ Jika individu menampilkan perilaku tertentu karena terdapat tuntutan, meskipun mereka tidak menyukai perilaku itu maka disebut dengan kepatuhan atau ketaatan. Konformitas dapat dipandang sebagai bentuk

¹² Dian Mulyasri, *Kenakalan Remaja Ditinjau Dari Persepsi Remaja Terhadap Keharmonisan Keluarga Dan Konformitas Teman Sebaya (Studi Korelasi Pada Siswa SMA Utama 2 Bandar Lampung)*, (Skripsi Sarjana, Program Studi Psikologi, Universitas Sebelas Maret Surakarta, 2010), hal. 40.

¹³ Baron dan Byrne, *Psikologi Sosial jilid 2* (Jakarta: Erlangga, 2002), hal. 53.

¹⁴ David O. Sears Dkk, *Psikologi Sosial Edisi Dua Belas* (Depok: Prenadamedia Grup), hal. 235.

khusus dari ketaatan yang dilakukan sebab adanya tekanan kelompok.¹⁵ Kesimpulan dari konformitas yang bisa kita ambil beberapa pendapat ahli diatas yaitu apabila seseorang dengan sengaja merubah perilakunya agar terlihat sama dengan orang lain serta agar diterima di lingkungannya.

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa yang dimaksud dengan konformitas teman sebaya yaitu ketika seseorang meniru perilaku teman seusianya dengan sengaja karena teman-temannya melakukan perilaku tersebut sebagai tekanan kelompok dengan tujuan penerimaan kelompok teman sebaya, pengakuan sebagai anggota, dan memiliki ketergantungan dengan kelompok teman sebaya.

2. Aspek-Aspek Konformitas Teman Sebaya

Sears mengungkapkan beberapa aspek-aspek konformitas yaitu kekompakan, kesepakatan dan ketaatan. Berikut adalah penjelasannya:

a. Kekompakan

Kekuatan yang dimiliki suatu kelompok yang dijadikan sebagai acuan membuat remaja ingin tetap dipertahankan dalam kelompok tersebut. Hubungan erat antar anggota kelompok tercipta oleh perasaan suka dan harapan memperoleh manfaat dari keanggotaannya. Semakin erat hubungan mereka maka semakin

¹⁵ Dian Mulyasri, Op.Cit., hal. 42.

besar pula kesetiiaannya, hal inilah yang membuat suatu kelompok menjadi kompak.

b. Kesepakatan

Pendapat kelompok yang sudah dibuat memiliki tekanan kuat sehingga remaja harus loyal dan menerima pendapat kelompok. Tekanan dari kelompoklah yang membuat adanya kesepakatan dalam suatu kelompok.

c. Ketaatan

Tekanan atau tuntutan dari kelompok membuat remaja rela melakukan tindakan walaupun ia tidak ingin melakukannya. Apabila remaja memiliki ketaatan yang tinggi pada kelompok tersebut maka tingkat konformitasnya tinggi.¹⁶

3. Faktor-Faktor Konformitas Teman Sebaya

Baron dan Byrne mengungkapkan bahwa konformitas teman sebaya dipengaruhi oleh beberapa faktor.¹⁷ Dibawah ini merupakan penjelasan dari faktor-faktor yang mempengaruhi konformitas teman sebaya:

a. Kohesivitas

Kohesivitas ialah bentuk penerimaan suatu pengaruh yang didapatkan dari seseorang yang dianggapnya sebagai panutan. Kohesivitas juga didefinisikan sebagai tingkat keinginan seseorang untuk masuk dan diterima dalam kelompok. Konformitas dapat

¹⁶ Dian Mulyasri, Op Cit., hal. 45.

¹⁷ Baron., hal. 56-59.

dikatakan tinggi jika tingkat kohesivitas juga tinggi, begitu pula sebaliknya jika tingkat kohesivitas rendah maka konformitas juga rendah.

b. Ukuran Kelompok

Ukuran kelompok atau yang biasa kita kenal sebagai *social presser*. Penelitian terdahulu menjelaskan bahwa ukuran suatu kelompok bukanlah faktor yang akan berpengaruh pada konformitas, akan tetapi penelitian-penelitian terkini membuktikan hal yang berbeda, bahwasanya besar kecilnya ukuran suatu kelompok memiliki pengaruh yang perlu dipertimbangkan.

c. Norma *Social Descriptive* dan Norma *Social Injunctive*

Norma *social descriptive* yaitu norma yang mengindikasikan sebuah tindakan yang akan dilakukan pada situasi tertentu. Kemudian norma *social injunctive* yaitu norma yang semestinya dilakukan tanpa terkecuali, meskipun itu pada situasi yang tidak menguntungkan. Inilah yang menjadi patokan seberapa besar suatu norma memberi pengaruh pada seseorang, sehingga mempengaruhi seseorang untuk mengikuti norma yang ada pada suatu kelompok.

D. Hubungan Kesadaran Hidup Sehat Terhadap Persepsi Perilaku Merokok Dengan Konformitas Teman Sebaya

Pada variabel yang mendapatkan pengaruh atau terikat yaitu persepsi perilaku merokok, sebagaimana yang kita tau persepsi adalah sebuah

pemaknaan atau pengartian dari sebuah stimulus. Stimulus yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah perilaku merokok. Persepsi setiap individu pasti berbeda sejalan dengan peristiwa yang pernah dialami, pola pikir dan situasi perasaannya saat itu. Hal ini berkaitan dengan variabel tidak terikat yaitu kesadaran hidup sehat. Dalam kesadaran hidup sehat terdapat tiga aspek yaitu wawasan tentang kesehatan, sikap terhadap kesehatan, dan praktik kesehatan.

Ketiga aspek tersebut memiliki keterkaitan dengan persepsi perilaku merokok, apabila seseorang memiliki wawasan atau pengetahuan mengenai kesehatan namun tidak mengetahui mengenai bahaya rokok bagi kesehatan apakah orang tersebut akan memiliki persepsi yang negatif terhadap perilaku merokok atau sebaliknya ia mempersepsikan perilaku merokok sebagai hal yang positif. Dalam penelitian ini yang dimaksud persepsi negatif adalah siswa mempersepsikan perilaku merokok sebagai perilaku yang dapat menimbulkan masalah kesehatan, sedangkan persepsi positif adalah siswa mempersepsikan perilaku merokok tidak menimbulkan masalah kesehatan.

Tentunya kedua variabel di atas memiliki keterkaitan, namun untuk melengkapi bagaimana seseorang mempersepsikan perilaku merokok maka saya menambahkan satu variabel mediator yaitu konformitas teman sebaya. Jika kesadaran hidup sehat berbasis pengetahuan maka konformitas teman sebaya berdasarkan pengalaman dan juga perasaan. Bagaimana ia melihat teman, keluarga, dan idolanya merokok, bagaimana dampak yang diterima oleh mereka setelah merokok, dan bagaimana

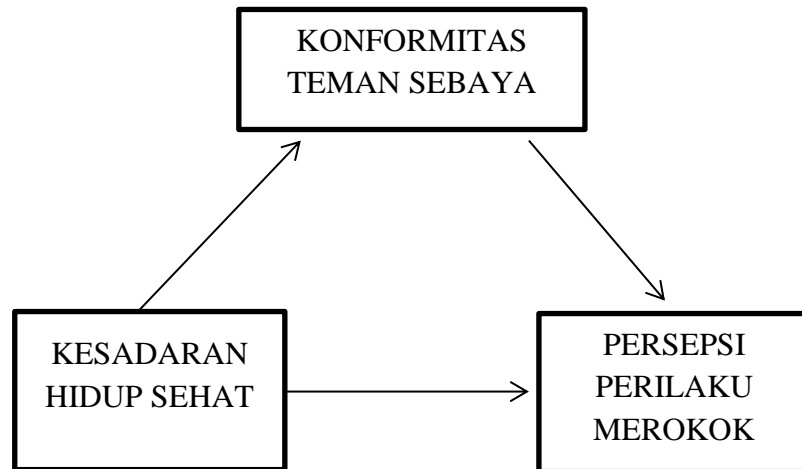
dampak yang dirinya sendiri terima setelah merokok merupakan perasaan dan pengalaman tersendiri bagi setiap individu. Yang mana akan memberi pengaruh berbeda pada setiap siswa dalam mempersepsikan perilaku merokok. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pengaruh Kesadaran Hidup Sehat Terhadap Persepsi Perilaku Merokok Dengan Konformitas Teman Sebaya.

E. Kerangka Teoritis

Persepsi mengenai suatu stimulus tidak berasal dari luar saja, melainkan dari dalam diri seseorang juga. Persepsi perilaku merokok kerap kali dipengaruhi oleh kenyataan di lapangan yang menunjukkan bahwa perilaku merokok tidak menyebabkan penyakit kronis seperti yang ditampilkan pada bungkus rokok. Hal itulah yang menyebabkan persepsi seseorang terhadap perilaku merokok positif. Dalam penelitian ini, peneliti hendak mencari pengaruh dari dalam diri seseorang yang peneliti anggap memiliki pengaruh pada persepsi perilaku merokok. Variabel yang dipilih peneliti yaitu kesadaran hidup sehat, dengan hipotesis yang diajukan yaitu kesadaran hidup sehat memberikan pengaruh negatif terhadap persepsi perilaku merokok.

Selain variabel kesadaran hidup sehat dan persepsi perilaku merokok peneliti juga menambahkan satu variabel mediator yaitu konformitas teman sebaya. Berikut adalah gambar jalur antar variabel.

Gambar 1. Kerangka Teori



Gambar di atas merupakan visualisasi dari variabel mediator. Terlihat bahwa peranan variabel bebas terhadap variabel terikat memiliki dua jenis jalur. Jalur pertama adalah peranan langsung atau *direct effect* dan jalur ke dua adalah peranan tidak langsung atau *indirect effect* yang dimediasi oleh variabel mediator. Dengan adanya dua alur yang mempengaruhi variabel terikat, maka penjumlahan antar kedua jalur itu diberi nama peranan total atau *total effect*.

Sebagaimana yang telah dijelaskan pada latar belakang, bahwasanya perilaku merokok sangat erat hubungannya dengan konformitas teman sebaya. Konformitas memiliki peran penting dalam pengambilan keputusan untuk merokok, oleh karena itu peneliti ingin menambahkan konformitas teman sebaya sebagai variabel yang perlu dipertimbangkan pada penelitian ini. Dengan bukti adanya hubungan positif antara konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok, akankah kesadaran hidup sehat dapat memberikan pengaruh pada persepsi perilaku merokok setelah mempertimbangkan konformitas teman sebaya.

F. Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan sementara yang dibuat oleh peneliti dengan mengacu pada rumusan masalah yang telah ditetapkan. Dalam penelitian ini didapat dua hipotesis sebagai berikut:

1. H_1 : Kesadaran hidup sehat memberikan pengaruh negatif terhadap persepsi perilaku merokok.

H_0 : Kesadaran memberikan pengaruh positif terhadap persepsi perilaku merokok.

1. H_1 : Terdapat pengaruh konformitas teman sebaya dalam memediasi antara kesadaran hidup sehat dan persepsi perilaku merokok.

H_0 : Tidak terdapat pengaruh konformitas teman sebaya dalam memediasi antara kesadaran hidup sehat dan persepsi perilaku merokok.