

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa dimana berbagai perubahan biologis, sosial, dan psikologis, termasuk munculnya berbagai masalah. Istilah "remaja" berasal dari kata Latin "*adolescere*," yang berarti "transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa" (Alfi, Nurafifah, & Haq, 2023). Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak yang mengalami perkembangan pada semua aspek atau fungsi untuk memasuki masa dewasa (Yuliasari & Pusvitasari, 2021). Menurut Santrock (2003) usia remaja terbagi 3 yaitu masa remaja awal (berusia 12-15 tahun), masa remaja madya atau pertengahan (berusia 15-18 tahun), masa remaja akhir (berusia 18-21 tahun).

Pemerintah Indonesia telah mengatur dalam penggunaan rokok dalam Peraturan Pemerintah Tahun 2012, pasal 25 ayat b mengenai pelarangan penjualan rokok kepada anak dibawah usia 18 tahun. Pada kenyataannya, yang ditemukan oleh Siburian dan Siahaan (2022) adalah orangtua yang merokok melarang anaknya merokok namun pada akhirnya remaja justru melakukan kegiatan tersebut secara diam-diam bersama teman-temannya jauh dari jangkauan orang tua atau ditempat lain. Lebih lanjut menurut Siburian dan Siahaan (2022) Alasan remaja merokok adalah akibat *role model* dalam hal ini orangtua dan lingkungan sekitar sehingga memunculkan keingintahuan remaja untuk merokok

Ramadani, Aulia dan Putri (2024) menghimpun dampak atau bahaya merokok bagi usia remaja adalah memiliki resiko lebih tinggi untuk mengalami berbagai masalah kesehatan, termasuk gangguan pernapasan, yakni penurunan fungsi paru-paru, peningkatan risiko penyakit jantung, dan risiko tinggi terkena kanker. Organ tubuh mereka juga masih dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan, sehingga merokok dapat mengganggu proses tersebut. Selain itu, merokok juga dapat menurunkan kinerja akademik. Remaja yang merokok cenderung memiliki masalah konsentrasi dan fokus, yang bisa memengaruhi pencapaian mereka di sekolah.

Effendi, Nugroho, Nantabah, Laksono, dan Handayani (2021) menemukan sebanyak 46,8% laki-laki dan 3,1% perempuan adalah perokok. Jumlah perokok mencapai 62,8 juta, dimana sebanyak 40% diantaranya berasal dari kalangan ekonomi bawah. Perokok remaja di Indonesia merupakan masalah yang serius. Menurut data dari Kementerian Kesehatan Indonesia, jumlah perokok aktif terbanyak pada usia remaja (10-18 tahun) mengalami peningkatan dari 7,2% di tahun 2013 menjadi 9,1 % di tahun 2018 (Kesehatan Kemenkes RI, 2018). Selain itu, studi lain menunjukkan bahwa sekitar 70% remaja di Indonesia terpapar asap rokok di rumah.

Menurut data *Global Youth Tobacco Survey* (GYTS) bahwa Indonesia sebagai negara dengan angka perokok remaja tertinggi sebesar 40,6%. Jumlah perokok aktif penduduk umur > 15 tahun adalah 33,8%

dari jumlah tersebut 62,9% laki-laki dan 4,8%. ( diakses pada 2 Juli 2024). Data terbaru dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang dikeluarkan pada Mei 2024 menyebutkan 70 juta orang Indonesia adalah perokok aktif, termasuk diantaranya 7,4% berusia 10-18 tahun (diakses pada 18 Agustus, 2024). Artinya lebih dari 5 juta anak berusia 10-18 tahun yang merokok.

Jumlah yang sangat besar tersebut berhubungan erat dengan beberapa kelompok faktor yang dapat mempengaruhi remaja untuk merokok yakni faktor internal dan faktor eksternal. Pada faktor internal menunjukkan kondisi individu itu sendiri yang menguatkan perilaku merokok seperti rasa ingin tahu, pencarian sensasi, atau ketidakmampuan untuk mengatasi stres dapat mendorong mereka untuk mencoba merokok. Sedangkan faktor eksternal adalah dikarenakan adanya situasi kondisi lingkungan yang menguatkan perilaku merokok seperti tekanan sosial atau lingkungan, iklan atau media serta akses mendapatkan rokok yang terbilang mudah (Kemenkes RI, 2023).

Berdasarkan temuan diatas, berhubungan dengan faktor eksternal dalam teori Lewin (Hanifah dan Hamdan, 2024) melihat bahwasanya perilaku manusia merupakan hasil interaksi dari individu dan kondisi lingkungan di sekitarnya. Oleh karenanya dalam konteks perilaku merokok, maka seseorang akan merokok dikarenakan interaksi kedua hal ini, inilah yang dinamakan konformitas.

Berdasarkan penelitian Kristiani dan Ricky (2023) Perilaku merokok pada remaja banyak dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Mereka sering meniru kebiasaan merokok orang tua atau teman-teman. Setelah mencoba, mereka bisa menjadi kecanduan. Selain itu, kurangnya pengetahuan tentang risiko kesehatan, pergaulan yang mendukung, dan kemudahan akses terhadap rokok juga menjadi penyebab utamanya. Pada penelitian Batubara (2019) menunjukkan bahwa remaja rentan terpengaruh oleh pergaulan dan teman sebaya. Remaja yang dikelilingi perokok lebih berisiko untuk merokok. Sebaliknya, remaja yang merokok dapat mempengaruhi teman sebayanya untuk melakukan hal yang sama.

Berkaitan dengan keinginan untuk diterima dengan lingkungan, menurut Hidayah (2020) konformitas merupakan sebuah fenomena yang terjadi dalam kelompok, dipicu oleh ikatan yang kuat antar anggotanya. Semakin sering anggota kelompok berkomunikasi, semakin kuat pula ikatan tersebut. Hal ini mendorong individu untuk beradaptasi dan menyamakan persepsi dengan kelompoknya, demi menghindari penolakan di masa depan.

Diananda (2019) menyatakan remaja dengan kecenderungannya yang lebih tinggi untuk mengikuti norma kelompok, rentan terhadap konformitas negatif, seperti merokok. Perilaku merokok ini dapat menjadi cara untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan tertentu yang dirasa terpuaskan saat merokok. Secara tidak langsung kegiatan tersebut merupakan bentuk kepercayaan terhadap kelompoknya.

Faktor eksternal, baik di tempat tinggal maupun sekolah, memainkan peran penting dalam membentuk perilaku individu, termasuk dalam konteks konformitas ini (Adhitama dan Avezahra, 2023). Disinilah remaja bisa atau tidak melakukan kontrol pada dirinya sebagai bentuk kapasitas diri untuk mengubah keadaan dan responnya sendiri. Berhasil atau tidaknya seseorang dalam melawan impuls tersebut untuk tidak merokok.

Sejalan dengan pendapat diatas pengaruh sosial yang menyebabkan perubahan sikap dan tekanan pada sebuah kelompok (konformitas), akan memunculkan perilaku untuk merokok sehingga jumlah remaja perokok pun bertambah.

Kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam mengarahkan, mengatur, dan mengarahkan tindakan melalui fokus mental sehingga membuahkan hasil yang positif. Candra, Nastasia, dan Fenia (2021) menjelaskan pengendalian diri merupakan kemampuan seseorang dalam melawan keinginan atau dorongan sementara yang menentang perilaku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Pengendalian diri merupakan kemampuan seseorang dalam menahan dorongan untuk berperilaku melawan tatanan sosial dan kemampuan seseorang untuk berperilaku sesuai dengan norma-norma sosial yang ada.

Syah dan Zahara (2023) Menyebutkan kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan impuls-impuls yang berasal dari dalam dan luar individu. Individu dengan pengendalian diri membuat keputusan dan mengambil tindakan efektif untuk menghasilkan apa yang

diinginkannya dan menghindari hasil yang tidak diinginkan. Dewi, Herawati, dan Adiputra (2021) berpendapat bahwa kontrol diri adalah mengatur sendiri tingkah laku yang dimiliki seseorang. kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri sebagai pengatur proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.

Hutahaean, Nugraha, Perdini, Bastoro, dan Marbun (2020) mengklaim bahwa ada korelasi negatif antara perilaku nakal remaja dan kontrol diri. Remaja yang kurang dalam kontrol diri biasanya impulsif, egois, seperti pekerjaan fisik sederhana, pengambil risiko, dan mudah kewalahan oleh emosi mereka. Mereka yang memiliki karakteristik ini lebih cenderung terlibat dalam kegiatan kriminal dan menjadi nakal daripada remaja dengan kontrol diri yang baik.

Kontrol diri yang baik dapat mencegah remaja untuk konform pada perilaku yang tidak baik. Kontrol diri mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengubah keadaan dan tanggapannya sendiri, termasuk mengatur impuls seperti menahan godaan. Keberhasilan seseorang untuk berhenti merokok bergantung pada kemampuannya dalam mengendalikan diri. Menurut penelitian yang dilakukan pada siswa SMP "X" Makassar (Jufri, Zainuddin, & Kusuma, 2023) remaja yang melakukan konformitas memiliki kontrol diri yang buruk. Hal tersebut disebabkan oleh didalam kelompok sebaya ada sejumlah remaja yang melakukan perilaku merokok

maka memperbesar kemungkinan teman sebayanya untuk menjadi seorang perokok juga, begitupun sebaliknya. Remaja atau siswa dengan kontrol diri yang tinggi pada umumnya dapat mengontrol dorongan-dorongan atau tekanan yang terdapat pada dirinya, sehingga memiliki kemampuan untuk mengendalikan perilaku merokok rendah bahkan tidak merokok.

Dari latar belakang diatas, peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul berjudul hubungan antara kontrol diri dengan konformitas pada remaja perokok aktif. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara kontrol diri dan konformitas pada remaja untuk aktif merokok berdasarkan pengembangan lebih jauh konsep tentang kontrol diri dengan konformitas dan perilaku merokok

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang telah ditetapkan oleh peneliti yaitu sebagai pengujian secara empiris mengenai hubungan antara kontrol diri dan konformitas pada remaja perokok aktif.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini akan membantu mengembangkan teori psikologi sosial, terutama yang berkaitan dengan konformitas. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang hubungan kontrol diri dengan konformitas sehingga dapat dijadikan sebagai acuan dalam pengembangan penelitian berikutnya.

## 2. Manfaat Praktis

Ada beberapa manfaat praktis dari pemahaman mengenai pengaruh kontrol diri terhadap konformitas adalah sebagai berikut:

### a) Bagi Subjek

Peneliti dapat memberikan pengetahuan bahwasanya kontrol diri dan konformitas memiliki hubungan pada perilaku merokok.

### b) Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini akan meningkatkan pengetahuan tentang bagaimana kontrol diri berhubungan dengan konformitas.

### c) Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan bahwa penelitian ini akan menjadi bacaan atau literatur yang dapat meningkatkan pengetahuan tentang kontrol diri dan konformitas.

## **D. Keaslian Penelitian**

Penelitian Saputro (2022) bertema agresivitas dan kontrol diri. Penelitian tersebut melibatkan 180 orang remaja di provinsi DKI Jakarta dan menggunakan metode pengambilan sampel teknik *quota sampling*. Hasil analisis data menunjukkan hubungan negatif antara kontrol diri dan agresivitas, dengan koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar  $-0,448$  dan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosi dan kontrol diri dapat mempengaruhi agresivitas secara signifikan pada remaja

di DKI Jakarta. Artinya semakin tinggi kontrol diri remaja, semakin rendah tingkat agresivitasnya. Remaja dengan kontrol diri yang tinggi lebih mampu mempertimbangkan konsekuensi dari perbuatan mereka dan dapat menghindari berperilaku agresif.

Penelitian yang dilakukan oleh Puteri dan Dewi (2021) dukungan sosial dan kontrol diri dengan motivasi belajar menggunakan subjek 360 mahasiswa. Aitem-aitem pada skala penelitian ada 47 aitem yang terdiri dari 10 aitem kontrol diri, 23 aitem dukungan sosial dan 14 aitem motivasi belajar. Hasil validitas pada skala kontrol diri penelitian ini, bergerak dari 0,369 hingga 0,638. Pada skala dukungan sosial, hasil validitas bergerak di angka 0,442 hingga 0,751. Hasil validitas pada skala motivasi belajar bergerak dari angka 0,466 hingga 0,680. Hasil koefisien dari uji reliabilitas dalam penelitian ini diantaranya, skala kontrol diri menunjukkan reliabilitas sebesar 0.722, skala dukungan sosial memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0.929, dan pada skala motivasi belajar koefisien reliabilitas sebesar 0.842.

Penelitian ini menyatakan ada hubungan kontrol diri dan dukungan sosial dengan motivasi belajar bahwa mahasiswa yang memiliki kontrol diri, berarti individu tersebut mempunyai kemampuan untuk dapat mengontrol perilaku, pola berpikir, dan pengambilan keputusan agar dapat mengarahkan dirinya ke arah yang lebih positif. Kontrol diri yang baik pada mahasiswa, akan mampu membuat dirinya bisa mengontrol

agar tetap konsisten dalam proses pembelajaran, sehingga tujuan pembelajaran dapat berjalan lancar.

Penelitian Kusrini dan Saraswati (2022) dengan topik konformitas teman sebaya dan kelekatan orang tua dengan efikasi diri pengambilan keputusan menggunakan subjek sebanyak 265 siswa. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan yaitu analisis kuantitatif deskriptif dan analisis regresi ganda untuk mengetahui gambaran masing-masing variabel serta hubungan antar variabel baik secara parsial maupun secara bersama-sama.

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa konsep diri dan kemampuan komunikasi interpersonal memiliki hubungan yang positif. ( $R=0,175$ ,  $F=8,331$ ,  $\beta=0,327$ ,  $p<0,05$ ). Sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi konformitas antar teman sebaya, maka semakin tinggi pula efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir siswa. Sedangkan hasil analisis regresi menunjukkan bahwa kelekatan orang tua dan efikasi diri pengambilan keputusan karir memiliki hubungan yang positif. ( $R=0,614$ ,  $F=151,758$ ,  $\beta=1,231$ ,  $p<0,05$ ). Sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi kelekatan antara siswa dengan orang tua, maka semakin tinggi pula efikasi diri dalam pengambilan keputusan karir siswa.

Penelitian Arinda (2021) dengan topik konformitas dan gaya hidup hedon mahasiswa dengan subjek sebanyak 80 orang yang dipilih dengan teknik random sampling diketahui bahwa nilai signifikansi antara variabel

konformitas dengan gaya hidup hedonisme adalah  $p = 0.000$  ( $P < 0.05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel konformitas dengan gaya hidup hedonisme. Didapatkan hasil  $r = 0.315$  yang menunjukkan bahwa hubungan antara variabel konformitas dengan gaya hidup hedonisme tersebut adalah cukup kuat. Maka dalam uji hipotesis Kendall's tau-b di atas, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara konformitas dengan gaya hidup hedonisme pada mahasiswa adalah cukup kuat dan memiliki korelasi yang signifikan.

Penelitian Jade dan Rifayanti (2022) mencoba memastikan dampak konformitas dan kontrol diri terhadap perilaku merokok remaja putri. Skala kontrol diri yang menilai kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan digunakan dalam penelitian ini (Averill, dalam Ghufroon & Risnawita, 2010). Peneliti menemukan bahwa perilaku merokok remaja perempuan dipengaruhi oleh konformitas teman sebaya dan kontrol diri. Selain itu, pengendalian diri berdampak pada perilaku merokok.

Salma dan Qodariah (2024) meneliti hubungan antara *Self-Control* dan Konformitas Teman Sebaya pada mahasiswi pengonsumsi rokok elektrik (vape) di sebuah kota. Subjek penelitian terdiri dari 103 mahasiswi mengonsumsi vape. Data dikumpulkan melalui skala yang menggunakan dua alat ukur skala *Self-Control* (SCS) yang dikembangkan oleh Averill (1973) dan diadaptasi oleh Nabila (2020), terdiri dari 30 item. lalu Skala Konformitas (TCS) yang dikembangkan oleh Sears et al. (2009) dan diadaptasi oleh Jessica (2017), terdiri dari 24 item. Hasil penelitian

menunjukkan tingkat konformitas teman sebaya pada mahasiswi pengonsumsi vape di Kota tersebut tergolong sedang (62%). Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Self-Control* dan Konformitas. Artinya, semakin tinggi tingkat *Self-Control* mahasiswi, semakin rendah tingkat konformitas mereka terhadap teman sebaya. Kontribusi *Self-Control* terhadap Konformitas sebesar 34,8%.

Berdasarkan uraian penelitian sebelumnya, peneliti mengidentifikasi beberapa perbedaan yang menjadi keaslian dalam penelitian sebagai berikut:

#### **1. Keaslian Topik**

Topik yang diambil peneliti dalam penelitian ini adalah kontrol diri dan konformitas pada remaja perokok aktif. Topik ini mempunyai pembeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan Saputro (2022) serta Puteri dan Dewi (2021) sama-sama menggunakan variabel tergantung kontrol diri. namun variabel bebasnya agresivitas dan dukungan sosial. Kemudian penelitian Kusriani dan Saraswati (2022) yang berkaitan dengan konformitas teman sebaya dan kelekatan orang tua dengan efikasi diri. Sedangkan Arianda (2021) dengan topik konformitas dan gaya hidup hedon mahasiswa variabel bebas gaya hidup dan konformitas sebagai variabel tergantung. Sedangkan pada penelitian ini peneliti menggunakan kontrol diri sebagai variabel bebas dan konformitas sebagai variabel tergantung. Dengan begitu peneliti menyimpulkan pembeda penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu

menggunakan variabel bebas berupa kontrol diri dan variabel tergantungnya adalah konformitas.

## **2. Keaslian Teori**

Penelitian ini menggunakan teori Ghufron dan Risnawita (2010) tentang kontrol diri sebagai variabel bebas. Selanjutnya teori mengenai konformitas sebagai variabel tergantungan menggunakan teori dari Taylor, Peplau, dan Sears (2009).

## **3. Keaslian Alat Ukur**

Alat ukur yang digunakan penelitian ini yaitu skala kontrol yang dimodifikasi dari skala kontrol diri yang dibuat oleh Nafeesa dan Novita (2021) berdasarkan aspek-aspek kontrol diri yang diadaptasi dari teori kontrol diri dari Ghufron dan Risnawita (2010). Selanjutnya skala konformitas peneliti memodifikasi skala konformitas yang dibuat oleh Zufa dan Kushartatih (2021) yang diadaptasi dari aspek-aspek konformitas Taylor, dkk. (2004).

## **4. Keaslian Subjek Penelitian**

Dari beberapa penelitian sebelumnya, peneliti menarik kesimpulan yakni ada persamaan dan perbedaan subjek yang akan dimuat didalam tabel berikut ini:

Tabel 1. Persamaan dan Perbedaan Subjek

Penulis	Tahun	Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan
Saputro	2022	Tingkat Kecerdasan Emosional dan Konformitas Remaja Sekolah Teknik di Jakarta terhadap Tingkat Agresivitas	Penelitian sama-sama menggunakan subjek remaja sebagai subjek penelitian	Sebaran lokasi subjek yang digunakan penelitian sebelumnya berada di Jakarta, sedangkan sebaran lokasi penelitian ini di Sumatera, Jawa, Kalimantan, Sulawesi, Bali, Nusa Tenggara dan Maluku
Puteri dan Dewi	2021	Hubungan antara Konformitas dan Dukungan Sosial dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya	-	Subjek yang digunakan peneliti sebelumnya adalah mahasiswa, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek remaja
Kusrini dan Saraswati.	2022	Hubungan antara Konformitas Teman Sebaya dan Kelekatan Orang Tua Dengan Efikasi Diri Pengambilan Keputusan Karir Siswa	-	Penelitian sebelumnya tidak spesifik menyebutkan usia siswa yang dimaksud, sedangkan penelitian ini diberi batasan usia yakni 12-21 tahun
Arinda	2021	Konformitas dengan Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa	-	Subjek yang digunakan peneliti sebelumnya adalah

					mahasiswa, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek remaja
Jade dan Rifayanti	2022	Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Merokok Remaja Putri	<i>Self</i> -dan	Penelitian sama-sama menggunakan subjek remaja sebagai subjek penelitian	Penelitian sebelumnya lebih spesifik menggunakan subjek, yakni remaja putri, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek remaja baik laki-laki maupun perempuan
Salma dan Qodariah	2024	Hubungan <i>Self</i> -dan Konformitas Teman Sebaya pada Mahasiswa Wanita yang Mengonsumsi Rokok Elektrik (Vape) di Kota Bandung		Penelitian sama-sama menggunakan subjek perokok	Penelitian sebelumnya lebih spesifik menggunakan subjek, yakni menggunakan rokok elektrik ( <i>vape</i> ), mahasiswa wanita dan berlokasi di Bandung. Sedangkan Penelitian ini menggunakan subjek remaja laki-laki dan perempuan, yang mengonsumsi rokok bakar dan <i>vape</i> , serta sebaran lokasi subjek penelitian ini di Sumatera, Jawa, Kalimantan,

---

Sulawesi, Bali,  
Nusa  
Tenggara dan  
Maluku

---

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA