

Konformitas Teman Sebaya Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-Laki

Ghayatri Parawansa¹, Fenty Zahara Nasution²

^{1,2}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Potensi Utama, Indonesia

* Corresponding Author. E-mail: parawansaghayatri0602@gmail.com

Abstrak

Masa remaja remaja adalah masa menuju kedewasaan, Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status yang dewasa, perilaku yang sering terlihat di lingkungan masyarakat sekitar kita seperti merokok. Pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dengan metode yang digunakan studi literature. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kajian teoritis dari beberapa pencarian jurnal *online* seperti *google scholar* dan *publish or perish*. Pencarian jurnal publikasi menggunakan kata kunci penelusuran yaitu konformitas teman sebaya, perilaku merokok. Berdasarkan kajian tersebut ditemukan bahwa terdapat dua bentuk konformitas teman sebaya yakni bentuk konformitas penerimaan (*acceptance*) dan bentuk konformitas pemenuhan (*compliance*). Kesimpulan dalam penelitian ini remaja yang melakukan perilaku merokok rata-rata memiliki konsep diri yang rendah. Akibat dari konsep diri yang rendah pada remaja mudah dipengaruhi teman sebaya untuk mengikuti atau meniru pergaulan yang buruk salah satunya perilaku merokok.

Kata Kunci: konformitas, teman sebaya, perilaku merokok

Abstract

Adolescence is a period towards adulthood, adolescents begin to focus on behaviors associated with adult status, behaviors that are often seen in the community around us, such as smoking. This research uses qualitative methods, with the method used is literature study. The data collection technique used is a theoretical study of several online journal searches such as Google Scholar and Publish or Perish. Search journal publications using search keywords, namely peer conformity, smoking behavior. Based on this study, it was found that there are two forms of peer conformity, namely acceptance and compliance. The conclusion in this study is that adolescents who smoke cigarettes have a low self-concept. As a result of low self-concept in adolescents, they are easily influenced by peers to follow or imitate bad associations, one of which is smoking behavior.

Keywords: conformity, friend, smoking behavior

PENDAHULUAN

Kesehatan adalah hal yang sangat amat berharga dalam fase kehidupan manusia. Tanpa disertai tubuh yang sehat dan jiwa yang sehat, maka segala tindakan yang dilakukan oleh manusia akan sangat terganggu. Akan tetapi, masih banyak sekali individu yang belum memahami serta menyadari akan arti pentingnya kesehatan tubuh dan jiwa. Hal tersebut bisa

kita lihat dari fenomena di area lingkungan kita baik di pasar, perkantoran bahkan tempat umum semakin bertambahnya perilaku merokok di masyarakat terutama generasi muda. Masa remaja adalah masa menuju kedewasaan. Masa ini merupakan tarap perkembangan dalam kehidupan manusia (Maki, Mantjono & Asrifuddin, 2022). Remaja mulai memusatkan diri kepada tindakan yang berhubungan dengan status kedewasa, salah satu tindakan dari

perilaku yang sering terlihat di area lingkungan sekitar kita seperti merokok. Remaja mulai melakukan perilaku merokok sebagai simbol kedewasaan (Mirnawati et al., 2018). Sudah sering terlihat remaja yang merokok di lingkungan masyarakat Situasi seperti itu sangat memprihatinkan, di samping itu masyarakat tidak pernah menuntut remaja untuk merokok. Namun secara tidak langsung remaja meniru perilaku merokok dari masyarakat disekitar mereka. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan. Dalam masa perkembangan remaja faktor lingkungan keluarga dan masyarakat sangat berpengaruh. Orang tua menjadi panutan dalam memberikan contoh bagi anak-anaknya.

Kandungan zat kimia yang ada di dalam rokok sendiri sebenarnya sangat berbahaya bagi kesehatan seseorang. Akan tetapi Rokok selalu menjadi hal yang menarik untuk diperbincangkan, walaupun kini rokok telah ditetapkan sebagai salah satu masalah dunia, tetapi konsumsi rokok di seluruh dunia justru semakin meningkat. Indonesia adalah salah satu negara yang konsumsi rokok semakin bertambah dari waktu ke waktu. Indonesia merupakan tingkat pertama di Asia Tenggara sebagai jumlah perokok tertinggi. Hal ini menunjukkan besarnya jumlah perokok di Indonesia yang mencapai hingga 62,8 juta orang dan jumlah ini dikhawatirkan akan meningkat setiap tahunnya. Perilaku merokok pada saat ini tidak hanya dapat dijumpai pada orang dewasa saja. Dilansir Badan Pusat Statistik Tahun 2021 (Qoni' & Hitipeuw, 2022) menyatakan bahwa terdapat 7,14 % untuk laki-laki dan 0,09 % untuk perempuan remaja (usia ≤ 18 tahun) adalah perokok di Indonesia. Terdapat 19,2 % pelajar (usia 13-15 tahun) sudah pernah menggunakan produk tembakau.

Remaja sebagai generasi muda penerus bangsa memiliki peranan penting dalam kemajuan bangsa ini. Pada masa remaja, kelekatan antara anak dengan orang tua sangat berkurang disertai dengan

digantikan oleh peran teman sebaya. Lingkungan dan kelompok teman sebaya merupakan salah satu aspek penting bagi remaja dalam menentukan jalan hidupnya (Gita, Indah & Awaru, 2021; Adiyofa & Aulia, 2019). Oleh sebab itu para remaja seringkali berusaha untuk dapat menyesuaikan perilakunya agar dapat diterima dalam aturan kelompok teman sebayanya sehingga terjadilah konformitas. Hal-hal yang mempengaruhi remaja untuk melakukan perilaku merokok disebabkan oleh remaja yang memiliki konsep diri yang rendah dan mudah dipengaruhi oleh lingkungan serta teman sebaya (Harefa et al., 2022). Pengaruh lingkungan dan teman sebaya memiliki peranan yang cukup besar oleh sebab itu banyak para remaja berusaha untuk merubah atau menyesuaikan perilakunya agar sesuai atau cocok dengan norma atau aturan yang ada dalam suatu kelompok dan terjadilah sebuah konformitas.

Konformitas teman sebaya pada remaja dapat menjadi positif atau negatif. Remaja terlibat dengan tingkah laku sebagai akibat dari konformitas yang negatif misalnya dengan alasan ingin diterima oleh kelompoknya, maka remaja mencoba minum minuman keras, mengkonsumsi obat terlarang atau merokok tanpa mempertimbangkan perasaannya sendiri, remaja cenderung mengikutinya (Wibowo, 2018). Namun, banyak konformitas teman sebaya pada remaja yang tidak negatif dan merupakan keinginan untuk terlibat dalam dunia teman sebaya, misalnya tidak hanya hal negatif saja yang remaja ikuti, misal remaja berada pada lingkungan kelompok yang suka membaca buku, remaja tersebut juga akan ikut membaca buku agar saat bersama kelompoknya tidak dikucilkan karena wawasannya yang kurang.

Perilaku merokok adalah kegiatan yang membakar tembakau kemudian di hisap asapnya lalu menghembuskan kembali asapnya dengan dilakukan berulang kali sampai habis (Solehah, Hakim & Hartono, 2019). Perilaku

merokok sebagai suatu kegiatan atau aktivitas membakar rokok dan kemudian menghisapnya dan menghembuskannya keluar dan dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang sekitarnya (Elon & Malinti, 2019).

Perilaku merokok memiliki beberapa aspek sebagai berikut:

- a. Fungsi Merokok. Dalam kehidupan sehari-hari fungsi merokok dapat menggambarkan perasaan yang dialami oleh perokok, seperti perasaan positif ataupun negatif selain itu merokok juga berkaitan dengan masa mencari jati diri pada remaja. Perasaan positif seperti mengalami perasaan yang tenang dan nyaman ketika mengkonsumsi rokok.
- b. Intensitas Merokok. Klasifikasi perokok berdasarkan banyaknya rokok yang di hisap, yaitu: Perokok berat yang menghisap lebih dari 15 batang rokok dalam sehari, perokok sedang yang menghisap 5-14 batang rokok dalam sehari dan perokok ringan yang menghisap 1-4 batang rokok dalam sehari.
- c. Tempat Merokok. Ada dua tipe perokok berdasarkan tempat, yaitu merokok di tempat umum atau ruang publik, terbagi menjadi dua kelompok yakni kelompok homogen (sesama perokok), mereka secara bersama-sama menikmati kebiasaannya dan kelompok heterogen, di mana para perokok merokok ditengah orang-orang yang tidak merokok atau dimanapun yang mereka sukai tanpa memperdulikan diperbolehkan atau tidak untuk merokok di area tersebut. Merokok di tempat yang bersifat pribadi seperti kantor atau kamar tidur pribadi. Para perokok yang memilih tempat seperti ini untuk merokok dikategorikan sebagai individu yang kurang menjaga kebersihan diri, penuh rasa gelisah yang mencekam.

Konformitas teman sebaya adalah kecenderungan individu untuk mengikuti pendapat, nilai, kebiasaan, kegemaran atau keinginan teman sebaya. Dalam hal ini kelompok teman sebaya adalah

sekelompok anak yang mempunyai kesamaan dalam minat, nilai-nilai, sifat kepribadian kesamaan inilah yang menjadi faktor utama pada anak dalam menentukan daya tarik hubungan interpersonal dengan teman seusianya (Harefa, 2022; Nisa & Mirawati, 2022). Konformitas remaja ditandai dengan adanya tiga hal yang dapat menyebabkan konformitas menjadi berdampak baik (positif) ataupun buruk (negatif) adalah sebagai berikut:

a. Kekompakan.

Kekuatan yang dimiliki kelompok acuan menyebabkan remaja tertarik dan ingin menjadi anggota kelompok. Eratnya hubungan remaja dengan kelompok acuan disebabkan perasaan suka antara anggota kelompok serta harapan memperoleh manfaat dari keanggotaannya. Semakin besar rasa suka anggota yang satu terhadap anggota lain, dan semakin besar harapan untuk memperoleh manfaat dari keanggotaan kelompok, serta semakin besar kesetiaan siswa, maka akan semakin kompak kelompok tersebut dan konformitas akan menjadi tinggi.

b. Kesepakatan

Pendapat kelompok acuan yang sudah dibuat mempunyai tekanan yang kuat sehingga remaja harus menyesuaikan pendapat dan loyal terhadap pendapat kelompok, kesepakatan dipengaruhi kepercayaan, persamaan pendapat, penyimpanan terhadap pendapat kelompok.

c. Ketaatan.

Tuntutan atau tekanan yang ada dalam kelompok membuat setiap anggotanya rela melakukan tindakan apapun walaupun anggota kelompok tersebut tidak menginginkannya. Bila ketaatannya tinggi maka konformitasnya akan utamanya adalah bahwa bila orang merasa dekat dengan anggota kelompok yang lain maka akan semakin menyenangkan bagi mereka untuk mangakui dan semakin menyakitkan bila mereka mencela.

d. 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.

METODE

Metode penelitian ini adalah metode kualitatif, dengan metode yang digunakan studi literature. Studi *literature* merupakan kegiatan yang berhubungan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta melakukan analisis. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kajian teoritis dari beberapa portal pencarian jurnal online seperti *google scholar* dan *publish or perish*. Pencarian jurnal publikasi menggunakan kata kunci penelusuran yaitu konformitas teman sebaya, perilaku merokok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konformitas adalah suatu pengaruh sosial dalam bentuk penyamaan sudut pandang maupun mengubah sikap seseorang terhadap orang lain yang mempengaruhinya. Konformitas tidak hanya di lihat sebagai sebuah interaksi untuk mempengaruhinya, akan tetapi sebuah konformitas muncul ketika seseorang meniru sikap individu yang ada di sebuah kelompok. Konformitas merupakan pengaruh sosial yang mengakibatkan perubahan tingkah laku yang diperoleh dari individu yang mempengaruhinya. Konformitas dapat terjadi di lingkungan sekitar kita, terutama di lingkungan teman sebaya. Teman sebaya sebagai sebagai sekelompok orang yang memiliki usia yang sama, dan kelompok sosial yang sama, contohnya teman sekolah. Teman sebaya juga dapat diartikan sebagai kelompok individu yang memiliki latar belakang, usia, pendidikan,

dan status sosial yang sama, dan biasanya mereka saling mempengaruhi tingkah laku dan keyakinan masing-masing.

Kelompok teman sebaya merupakan sumber referensi utama bagi remaja dalam hal pendapat dan sikap yang berkaitan dengan gaya hidup. Konformitas merupakan bentuk dari suatu tekanan lingkungan atau kelompok terhadap individu.

Konformitas teman sebaya merupakan suatu tindakan mempengaruhi individu lain untuk bisa meniru tingkah laku maupun keyakinan dari kelompok sosial yang sama. Salah satu pengaruh yang ditimbulkan dari konformitas pada teman sebaya adalah perilaku merokok. Perilaku merokok suatu tindakan seorang individu yang membakar rokok dan menghisapnya lalu mengeluarkan asap. Perilaku merokok adalah perilaku yang membahayakan seseorang karena didalam rokok terdapat zat-zat yang seharusnya tidak dikonsumsi oleh tubuh. Dari hasil beberapa studi literatur penulis mendapatkan 2 bentuk konformitas teman sebaya yaitu:

1. Bentuk Konformitas Penerimaan

Sikap yang berasal dari diri individu yang menerima segala bentuk perilaku baik itu positif maupun negatif tanpa adanya paksaan dari individu lain. Perilaku berasal dari rasa ketertarikan dan rasa penasaran yang timbul ketika individu melihat individu lain melihat tindakan kriminalitas (merokok). Jika kaitannya dengan penelitian mengenai perilaku anak usia di bawah umur, tentu berkaitan dengan lingkungan pergaulan atau masyarakat. Perilaku merokok yang dilakukan anak usia dibawah umur merupakan wujud dari tingkah laku yang dipelajari dari orang lain melalui interaksi dan komunikasi. Adapun konformitas penerimaan dalam bentuk mereka meniru orang disekitarnya seperti orang tua mereka atau masyarakat di sekeliling mereka yang sedang menghisap rokok bahkan juga ada dari mereka meniru teman sebayanya, dan keyakinan pribadi sudah

mengetahui bahwa rokok merupakan bahan berbahaya jika di hisap tetapi karena adanya rasa penasaran tetap merokok karena ingi terlihat keren, biasanya kumpul bersama temannya dan berbagi rokok serta menghisapnya bersama.

2. Bentuk Konformitas Pemenuhan.

Sikap dari individu yang mengubah tingkah lakunya karena adanya paksaan dari individu lain. Dari hasil literatur remaja dalam bentuk konformitas pemenuhan, 2 dalam bentuk pemenuhan karena paksaan individu menjadi seorang perokok karena adanya paksaan dari teman yang merokok dan pemenuhan dalam bentuk individu ingin di terima dalam kelompok tersebut sehingga dari tekanan yang diperoleh akibat paksaan dari temannya remaja mengikuti perilaku teman sebayanya dan menjadi seorang perokok.

Bentuk konformitas, yaitu:

- a. Penerimaan (*acceptance*), Penerimaan yaitu sebuah pengaruh yang menyebabkan seseorang individu berperilaku konformitas karena didasarkan pada keinginan dan kebutuhan untuk mendapatkan informasi yang benar dan akurat tentang realitas orang lain.
- b. Pemenuhan (*compliance*), Pemenuhan yaitu sebuah pengaruh yang menyebabkan seseorang Individu berperilaku konformitas karena didasarkan agar di terima oleh kelompok.

Ketika perilaku jahat dipelajari maka yang dipelajari adalah cara melakukan. kejahatan itu dari yang sulit maupun sederhana. Teman sebaya dapat dikatakan sebagai akar dari perilaku dari perilaku merokok anak di bawah umur (Permata & Nasution, 2022; Utari, 2020). Artinya interaksi atau komunikasi yang dilakukan anak di bawah umur dengan perilaku merokok dapat menjadi awal dari terjerumusnya remaja menjadi seorang perokok karena adanya hal yang dipelajari dari perilaku tersebut. Faktor Lingkungan memang sangat berpengaruh terhadap

remaja salah satunya teman, baik itu teman sekolah ataupun teman bermain dan orangtua memang sangat berpengaruh.. Karena dari keakraban dan sering berkumpulnya sesama teman maka dari itu teman yang merokok dapat dengan mudahnya memengaruhi temannya yang tidak merokok. Hal ini memang karena remaja itu mau mencoba sesuatu yang belum pernah mereka rasakan. Pada saat remaja seseorang memang mempunyai rasa keterikatan yang kuat pada kelompoknya, keinginan untuk diakui dalam kelompoknya juga dapat menjadi alasan untuk menekan perilaku merokok di kalangan remaja.

Faktor-faktor yang mempengaruhi konformitas teman sebaya terhadap perilaku merokok, yakni:

1. Mempertahankan Diri.

Rasa takut terhadap celaan sosial atau sikap mempertahankan diri adalah merupakan yang dirasakan oleh individu terhadap perlakuan individu lain yang menyebabkan adanya tekanan. Ketika seorang individu merasa tertekan individu tersebut akan merasa dirinya rendah disbanding temannya yang lain, rasa takut tersebutlah yang mendorong individu tersebut ikut melakukan perbuatan menyimpang.

2. Rasa Takut.

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 (Oktariani, 2022). Rasa takut terhadap penyimpangan merupakan rasa yang timbul dari individu yang merasa hal yang dilakukan adalah sesuatu yang benar tanpa menyadari bahwa tindakan yang sebenarnya dilakukan itu ternyata menyimpang. Individu yang telah terlanjur melakukan perbuatan menyimpang tidak akan menyadari

menyadari hal tersebut adalah perilaku yang salah karena ketika sudah nyaman individu menganggap semua yang dilakukan adalah yang benar.

3. Kekompakan.

Kekompakan kelompok yang tinggi menimbulkan konformitas yang semakin tinggi. Alasan utamanya adalah bahwa bila orang merasa dekat dengan anggota kelompok yang lain. Kekompakan kelompok yang tinggi akan menimbulkan konformitas yang semakin tinggi karena apabila seseorang merasa dekat dengan teman sebayanya akan lebih mudah mereka saling mempengaruhi satu sama lain karena mereka sudah merasa dekat (Lase & Halawa, 2022).

4. Ketertarikan Pada Penilai Bebas.

Seseorang mengalami kesulitan untuk mendengar suatu pendapat, orang yang secara terbuka dan bersungguh-sungguh terikat terhadap suatu penilaian bebas akan lebih enggan menyesuaikan diri terhadap penilaian bebas dan ia tidak ingin mendengar nasihat dari pihak manapun.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan serta penjelasan yang sudah di paparkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa lingkungan memiliki peranan yang sangat penting yang dapat mempengaruhi khususnya bagi remaja membentuk sikap dan perilaku jika remaja berada pada lingkungan yang baik, maka akan membentuk pribadi yang baik sedangkan lingkungan yang buruk maka remaja akan membentuk pribadi yang buruk. Remaja yang melakukan perilaku merokok rata-rata agar dapat diakui oleh anggota dalam kelompok serta implementasi bentuk kekompakan sebagai anggota kelompok perilaku merokok.

DAFTAR PUSTAKA

Adiyofa, I., & Aulia, P. (2019). Kontribusi Konformitas Teman Sebaya

Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja Awal Disekolah X. *Jurnal Riset Psikologi*, (4).
<https://doi.org/10.24036/JRP.V2019I4.7683>

Elon, Y. & Malinti, E. (2019). Fenomena Merokok Pada Anak Usia Remaja: Studi Kualitatif Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia. *Jurnal Keperawatan Klabat*. 1(1), 78-87.

Gita, O., Indah, S., & Awaru, A. O. T. (2021). Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perokok Anak Usia 7-12 Tahun. *Abstrak*, 1(2), 55-63.

Harefa, A. (2022). Pengaruh Globalisasi Terhadap Perilaku Sosial Siswa. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 271-277.

<https://doi.org/10.56248/educativo.v1i1.37>

Harefa, A., Harefa, J., Zagoto, M. M., & Dakhi, O. (2022). Management of Learning Based on Pancasila Values in Early Childhood. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 3124-3132.

<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2247>

Lase, F., & Halawa, N. (2022). Mendidik Peserta Didik Dengan Nilai Nilai Karakter Cerdas Jujur. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 190-206.

<https://doi.org/10.56248/educativo.v1i1.28>

Maki, E. C., Mantjoro, E. M. ., & Asrifuddin, A. . (2022). Hubungan Lingkungan Pergaulan Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1192-1198.

<https://doi.org/10.31004/prepotif.v6i2.4134>

Mirawati, M., Nurfitriani, N., Zulfiarini, F., & Cahyati, W. (2018). Perilaku Merokok pada Remaja Umur 13-14 Tahun. *HIGEIA*, 2(3), 396-405.

<https://doi.org/10.15294/higeia.v2i3.26761>

- Nisa, K., & Mirawati, M. (2022). Kepribadian Introvert Pada Remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 606–613.
<https://doi.org/10.56248/educativo.v1i2.79>
- Oktariani, O. (2022). Mindful Parenting dalam Menciptakan Kepribadian yang Tangguh pada Remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 3(1), 44–49.
<https://doi.org/10.51849/j-p3k.v3i1.144>
- Permata, J. T., & Nasution, F. Z. (2022). Perilaku Bullying Terhadap Teman Sebaya Pada Remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 614–620.
<https://doi.org/10.56248/educativo.v1i2.83>
- Qoni', I. N., & Hitipeuw, I. (2022). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dan Konformitas Kelompok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Kota Blitar. *Flourishing Journal*, 2(1), 17–23.
<https://doi.org/10.17977/UM070V2I12022P17-23>
- Solehah, R., Hakim, L., & Hartono, R. (2019). Hubungan Antara Konformitas Kelompok Sebaya Dengan Perilaku Merokok Pada Siswa Smk Negeri 1 Sumbawa Besar. *Jurnal Psimawa*, 2(1), 52–57.
<https://doi.org/10.1234/JP.V2I1.444>
- Utari, I. W. (2020). Hubungan Konsep Diri Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Di Sma Angkasa 1 Lanud Soewondo Medan Tahun 2020. *Gastronomía Ecuatoriana Y Turismo Local*, 1(69), 5–24.
- Wibowo, F. A. (2018). Pengaruh Konformitas Teman Sebaya dan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Merokok. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(4), 542–551.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i4.4678>