

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Dalam perkembangan kehidupan setiap individu, masa remaja merupakan masa yang paling rentan terhadap permasalahan yang terjadi. Pada masa ini, individu dihadapkan dengan berbagai konflik yang disebabkan oleh perubahan lingkungan sosial. Menurut Hurlock (2006) pada usia remaja tugas perkembangannya adalah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya, mencapai peran sosial pria dan wanita, menyesuaikan diri dengan perubahan fisik, dan mulai berpikir persiapan terkait karier, ekonomi, dan pernikahan (Noviana& Sakti, 2015)

Monks dkk (2006) berpendapat bahwa remaja tidak lagi menjadikan bahwa orang tua adalah figur *attachment* mereka yang paling utama. Remaja cenderung akan membangun hubungan yang begitu erat dengan teman sebayanya. Mereka tidak akan bergantung lagi sepenuhnya terhadap orangtua. Bahkan, hubungan mereka di rumah bersama orang tua tidak akan sama seperti hubungan mereka di masa sebelumnya, yaitu di masa kanak-kanak. Hal ini karena disebabkan oleh berbagai aktivitas yang dilakukan lebih banyak bersama teman sebaya, misalnya aktivitas di sekolah dan di luar lingkungan keluarga (Noviana& Sakti, 2015)

Santrock (2007) yang dikutip dalam (Noviana&Sakti, 2015) menjelaskan bahwa teman sebaya atau *peers* adalah kelompok remaja dengan tingkat kematangan atau usia yang kurang lebih sama. (Rasyid, 2012) Individu yang tergolong dalam usia remaja, cenderung akan membentuk ikatan yang begitu erat dengan teman sebayanya. Ikatan tersebut dibentuk karena adanya rasa kepercayaan dan adanya komunikasi yang terjalin dengan baik. Dari sini, kedua belah pihak akan merasakan adanya saling kebergantungan satu sama lain (Armsden, 1987; Armsden& Greenberg, 2007).

Individu ketika melepaskan ikatan emosinya dengan orang tua, mereka akan mencari sumber keamanan psikologis yang lainnya. Sumber keamanan psikologis tersebut terdapat pada teman sebayanya. Hal ini sejalan dengan (Noviana&Sakti, 2015) bahwa *peer attachment* merupakan suatu hubungan yang dibangun oleh individu dengan teman sebayanya pada saat usia remaja yang dapat dijadikan sebagai sumber keamanan psikologis bagi dirinya (Barrocas, 2009). Pada masa remaja terdapat eksplorasi kemandirian, dimana remaja mencari jati diri. Selain itu ada keinginan bebas dari individu ketika masuk pada usia remaja. Seorang individu yang memiliki kelekatan yang begitu erat dengan teman sebaya cenderung akan meniru apa yang dilakukan oleh teman sebayanya. Hal ini dapat dilihat dari perilaku yang sering dilakukan remaja. Salah satu perilaku tersebut adalah perilaku merokok.

Perilaku merokok adalah salah satu bentuk perilaku manusia yang dianggap sebagai timbal balik dari apa yang diterima oleh individu. di Indonesia sendiri perilaku merokok sudah marak di ditemui, baik itu dikalangan laki-laki dan tidak jarang juga ditemui perokok wanita (Anggarianto, 2018)

Nasution (2007) menyatakan pada tahun 1999 WHO beranggapan bahwa perilaku merokok sejak satu dekade yang lalu telah menjadi masalah yang penting bagi seluruh dunia (Noviana& Sakti, 2015). Seperti yang kita ketahui dampak dari rokok bagi kesehatan sangat kompleks dan merugikan. Dampak yang dirasakan oleh perokok biasanya akan rentan terkena kanker, terutama kanker paru-paru, penyakit jantung, hipertensi, dan kanker mulut. Bagi wanita perokok biasanya akan berdampak pada gangguan kehamilan dan janin, kanker serviks dan merupakan penyebab kematian terbesar di negara miskin dan berkembang (Rasyid, 2012). Menurut Depkes RI 2010 resiko dari rokok disebabkan akibat kandungan bahan kimia toksik yang dikandung pada setiap batang rokok lebih dari 4000 serta ada 43 bahan penyebab kanker (Noviana& Sakti, 2015)

Menurut WHO pada tahun 2006-2008 diperkirakan sebanyak 5,4 juta orang didunia meninggal akibat rokok. Serta ada kecenderungan prevalensi perokok ini selalu meningkat dari waktu ke waktu (Gorrese& Ruggieri, 2014). Dilansir dari *Global Adults Tobacco Survey* (GATS) 2011 Indonesia memiliki jumlah perokok aktif terbanyak yaitu 67% laki-laki dan 2,7% pada wanita (Noviana& Sakti, 2015)

Fenomena yang sering terjadi di zaman milenial ini sudah tidak asing lagi ditemukan perilaku merokok pada wanita. Mereka secara terang-terangan memperlihatkan perilaku merokok di muka umum. Bahkan merokok sudah menjadi rutinitas sehari-hari. Meskipun tidak semua wanita berani untuk memperlihatkan secara terang-terangan, namun fenomena ini sangat unik terjadi. Stigma dalam masyarakat bahwa perilaku merokok pada wanita itu dianggap hal yang negatif di lingkungan masyarakat. Bahkan dikalangan mahasiswa pun sangat mudah djumpai wanita yang perokok.

Riset koalisi untuk Indonesia sehat (KUIS) sendiri mendapatkan hasil bahwa 43,3% wanita Indonesia pernah merasakan rokok, prevalensi merokok pada remaja wanita lebih tinggi daripada prevalensi wanita dewasa (Anggarianto 2018). Salah satu faktor pendorong seseorang dalam merokok timbul dari lingkungan sosial. Biasanya yang menjadi faktor seseorang menjadi perokok adalah keinginan untuk diterima dan menjadi bagian kelompok teman sebaya. Menurut Nashori dan Indirawati (2007), beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku merokok remaja adalah faktor kepribadian, orang tua, lingkungan, dan iklan. Faktor terbesar dari kebiasaan merokok adalah faktor sosial atau faktor lingkungan, diantaranya faktor kepribadaian, orang tua, teman, dan iklan (Noviana& Sakti, 2015)

Faktor yang disebutkan di atas tidak hanya menjadi faktor pendukung seseorang menjadi perokok, tetapi dapat pula menjadi faktor seseorang memutuskan untuk berhenti merokok. Hal tersebut didasarkan pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Akmal dkk (2017) bahwa 84% dari responden memiliki keinginan untuk berhenti merokok yang

muncul karena pengaruh dan dukungan sosial. Sedangkan 16% responden memiliki keinginan berhenti merokok yang muncul dari dalam dirinya sendiri (Gorrese& Ruggieri, 2014)

Berdasarkan penelitian awal yang dilakukan pada September, terhadap 25 responden wanita perokok di kalangan mahasiswi kampus UIN Sunan Gunung Djati Bandung menggunakan metode wawancara terdapat kesamaan, bahwa perilaku merokok mereka dipengaruhi oleh lingkungan pertemanan yang diawali oleh adanya tekanan dari berbagai hal. Dengan demikian subjek melampiaskannya dengan perilaku merokok dengan kategori perokok aktif ringan karena dari 25 responden dapat menghabiskan rokok kisaran 2 sampai 5 batang per harinya. Selain itu, alasan dari ke-25 responden salah satunya adalah penasaran dengan rasa dari rokok tersebut sehingga menjadikan responden sebagai perokok aktif. Hasil dari perolehan studi awal dengan menggunakan metode wawancara adalah sebagai berikut :

“ Alasannya lebih ke pengalihan rasa sakit. Mungkin lebih tepatnya ke pelampiasan kali ya. Karna permasalahan sama orang tua, karna lingkungan pertemanan aku juga ngerokok, mau cewe mau cowo jadi ke stimulusin”. Subjek A

“ Jujur dulu tuh lagi stress banget, lagi ada masalah sama pacar sih ya. Hemmm udah pasti sih ya hahaha. Terus nyari pelarian yang aku belum pernah nih. Biasanya kalau pelarian tuh aku kan shopping, kalo ga makan lah apa lah. Tapi nyobain yang kata orang-orang tuh enak. Mana sih cik rokok teh, kayak gimana. Faktor utamanya orang paling terdekat, tapi bukan sodara sedarah. Jadi apa ya apa sih kayak peer group gitu. Temen sebaya yang tiap hari ketemu. Wich is mereka sahabat dan pacar aku”. Subjek B

“ Iya jadi dulu aku ngerokok karena ada di lingkungan orang-orang yang hampir semuanya ngerokok. Sebenarnya ga tertarik sama ngerokok cuma circle nya itu bener-bener penuh tekanan, terus stress bingung kan mau ngeluapinnya kayak

gimana karna engga akan bisa apa ya jalan-jalan gitu untuk ngeluapinnya karna emang sesibuk itu, dan se tertekan itu. Terus akhirnya di ajakin lah sama temen-temen disana buat ngerokok. Akhirnya nyoba untuk ngerokok. Setelah itu setiap ada rasa tertekan atau stress aku akhirnya ngelampiasin nya sama ngerokok. Orang yang berpengaruh dalam menjadinya aku sebagai seorang perokok itu emang temen-temen gitu. Karena kan emang lingkungan sangat-sangat berpengaruh terhadap diri kita mau itu positif maupun negatif". Subjek C

" Nah awalnya itu, cuma penasaran pengen nyoba gitu. Nah pas udah nyoba tiap bosan tuh jadi pengen gitu. Ko ketagihan loh. Tapi kalo lagi maunya aja gitu gimana mood, kalo lagi pengen, kalo lagi bosan, ya kalo lagi pengen aja. Gara-gara temen perokok ya jadi aku ikutan, dan kemauan sendiri juga sih". Subjek D

" Iya aku ngerokok tapi cuma sekedar buat ngilangin stress. Tapi lama-lama kebiasaan. Terus emang lingkungan aku juga perokok sih. Hampir setiap hari kalo lagi keluar-keluar ya ngerokok. Awalnya sih pengen coba-coba. Pengaruhnya sih ada juga dari orangtua aku, mama aku juga dia perokok. Terus karna aku ada penasaran dan ya udah aku coba-coba dan temen-temen aku pun ternyata nyaranin hal yang sama untuk ngelampiasin stress. Pas aku lulus SMA itu tuh jadi kebiasaan karna aku stress". Subjek E

Dari alasan yang diungkapkan oleh 25 responden, didapatkan pula pernyataan terkait keputusan responden untuk berhenti dari perilaku merokok tersebut. Berdasarkan hasil wawancara dengan responden mengenai perilaku merokok, ditemukan motivasi responden untuk berhenti dari perilaku merokok, diantaranya yaitu :

" Iya udah berhenti ngeroko. Karena udah mulai ngerti buat apa gitu. Emm.. waktu itu pernah batuk juga agak lama jadi udah mulai ngurangin juga gitu. Dari situ udah mulai ngurangin ngurangin akhirnya berhenti gitu. Terus berhenti karena

temen juga. Temen laki-laki aku yang akhirnya ngasih tau bahwa ngerokok dengan alasan sebagai pelampiasan itu engga baik, karena masih banyak cara lain untuk melampiaskan emosi-emosi negatif gitu". Subjek A

"Jujur sih beneran kayaknya udah lah berhenti. Oke jujur ya satu, engga punya duit hahaha. Males gitu beli rokok. Kedua dulu kan pernah sakit paru-paru wich is 9 bulan takut aja gitu. Tapi aku juga mengakui sih karena dukungan sosial selain dari pasangan, orangtua, ya pastinya temen juga". Subjek B

"Aku berhenti ngerokok itu yang pertama karena waktu itu aku kan ngedudukin satu jabatan yang emang ngedorong aku buat jadi satu contoh. Gitu kan. Takutnya nanti kalau misalnya ketauan emmm ngeroko atau gimana kan engga bagus gitu buat contoh anak-anak gitu, terus orarng yang emang buat berhenti ngeroko ya temen-temen di organisasi itu ngedorong aku untuk berhenti dan mereka ngedukung, mereka juga bantuinaku lepas dari rokok". Subjek C

" Alhamdulillah sekarang mah udah mulai berhenti ngerokok. Pas awal-awal mah sih masih ngerasain satu batang satu batang gitu. Cuma sekarang mah udah ada yang ngelarang gitu sama pacar aku sendiri. Terus emang kayak ngerasa takut gitu. Terus juga mikir kayak emang engga baik sih buat tubuh aku gitu. Yang paling berperan pasti pacar aku, yang ngelarang aku buat ngeroko lagi. Terus emang juga temen-temen aku ngedukung aku buat berhenti karena emang engga nyadarin aku juga gitu kalau ngeroko itu ngerusak badan". Subjek D

" Euh.. udah sih aku udah berhenti. Karena waktu itu sempet sakit gitu jadi ya berhenti. Jadi ya berhenti. Terus karena temen-temen juga nyuruh aku berhenti, iya banget karena mereka tau kesehatan aku. Mereka dorong banget aku buat berhenti, karena dari temen-temen cewe aku Cuma aku doang yang saat itu masih ngerokok sama tongkrongan aku dimana mana. Yaudah mereka bener-bener kayak nyuruh aku

buat berhenti, ngelarang, dan nginnetin aku. Selain temen juga ada pacar sih yang ngasih tau buat berhenti. Mereka bilang buat kesehatan aku”. Subjek E

Dari hasil petikan wawancara yang dikemukakan, responden mengatakan bahwa berhenti dari perilaku merokok dikarenakan oleh faktor utama yaitu pengaruh dari teman. Selain itu responden menyebutkan bahwa adanya motivasi atau dorongan dari faktor pendukung lain yang membuat ia berhenti merokok adalah faktor kesehatan, orangtua, dan pasangan. Motivasi merupakan dorongan dari dalam diri individu yang menimbulkan perasaan semangat untuk mampu mengubah perilaku individu menjadi lebih baik lagi. Motivasi ini terbagi ke dalam dua jenis, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik berasal dari dalam diri individu yaitu kesadaran akan kesehatan diri, dan motivasi ekstrinsik berasal dari dukungan lingkungan sosial yaitu dukungan dari keluarga, teman, dan kelembagaan. (Oktarita, Idriansari, dan Muharyani 2017)

Menurut (Akmal, Widjanarko, dan Nugraha 2017) berhenti merokok dapat dikatakan sebagai perubahan dalam perilaku yang diinginkan oleh individu secara kuat dan menuntut perubahan drastis. Sejalan dengan ini (Fawzani et al. 2005) mengatakan bahwa merubah perilaku merokok menjadi perilaku berhenti merokok, khususnya bagi perokok di Indonesia bukan merupakan suatu usaha yang mudah.

Berdasarkan paparan di atas, penulis tertarik untuk mencari tahu seberapa besarkah pengaruh dukungan sosial yang dalam hal ini adalah *peer attachment* terhadap motivasi remaja wanita untuk berhenti merokok.

Rumusan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh *peer attachment* terhadap perilaku berhenti merokok pada wanita perokok?

Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *peer attachment* terhadap motivasi berhenti merokok pada wanita perokok.

Manfaat Penelitian

Secara Teoritis. Dapat memberikan manfaat bagi ilmu psikologi khususnya pada bidang psikologi sosial mengenai pengaruh *peer attachment* terhadap motivasi berhenti merokok pada wanita perokok.

Secara Praktis. Dapat memberikan manfaat khususnya bagi penulis untuk mengetahui faktor perilaku merokok pada wanita perokok dan faktor penyebab perilaku berhenti merokok pada wanita perokok. Selain itu hasil dari penelitian ini diharapkan juga dapat menjadi salah satu masukan dan menjadi salah satu acuan untuk masyarakat umum mengenai perilaku berhenti merokok. Diharapkan juga untuk peneliti selanjutnya agar dibuat lebih menarik lagi, dan lebih dalam lagi mengkaji penelitiannya.