

# PENGARUH KEPERCAYAAN DIRI DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA TERHADAP PERILAKU MEROKOK SISWA KELAS X SMA NEGERI 70 JAKARTA

Dewinta Priyanti  
Sondang Maria J Silaen

Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I.

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan subyek penelitian siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta. Pengambilan data menggunakan kuisioner dengan skala likert yang berisi lima pilihan jawaban dan data diolah menggunakan SPSS Statistic versi 15. Teknik sampel yang digunakan adalah teknik *simple random sampling* sedangkan untuk pengumpulan data digunakan skala perilaku merokok, skala kepercayaan diri, dan skala konformitas teman sebaya. Selanjutnya, analisis data diolah menggunakan korelasi *bivariate* dan korelasi *multivariate*. Hasil penelitian menunjukkan: Ha1: ada pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok dengan arah korelasi positif, Ha2: ada pengaruh yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok dengan arah korelasi negatif, dan Ha3: ada pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok dengan arah korelasi positif.

**Kata kunci : Perilaku merokok, Kepercayaan diri, konformitas teman sebaya.**

## PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara dengan industri rokok terbesar di dunia. Industri rokok di Indonesia merupakan salah satu penyumbang devisa terbesar negara karena industri rokok dinilai mampu memberikan lapangan kerja bagi ribuan orang. Industri rokok juga mampu mengembangkan pertanian dengan penanaman tembakau sebagai bahan baku utama rokok dan dengan begitu maka banyak tenaga kerja yang bisa diserap untuk menanam tembakau. Keberadaan industri rokok memang dapat dibidang membawa keuntungan ekonomi bagi negara tetapi juga membawa dampak buruk bagi kehidupan manusia antara lain masalah kesehatan, polusi udara, menimbulkan berbagai macam penyakit. Disamping itu, berbagai kandungan zat yang terdapat di dalam rokok memberikan dampak negatif bagi tubuh penghisapnya. Bahkan sebagian penelitian menunjukkan bahwa para perokok pasif memiliki resiko kesehatan yang lebih tinggi daripada para perokok aktif itu sendiri.

Menurut KPAI (dikutip 20 Maret 2017 pukul 5.12) data Atlas Pengendalian Tembakau di ASEAN mengungkapkan bahwa lebih dari 30% anak Indonesia mulai merokok sebelum usia 10 tahun. Jumlah ini mencapai 20 juta anak. Lida Sundari, Ketua Lentera Anak, menyebut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan 2013, hampir 80% perokok dengan total 16 juta, memulai merokok pada usia di bawah 19 tahun hal tersebut dikarenakan banyak pula “model perokok” di sekitar mereka. Menurut Riset

Kesehatan Dasar (2013) rata-rata perokok di Indonesia saat ini sebesar 29,3%. Di DKI Jakarta sendiri, proporsi perokok di atas usia 10 tahun yang merokok setiap hari 23,2% dan perokok kadang-kadang sebesar 6,0% dengan jumlah batang yang di hisap dalam sehari sebesar 11,6%.

Ada berbagai alasan mengapa remaja melakukan perilaku merokok. Secara umum menurut Kurt Lewin (dalam Dian K. dan Avin Fadilla H., 2000) bahwa perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan karena faktor-faktor dalam diri, juga disebabkan karena faktor lingkungan dari luar diri individu. Faktor dari dalam diri dapat dilihat dalam kajian perkembangan remaja, remaja mulai merokok dikatakan oleh Erickson berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya yaitu pada masa ketika mereka berada pada masa pencarian jati diri. Upaya-upaya pencarian jati diri tidak semuanya berjalan sesuai harapan, maka dari itu beberapa remaja melakukan perilaku merokok sebagai cara dari bagian pencarian jati diri tersebut. Daniel Harm (dalam Hikma Artiana S. dan Istiana K.,2009) mengungkapkan bahwa alasan seorang merokok sangat terkait dengan keinginan orang tersebut untuk mendapatkan kepuasan psikologis, alasan-alasan tersebut karena stimulasi, karena menginginkan suatu pegangan, kesenangan, ketenangan. Selain

faktor perkembangannya dan psikologis, masih banyak faktor dari luar diri individu.

Kepercayaan diri akan memberikan keberanian pada remaja untuk menyampaikan pendapat atau pikiran-pikiran kepada orang lain tanpa disertai kecemasan dan kekhawatiran. dalam melakukan hal tersebut tidak menutup kemungkinan remaja menggunakan rokok sebagai media untuk melepaskan diri dari keadaan yang tidak diinginkannya. Merokok dalam hal ini digunakan sebagai penopang atau sebagai pelampiasan dari kegagalan atau ketidakmampuan dirinya (menurut Hurlock, dalam Hikma Artiana S. dan Istiana K., 2009).

Beberapa dari pelajar akan melakukan apa saja yang dilakukan oleh kelompoknya hanya untuk diterima sebagai kelompok (Santrock, 2003). Konformitas adalah perubahan perilaku atau keyakinan karena adanya tekanan dari kelompok atau karena orang memang sekedar ingin berperilaku sama dengan orang lain (Kiesler & Kiesler dalam Sarwono, 2001). Sedangkan Baron berpendapat (Baron & Byrne, 2005) mengatakan bahwa konformitas merupakan cara bertingkah laku dengan cara-cara yang dipandang wajar atau dapat diterima oleh kelompok atau masyarakat luas.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh *Global Youth Tobacco Survey* (WHO, 2014) survey merokok pada remaja di Jakarta menunjukkan perilaku merokok karena faktor lingkungan keluarga sebesar 66,85% tinggal dengan keluarga yang merokok. Menurut Tarwoto dkk. (dalam Dwi Nurmayunita, 2014) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kebiasaan merokok adalah tekanan teman sebaya, berteman dengan orang yang merokok di usia muda, status sosial ekonomi yang rendah, mempunyai lingkungan keluarga yang merokok, dan tidak percaya bahwa merokok mengganggu kesehatan.

Berdasarkan data Kepolisian Negara Indonesia daerah Metro Jaya Resor Metropolitan Jakarta Selatan diatas, dapat dilihat bahwa ada beberapa SMA maupun SMK di wilayah Jakarta Selatan yang sering mendatangi atau berkumpul di titik nongkrong sekitaran daerah Jakarta Selatan. Setelah melakukan pemilihan acak menggunakan undian untuk menentukan sekolah mana yang akan diteliti, maka terpilihlah SMA Negeri 70 Jakarta.

Berdasarkan pengamatan awal di lingkungan SMA Negeri 70 Jakarta, telah ada peraturan larangan merokok di sembarang tempat, di beberapa tempat juga sudah disediakan tempat khusus untuk merokok. Pada Selasa, 25 April 2017 peneliti melakukan pengamatan awal dengan mewawancarai beberapa siswa SMA Negeri 70 Jakarta yang ditemui SMA Negeri 70 Jakarta tersebut, beberapa mengaku sudah pernah merokok

padahal masih duduk di bangku sekolah dasar ada juga yang mulai merokok saat duduk di bangku sekolah menengah pertama, mereka melakukannya karena melihat ayah dan kakak-kakaknya yang merokok juga, ada juga yang merokok karena faktor coba-coba ikutan teman dan ada pula yang mengaku bahwa jika merokok jadi dianggap oleh teman-temannya dan beberapa juga tidak pernah merokok. Mereka sebagian besar telah mengetahui bahwa rokok berbahaya dan tidak baik bagi kesehatan. Kebanyakan responden remaja tersebut mengenal rokok dari iklan di televisi, ayahnya, kakak-kakaknya dan teman-temannya.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk meneliti "Pengaruh antara Kepercayaan Diri dan Konformitas Teman Sebaya terhadap Perilaku Merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta".

#### RUMUSAN MASALAH

1. Apakah terdapat pengaruh antara kepercayaan diri terhadap perilaku merokok pada siswa Kelas X SMA Negeri 70 Jakarta?
2. Apakah terdapat pengaruh antara konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa Kelas X SMA Negeri 70 Jakarta?
3. Apakah terdapat pengaruh antara kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa Kelas X SMA Negeri 70 Jakarta?

#### TINJAUAN PUSTAKA

##### PERILAKU MEROKOK

Perilaku merokok menurut Dian Komalasari dan Avin Fadilla Helmi (2000) adalah aktivitas individu yang berhubungan dengan perilaku merokoknya, yang diukur melalui intensitas merokok, waktu merokok, dan fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari.

Sitepoe (2000) dan Amstrong (1990), mendefinisikan rokok sebagai membakar sebatang rokok yang terdiri dari bahan baku kertas, tembakau, dan cengkeh yang mengandung nikotin dan tar kemudian menghisapnya, baik menggunakan pipa ataupun kertas/nipah yang digulung dan menghembuskannya lagi keluar. Kandungan tar yang terdapat pada sebatang rokok tersebut akan timbul ketika rokok tersebut dibakar.

Berdasarkan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok adalah kegiatan atau aktivitas individu membakar lalu menghisap rokok, rokok itu sendiri yaitu tembakau yang dimasukkan ke dalam kertas, pipa, atau cerutu kemudian menghembuskan asap.

##### KARAKTERISTIK PERILAKU MEROKOK

Enung Fatimah (2006: 245) mengemukakan karakteristik perilaku merokok menjadi dua, yaitu karakteristik perilaku merokok menurut tempatnya dan karakteristik perilaku merokok berdasarkan jumlah rokok yang dihisap.

#### TAHAP-TAHAP PERILAKU MEROKOK

Menurut Leventhal & Clearly (dalam Dian Komalasari & Avin Fadilla Helmi, 2000: 3) terdapat empat tahap dalam perilaku merokok sehingga menjadi perokok, yaitu:

- a. Tahap *Preparatory*. Individu melihat gambaran yang menyenangkan tentang perilaku merokok dengan cara mendengar, melihat, atau melalui hasil bacaan. Hal-hal ini menimbulkan minat untuk merokok. Tahap persiapan terjadi sebelum individu mencoba rokok. Hal ini mencakup perkembangan tingkah laku dan perhatian terhadap perilaku merokok dan pandangan tentang rokok, keduanya berasal dari pengamatan pribadi terhadap orangtua atau individu lain yang dikenalnya dan dari input melalui media dalam masyarakat.
- b. Tahap *Initiation*. Tahap perintisan merokok yaitu tahap apakah individu akan meneruskan atau tidak terhadap perilaku merokok. Tahap *Initiation* merupakan tahap kritis bagi individu, biasanya timbul karena dorongan dari teman sebaya. Selain itu, adanya anggota keluarga yang merokok membuat individu untuk mulai merokok dan membuat rokok menjadi lebih tersedia untuk dicoba.
- c. Tahap *Becoming of Smoker*. Apabila individu telah merokok sebanyak empat batang perhari maka mempunyai kecenderungan menjadi perokok. Tahap *Becoming of Smoker* dilihat sebagai proses pembentukan konsep belajar kapan dan bagaimana merokok serta menyatukan peran sebagai perokok terhadap konsep dirinya. Pada tahap ini toleransi terus bertambah sebagai pengaruh fisiologis dari merokok.
- d. Tahap *Maintenance of Smoking*. Tahap ini merokok sudah menjadi salah satu bagian dari cara pengaturan diri (*self regulating*). Tahap *Maintenance of Smoking* (mempertahankan perilaku merokok) adalah tahap terakhir, di mana faktor psikologis dan mekanisme biologis digabungkan untuk mempertahankan pola perilaku yang dipelajari ini. Ada berbagai alasan psikologis untuk merokok, yaitu: kebiasaan, kecanduan, mengurangi kecemasan dan tekanan, relaksasi yang menyenangkan, pergaulan, dan sebagai perangsang (stimulasi).

#### TIPE-TIPE PERILAKU MEROKOK

Menurut Silvan Tomkins (dalam Enung Fatimah, 2006: 243) ada empat tipe perilaku merokok berdasarkan *Management of Affect Theory*, keempat tipe tersebut adalah:

- a) Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif (*Positive Affect Smoker*).
- b) Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif (*Negative Affect Smoker*).
- c) Perilaku merokok yang adiktif (*Addictive Smoker*).
- d) Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan (*Pure Habits Smoker*).

#### ASPEK PERILAKU MEROKOK

Perilaku merokok menurut Hasnida dan Kemala (2005) dapat dilihat dari empat aspek, yaitu:

- a. Fungsi Merokok. Individu yang tergantung pada kegiatan merokoknya dalam berbagai keperluan menunjukkan bahwa merokok memiliki fungsi penting bagi kehidupannya.
- b. Tempat Merokok. Individu yang merokok di sembarang tempat bahkan di ruangan yang dilarang merokok menunjukkan bahwa perilaku merokoknya sangat tinggi.
- c. Intensitas Merokok. Seseorang yang merokok dengan jumlah batang yang sangat banyak menunjukkan perilaku merokoknya sangat tinggi.
- d. Waktu Merokok. Seseorang yang merokok di setiap waktu (pagi, siang, sore dan malam) menunjukkan perilaku merokoknya yang tinggi.

#### FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU MEROKOK

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok (Enung Fatimah, 2006: 245) sebagai berikut:

- a. Pengaruh orang tua. Pengaruh yang paling kuat adalah bila orangtua sendiri menjadi figur contoh.
- b. Pengaruh teman. Berbagai fakta mengungkapkan bahwa banyak individu merokok, yang berteman dengan perokok juga.
- c. Faktor kepribadian. Satu sifat kepribadian yang bersifat prediktif pada pengguna obat-obatan (termasuk rokok).
- d. Pengaruh iklan. Iklan di media massa dan elektronik yang menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambang hidup *glamour*.

#### KEPERCAYAAN DIRI

Menurut Anthony dalam Gufron (2010) berpendapat bahwasanya kepercayaan diri ialah sikap pada individu yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.

Thursan Hakim (2005: 6) rasa percaya diri adalah suatu keyakinan individu terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan

tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang di dalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistik.

#### ASPEK KEPERCAYAAN DIRI

Lauster (dalam M.Nur Ghufron & Rini Risnawita, 2010) berpendapat bahwa kepercayaan diri yang sangat berlebihan, bukanlah sifat yang positif. Pada umumnya akan menjadikan orang tersebut kurang berhati-hati dan akan berbuat seenaknya sendiri. Hal ini menjadi sebuah tingkah laku yang menyebabkan konflik dengan orang lain. Menurut Lauster, orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah yang disebutkan dibawah ini.

- a. Keyakinan Kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
- c. Objektif ialah orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung Jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional dan Realistik adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

#### CIRI-CIRI KEPERCAYAAN DIRI

Menurut Thursan Hakim (2005:5) terdapat beberapa ciri-ciri tertentu dari individu yang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, adalah:

- a. Bersikap senang didalam mengerjakan segala sesuatu
- b. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- c. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.
- d. Selalu bersikap positif dalam menghadapi permasalahan.

#### FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEPERCAYAAN DIRI

Menurut Gina (2009) kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal:

- a. Faktor Internal, meliputi:

- 1) Konsep Diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada individu diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan kelompok.

- 2) Harga Diri

Penilaian yang dilakukan terhadap dirinya.

- 3) Kondisi Fisik

Penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang.

- 4) Pengalaman Hidup

Pengalaman yang mengecewakan seringkali menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri.

- b. Faktor Eksternal

- 1) Pendidikan

- 2) Pekerjaan

- 3) Lingkungan dan Pengalaman Hidup.

#### KONFORMITAS TEMAN SEBAYA

Perilaku sama dengan individu lain yang didorong oleh keinginan sendiri ini dinamakan konformitas (Sarlito Wirawan Sarwono, 2005: 182). Pergaulan teman sebaya akan memberikan pengaruh langsung terhadap perilaku individu tersebut. Konformitas tidak hanya mengikuti atau sama dengan apa yang orang lain lakukan; Hal ini juga dipengaruhi oleh bagaimana mereka bertindak (menurut David G.M. (2013: 188)).

Dari definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa konformitas adalah perilaku yang mempengaruhi individu untuk merubah sikap individu, karena adanya tuntutan dari individu lain atau kelompok serta norma yang berlaku

#### ASPEK-ASPEK KONFORMITAS

Menurut Baron dan Byrne (2005) aspek-aspek konformitas adalah sebagai berikut :

- a. Aspek normatif, yaitu keinginan individu untuk disukai dan rasa takut akan penolakan.
- b. Aspek informasional, yaitu keinginan individu untuk merasa benar untuk memiliki persepsi yang tepat mengenai dunia sosial.
- c. Aspek membenarkan kognitif, yaitu ketika individu dengan senang hati melakukan konformitas, individu memiliki kesimpulan bahwa orang lain benar dan dirinya salah, serta hanya menganggap akan menimbulkan dilema sesaat.

#### BENTUK-BENTUK KONFORMITAS

Menurut Sarlito Wirawan Sarwono (2005: 173), bentuk bentuk konformitas dibagi dua, yaitu:

- a. Konformitas menurut (*compliance*) dilakukan secara terbuka, sehingga terlihat oleh umum, walaupun hatinya tidak setuju.
- b. Konformitas penerimaan (*acceptance*) disertai perilaku dan kepercayaan yang sesuai dengan tatanan sosial.

## FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KONFORMITAS

Menurut Sears (2004) menyebutkan ada empat faktor yang mempengaruhi konformitas, antara lain:

- a. Rasa Takut terhadap Celaan Sosial  
Alasan utamanya ialah agar memperoleh persetujuan atau menghindari celaan kelompok.
- b. Rasa Takut terhadap Penyimpangan  
Rasa takut dipandang sebagai individu yang menyimpang merupakan faktor dasar hampir dalam semua situasi sosial. Setiap individu menduduki suatu posisi dan individu menyadari bahwa posisi itu tidak tepat. Berarti individu telah menyimpang dalam pikirannya sendiri yang membuatnya merasa gelisah dan emosi terkadang menjadi tidak terkontrol. Individu cenderung melakukan suatu hal sesuai dengan nilai-nilai kelompok tanpa memperdulikan akibatnya nanti.
- b. Kekompakan Kelompok  
Kekompakan yang tinggi menimbulkan konformitas yang semakin tinggi. Alasan utamanya adalah bahwa bila orang merasa dekat dengan anggota kelompok yang lain, akan semakin menyenangkan bagi mereka untuk mengakui dan semakin menyakitkan bila mereka mencela.
- c. Keterikatan pada Penilaian Bebas  
Keterikatan sebagai kekuatan total yang membuat seseorang mengalami kesulitan untuk melepaskan suatu pendapat, orang yang secara terbuka dan bersungguh-sungguh terikat suatu penilaian bebas akan lebih enggan menyesuaikan diri terhadap penilaian kelompok yang berlawanan.

## KAJIAN HASIL PENELITIAN RELEVAN

1. Penelitian yang dilakukan oleh Zeena Haraheh dan Wilma A.M. Vollebergh (2011) dengan judul *The impact of active and passive peer influence on young adult smoking: An experimental study* (terjemahan: Dampak dari usia sebaya aktif dan pasif terhadap merokok di usia muda: Sebuah studi eksperimental) memiliki *conclusion* sebagai berikut:

*“Peer group didn't have a significant additional contribution, over and above smoking of the peer. passive peer influence affect young adult smoking rather than active (pressure) peer influence. thus, smoking cessation effort should aim at preventing interaction with smoking peers and raising awareness about its impact” ..*

yang menunjukkan bahwa, teman sebaya tidak memiliki kontribusi tambahan yang signifikan terhadap yang

aktif maupun pasif. Dengan demikian, usaha penghentian merokok seharusnya bertujuan mencegah interaksi dengan teman yang merokok dan meningkatkan kesadaran akan dampak dari hal tersebut.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Michael Schreuders, et al. (2017) dengan judul *Understanding the impact of school tobacco policies on adolescent smoking behavior: A realist review* (terjemahan: Memahami dampak kebijakan tembakau sekolah terhadap perilaku merokok remaja: Sebuah tinjauan nyata yang memiliki *conclusion* sebagai berikut:

*“The school tobacco policies (STP's) impacts can be influenced by adequate implementation and embedding them in continuous monitoring and adaptation cycles, so that schools can proactively deal with the cognitive and behavioural responses that lead to suboptimal or adverse outcomes” ....*

yang menunjukkan bahwa, dampak kebijakan tembakau di sekolah (STP's) dapat dipengaruhi oleh penerapan yang memadai dan menanamkan kepada mereka dalam siklus pemantauan dan adaptasi yang berkesinambungan, sehingga sekolah dapat secara proaktif menghadapi tanggapan kognitif dan perilaku yang mengarah pada hasil yang kurang optimal atau merugikan.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Karine Nyborg dan Mari Rege (2003) dengan judul *On social norms: the evolution of considerate smoking behavior* (terjemahan: pada norma sosial: evolusi perilaku merokok yang penuh perhatian) memiliki *conclusion* sebagai berikut:

*“In this paper, we have demonstrated that introduction of smoking regulations can induce dramatic changes in smokers' consideration levels. Starting from a situation in which no-one is considerate, new regulations may move the economy to an equilibrium in which a large share of smokers are considerate, even in the unregulated zone. Such dramatic shifts from low to high consideration equilibria require, however, that the tightness of new restrictions exceeds a critical level. This critical level depends, among other things, on the size of smokers' costs of being considerate. In 1999, only 10 percent of non-smokers reported that smoking guests would usually smoke indoors in their home without asking for permission. As much as 74 percent reported that this was the most common behavior among*

*smoking guests 10–15 years earlier. Since a major smoking law amendment was implemented in 1988, this finding is consistent with the predictions of our theoretical model. On the basis of our data we can, however, not conclude on whether the shift in social norms was triggered by the new smoking regulation or by a change in beliefs about negative health effects. Nevertheless, the sum of these changes, possibly reinforcing each other, has apparently been sufficient to move the economy to a high consideration equilibrium” .....*

yang menunjukkan bahwa dengan pengenalan peraturan merokok dapat menyebabkan perubahan dramatis pada tingkat pertimbangan perokok. Berawal dari situasi di mana tidak ada yang perhatian, peraturan baru dapat memindahkan ekonomi ke keseimbangan di mana sebagian besar perokok sangat perhatian, bahkan di zona yang tidak diatur. Pergeseran dramatis dari rendah ke tinggi memerlukan pertimbangan equilibria, bagaimanapun, bahwa ketatnya pembatasan baru melebihi tingkat kritis. Tingkat kritis ini tergantung, antara lain pada seukuran biaya perokok yang perlu diperhatikan.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Summer Sherburne Hawkins, Ph.D et al. (2016) yang berjudul *Impact of Tobacco Control Policies on Adolescent Smoking* (Dampak Kebijakan Pengendalian Tembakau terhadap Remaja yang Merokok) memiliki *conclusion* sebagai berikut:

*“The youngest adolescents are the most price sensitive, and cigarettes taxes continue to be a successful approach to reduce adolescent smoking. smoke-free legislation may also be an effective strategy to reduce smoking among all adolescents”...*

yang menunjukkan bahwa remaja paling sensitif terhadap harga, dan pajak rokok terus menjadi pendekatan yang berhasil untuk mengurangi perilaku merokok pada remaja. Perundang-undangan bebas rokok mungkin juga merupakan strategi efektif untuk mengurangi perilaku merokok di kalangan remaja.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Ayu Pratiwi (2013) dengan judul Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Perilaku Merokok pada Remaja di Kelurahan Juwiring menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan perilaku

merokok remaja di kelurahan juwiring yang berarti perilaku merokok pada subjek tergolong sedang.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Frediana Yudianingsih (2015) dengan judul Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Konformitas Teman Sebaya terhadap Perilaku Merokok menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok pada angkatan 2014 Universitas Persada Indonesia. Dengan koefisien korelasi ke arah negatif artinya adalah semakin tinggi rasa percaya diri individu maka semakin rendah tingkat konformitasnya.

#### HIPOTESA

Ha1: Ada pengaruh antara kepercayaan diri terhadap perilaku merokok siswa Kelas X SMA Negeri 70 Jakarta.

Ha2: Ada pengaruh antara konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa Kelas X SMA Negeri 70 Jakarta.

Ha3: Ada pengaruh antara kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa Kelas X SMA Negeri 70 Jakarta.

#### METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif karena data yang dikumpulkan berupa angka.

#### SUBJEK PENELITIAN

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta tahun ajaran 2016/2017. Total populasi sebanyak 144 siswa. Sampel diambil dengan teknik *simple random sampling*. Penentuan sampel penelitian didasarkan atas tabel *Krejcie* dan *Morgan* sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 103 siswa.

#### METODE PENGUMPULAN DATA

Metode pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah metode skala. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah model skala *Likert* dengan lima alternatif jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Skala yang dibuat dalam penelitian ini terdiri dari tiga macam, yaitu:

- 1) Skala perilaku merokok, skala perilaku merokok berjumlah 40 item yang terdiri dari 20 item *favorable* dan 20 item *unfavorable*. Berdasarkan hasil pengujian validitas item, skala perilaku merokok yang dinyatakan valid sebanyak 33 item valid dan yang gugur

sebanyak 7 item. Dimana indeks *corrected item-total correlation* (rit) bergerak dari 0,187 – 0,489 untuk aspek fungsi merokok, 0,135 – 0,626 untuk aspek tempat merokok, 0,124 – 0,395 untuk aspek intensitas merokok, dan 0,147 – 0,292 untuk aspek waktu merokok.

- 2) Skala kepercayaan diri, skala ini berjumlah 36 item yang terdiri dari 18 item *favorable* dan 18 item *unfavorable*. Berdasarkan hasil pengujian validitas item, skala kepercayaan diri yang dinyatakan valid sebanyak 29 item valid dan yang gugur sebanyak 7 item. Dimana indeks *corrected item-total correlation* (rit) bergerak dari 0,273 – 0,634 untuk aspek keyakinan dan kemampuan diri, 0,427 – 0,776 untuk aspek optimis, 0,207 – 0,714 untuk aspek objektif, 0,520 – 0,713 untuk aspek bertanggung jawab, dan 0,477 – 0,734 untuk aspek rasional dan realistik.
- 3) Skala konformitas teman sebaya, skala ini berjumlah 24 item yang terdiri dari 12 item *favorable* dan 12 item *unfavorable*. Berdasarkan hasil pengujian validitas item, skala konformitas teman sebaya yang dinyatakan valid sebanyak 19 item valid dan yang gugur sebanyak 5 item. Dimana indeks *corrected item-total correlation* (rit) bergerak dari 0,138 – 0,641 untuk aspek normatif, 0,612 – 0,920 untuk aspek informatif, dan 0,409 – 0,798 untuk aspek membenarkan kognitif.

## HASIL PENELITIAN

Analisis data penelitian bertujuan untuk menguji pengaruh antara kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok pada siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta. Analisis dilakukan dengan menggunakan metode korelasi bivariate (*bivariate correlation*) dalam program SPSS 15.00 *for windows*.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat dari hasil analisis statistik dengan menggunakan regresi *bivariate* yang menunjukkan nilai  $r = 0,848$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dengan arah korelasi positif. Hasil tersebut menunjukkan pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta dimana semakin tinggi kepercayaan diri siswa maka akan semakin tinggi pula perilaku merokok yang dilakukan siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta.

Selanjutnya hasil penelitian kedua dengan menggunakan regresi *bivariate* menunjukkan ada pengaruh konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta dengan nilai koefisien korelasi  $r = -0,607$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dengan arah yang negatif. Hal ini menunjukkan semakin rendah konformitas teman sebaya siswa maka semakin tinggi perilaku merokok yang dilakukan siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta.

Berdasarkan hasil analisis regresi berganda. Diperoleh nilai  $R = 0,861$   $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) dengan arah korelasi positif, hal ini berarti terdapat pengaruh antara kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta. Artinya variabel kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya mampu memprediksi keputusan berperilaku merokok pada siswa. Dengan demikian hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak, sehingga  $H_a$  yang menyatakan ada pengaruh kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok pada siswa kelas X SMA 70 Jakarta diterima.

Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa ada pengaruh antara kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta. Begitu pula dengan pengaruh dari masing-masing variabel bebas yakni kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta. Adapun kemampuan dua variabel bebas yaitu kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya menjelaskan atau memprediksi variabel terikat berupa perilaku merokok sebesar sebesar 74,1% dimana kontribusi pengaruh dari kepercayaan diri terhadap perilaku merokok didapat sebesar 71,9% dan kontribusi pengaruh konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok sebesar 2,2% sedangkan sisanya (25,9%) dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diketahui dan tidak termasuk dalam analisis regresi ini atau variabel lain di luar penelitian.

Pengaruh antara variabel kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok pada siswa kelas X SMA 70 Jakarta. Dengan nilai koefisien beta kepercayaan diri sebesar 0,745 dan konformitas teman sebaya sebesar -0,180 hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah konformitas teman sebaya akan diikuti dengan meningkatnya kepercayaan diri dan menimbulkan perilaku merokok.

Kemudian berdasarkan kategorisasi skala perilaku merokok memiliki rata-rata sebesar 96,60 yang tergolong kategori sedang, skala kepercayaan diri memiliki rata-rata sebesar 88,02 yang tergolong kategori sedang, dan skor kategorisasi konformitas teman sebaya memiliki rata-rata sebesar 76,77 yang tergolong kategori tinggi. Dengan demikian siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta memiliki perilaku merokok dengan taraf sedang, kepercayaan diri dengan taraf sedang, serta konformitas teman sebaya dengan taraf tinggi.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari analisis data dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dapat ditarik kesimpulan:

1. Ada pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok pada siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri siswa maka akan diikuti dengan meningkatnya perilaku merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta.
2. Ada pengaruh yang signifikan dengan arah negatif antara konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok pada siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah konformitas teman sebaya siswa maka akan diikuti dengan meningkatnya perilaku merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta.
3. Ada pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok pada siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta.

## IMPLIKASI

Implikasi dari hasil penelitian mencakup dua hal, yaitu implikasi teoritis dan praktis. Implikasi teoritis berhubungan dengan kontribusinya bagi perkembangan teori-teori psikologi tentang perilaku merokok, kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya sedangkan implikasi praktis berkaitan dengan kontribusi penelitian perilaku merokok pada siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta

1. Implikasi Teoritis
  - a. Penelitian ini telah membuktikan bahwa perilaku merokok dapat dipengaruhi dengan beberapa faktor yang ada. Faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri dan konformitas teman sebaya. Peningkatan faktor-faktor tersebut sebanding dengan peningkatan perilaku merokok dari individu.
  - b. Penelitian ini telah membuktikan bahwa kepercayaan diri memiliki pengaruh dengan perilaku merokok. Siswa dengan kepercayaan diri yang tinggi mempunyai perilaku merokok yang tinggi daripada siswa dengan kepercayaan diri yang sedang maupun rendah. Diharapkan bagi para siswa untuk mengurangi atau menghentikan perilaku merokok dan meningkatkan kesadaran akan dampak dari perilaku merokok tersebut.
  - c. Penelitian ini telah membuktikan bahwa konformitas teman sebaya memiliki pengaruh dengan perilaku merokok.
2. Implikasi Praktis  
Hasil penelitian ini digunakan sebagai masukan bagi pihak sekolah, orang tua diharapkan mampu membantu siswa untuk

mengedukasi bahaya berperilaku merokok dan memberitahukan dampak-dampaknya dari perilaku merokok tersebut. Dan mengajak siswa untuk tetap memiliki kepercayaan diri tanpa harus mengikuti perilaku-perilaku negatif dari teman sekitarnya.

## SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka saran-saran yang dapat dipertimbangkan adalah:

1. Saran Teoritis

Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk menyesuaikan adaptasi alat ukur dengan budaya dari populasi yang akan dipergunakan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi penelitian lain. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan variabel bebas yang lain, yang juga memiliki pengaruh terhadap perilaku merokok, antara lain pengaruh orang tua, lingkungan sekolah, faktor kepribadian, pengaruh media iklan dan sebagainya.

2. Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian ini, kategorisasi terlihat bahwa perilaku merokok siswa kelas X SMA Negeri 70 Jakarta berada pada kategorisasi sedang, maka diharapkan siswa dapat menekan perilaku merokok. Orang tua dan guru juga diharapkan dapat menunjukkan kepedulian dan perhatian sehingga kepercayaan diri siswa terus meningkat. Selain itu siswa juga diharapkan dapat lebih mempertimbangkan baik dan buruk sebelum bertindak serta tidak mudah terpengaruh oleh perilaku-perilaku buruk dari lingkungan sekitar dan teman sebayanya.

Bagi orang tua, perlunya sosialisasi sedari dini kepada anak tentang bahaya merokok dan dampaknya bagi kesehatan. Bagi sekolah, perlunya edukasi dan pengingat bagi seluruh siswa tentang bahaya dan efek dari berperilaku merokok.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ach Syaifullah. (2010). *Tips Bisa Percaya Diri*. Yogyakarta: Garailmu.
- Andrian Liem. (2014). *Pengaruh Media Massa, Keluarga dan Teman terhadap Perilaku Merokok Remaja di Yogyakarta*. *Makara Hubs-Asia*, 18 (1), 41-52.
- Baron A.R. & Byrne D. (2005). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- David G.Myers. (2013). *Social Psychology (Eleventh Edition)*. Amerika: McGraw Hill Companies.



- Dian K. dan Avin Fadilla H. (2000). *Faktor faktor Penyebab Perilaku Merokok* Jurnal Psikologi No.1, 37-47.
- Enung Fatimah, (2006). *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Hasnida dan Kemala, I. (2005). *Hubungan antara Stress dan Perilaku Merokok pada Remaja Laki-laki*. Jurnal Psikologi. 1 (2), 105-111.
- Hikma Artiana S. dan Istiana K., (2009). *Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Perilaku Merokok pada Remaja*. Jurnal Psikohumanika Vol.II No.2 Desember 2009. Universitas Setia Budi.
- Karine Nyborg & Mari Rere. (2003). *On Social Norms: The Evolution of Considerate Smoking Behavior*. Journal of Economic Behavior & Organization Vol. 52 (2003) 323 340. Case Western Reserve University: USA.
- Michael Schreuders, et al. (2017). *Understanding The Impact of School Tobacco Policies on Adolescent Smoking Behavior: A realist review*. Journal of Social Science and Medicine 183 (2017), 19 – 27. University of Amsterdam: The Netherlands.
- M. Nur Ghufron dan Rini Rismawita S. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: At-Ruzz Media.
- Riset Kesehatan Dasar, (2013). *Perilaku Tembakau* (132-138). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 132- 138.
- Santrock, J.W., (2003). *Adolescence*. Amerika: McGraw Hill Companie.
- Sarlito W. Sarwono. (2005). *Psikologi Sosial (Psikologi Kelompok dan Psikologi Terapan)*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Sears, David O., Freedman and JL., Peplau, L.A. (2009). *Psikologi Sosial* (edisi 12). Jakarta: Erlangga.
- Sitepoe, M. (2000). *Kekhususan Rokok Indonesia*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana.
- Situs resmi KPAI, <http://www.kpai.go.id/berita/meng-a-lebih-20-juta-anak-indonesia-mulai-merokok-sebelum-10-tahun/> (diakses 20 Maret 2017 pukul5.12).
- Summer Sherburne Hawkins, Ph.D et al. (2016). *Impact of Tobacco Control Policieson Adolescent Smoking*. Journal of Adolescents Health xxx 2016 1-7.
- Thursan Hakim. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Depok: Puspa Swara,Anggota IKAPI.
- Vaughan, G.M., Hogg, M.A. (2005). *Social psychology 4<sup>th</sup> ed*. Pearson Prentice Hall, Australia.
- World Health Organization. (2015). *Global Youth Tobacco Survey (GYTS): Indonesian Report 2014*. WHO: Regional Office for South-east Asia.
- Yuh Ling-Shen. (2011). *Effects of Chinese parental practices on adolescent school outcomes mediated by conformity to parents, self-esteem, and self-efficacy*. International Journal of Educational Reasearch 50 2011 282-290.
- Zeena Harakeh, W.A.M. Vollebergh (2011). *The impact of active and passive peer influence on young adult smoking: An experimental study*. Utrecht University:The Netherlands.