

## Hubungan Konformitas Dan Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Perempuan

Handini Nuryati Kosasi<sup>1</sup>

*Program Studi Psikologi  
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Universitas Mulawarman Samarinda*

**ABSTRACT.** *This research aims to determine the correlation of conformity and stress toward smoking behaviour to women teenagers in Samarinda and Balikpapan City. Analysis of data was obtained from 100 samples of teenagers that selected by quota sampling technique. This study uses quantitative research methods correlational type. Methods of data collection techniques used are Likert scale. Data were analyzed using multiple regression test with the help of the program Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 20.0 for Windows. Research result with level of confidence 95% showed that: (1) there is a significant correlation between conformity and smoking behaviour, by Kendall Tau correlational test be obtained result of R Score 0.33 (33 percents) and sig score 0.000 ( $p < 0.050$ ). (2) There is not significant correlation between stress and smoking behaviour by Kendall Tau correlation test be obtained R score is 0.049 (5 percents) and sig score is 0.487 ( $p > 0.050$ ).*

**Keywords:** *conformity, stress, smoking behaviour*

**ABSTRAK.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konformitas dan stres dengan perilaku merokok pada remaja putri di Samarinda dan Kota Balikpapan. Analisis data diperoleh dari 100 sampel remaja yang dipilih dengan teknik quota sampling. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif tipe korelasional. Metode teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala likert. Data dianalisis menggunakan uji regresi berganda dengan bantuan program Paket Statistik untuk Ilmu Sosial (SPSS) 20.0 for Windows. Hasil penelitian dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan bahwa: (1) terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas dengan perilaku merokok, dengan uji korelasi Kendall Tau diperoleh hasil R Score 0,33 (33 persen) dan sig score 0,000 ( $p < 0,050$ ). (2) Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan perilaku merokok dengan uji korelasi Kendall Tau diperoleh nilai R sebesar 0,049 (5 persen) dan nilai sig sebesar 0,487 ( $p > 0,050$ ).

**Kata kunci:** konformitas, stres, perilaku merokok

---

<sup>1</sup> Email: defimila@gmail.com

## PENDAHULUAN

Rokok adalah hasil olahan tembakau yang terbungkus, yang mengandung nikotin dan tar dan atau tanpa bahan tambahan (Sitepoe, 2000). Aktifitas mengkonsumsi rokok (merokok) adalah dengan membakar agar asapnya dapat dihirup melalui mulut pada sisi ujung rokok yang tidak dibakar, kemudian dihembuskan kembali. Hal yang menjadi permasalahan dari merokok adalah aktifitas tersebut tidak baik untuk kesehatan baik untuk pelakunya maupun bagi orang disekitarnya.

Merokok memang bukanlah penyebab suatu penyakit, tetapi dapat memicu suatu jenis penyakit yang dapat mengakibatkan kematian. Menurut Sitepoe (2000), berbagai jenis penyakit yang dapat dipicu karena merokok, antara lain; penyakit kardiolovaskular, neoplasma (kanker), saluran pernafasan, peningkatan tekanan darah, penurunan fertilitas (kesuburan), sakit mag, gangguan pembuluh darah, *amblyopia* (penglihatan kabur), kulit mejnjadi kering, pucat dan keriput, serta polusi udara dalam ruangan sehingga terjadi iritasi mata, hidung dan tenggorokkan. Bagi ibu hamil, rokok dapat menyebabkan kelahiran prematur, berat badan bayi rendah, mortalitas prenatal, kemungkinan lahir dalam keadaan cacat dan mengalami gangguan dalam perkembangan. Sedangkan jika dilihat dari sisi orang disekelilingnya, merokok menimbulkan dampak negatif bagi perokok pasif. Resiko yang ditanggung perokok pasif lebih berbahaya daripada perokok aktif karena daya tahan terhadap zat-zat yang berbahaya sangat rendah.

Masalah rokok pada hakikatnya sudah menjadi masalah nasional, bahkan internasional. Merokok sudah menjadi kebiasaan yang sangat umum dan meluas di masyarakat. Bahaya merokok terhadap kesehatan tubuh juga telah diteliti dan dibuktikan banyak orang. Kerugian yang ditimbulkan rokok juga sangat banyak bagi kesehatan, akan tetapi masih saja banyak orang yang tetap memilih untuk menikmatinya. Kebiasaan merokok memang sulit dihilangkan dan jarang diakui orang sebagai suatu kebiasaan buruk. Padahal efek-efek yang merugikan akibat merokok sudah diketahui dengan jelas.

Estimasi jumlah perokok di dunia sebesar 1.3 miliar orang. Angka kematian akibat mengkonsumsi rokok 5 juta per tahun; kalau tidak ada penurunan jumlah pengguna rokok maka angka kematian akan menjadi dua kali lipat angka kematian sekarang dan akan sampai 10 juta di tahun 2020 (WHO, 2006). Angka penggunaan rokok di Indonesia juga pernah

dipublikasikan oleh WHO (2011) yang menyebutkan bahwa di Indonesia 67.4% laki-laki dan 4.5% perempuan adalah pengguna tembakau dalam berbagai bentuk. Sebanyak 34.8% tembakau diolah menjadi rokok. Perokok yang merokok setiap hari sebanyak 38.3% dan diantara mereka merokok batang pertama 5-30 menit setelah bangun tidur.

Bukti-bukti dari penelitian 10 tahun terakhir menunjukkan bahwa lebih dari 50 persen perokok meninggal karena kecanduan dan jika hal tersebut tidak dikendalikan, maka 8 juta orang di dunia akan meninggal setiap tahun karena rokok menjelang tahun 2030. Bahkan, selama abad 21 ini, diperkirakan 1 miliar jiwa orang akan melayang karena rokok (Susanto dkk, 2010).

Selain itu, menurut seorang ahli paru, Prasenhadi (dalam Tannos, 2013), kecenderungan umur mulai merokok di Indonesia yang semakin muda berakibat pada usia penderita kanker dan paru yang juga menjadi semakin dini. Pendapat yang serupa dikemukakan oleh Syam (dalam Tannos, 2013), Ketua Bidang Advokasi Pengurus Besar Persatuan Ahli Penyakit Dalam Indonesia (PAPDI) yang mengatakan bahwa rokok bisa menyebabkan pencandunya berisiko dua kali lipat terserang kanker pankreas, juga lebih mudah terkena kanker usus besar dan kanker lambung. Namun, di antara semua penyakit yang dapat disebabkan oleh rokok, penyakit yang merupakan penyebab kematian terbesar adalah jantung. Ketua umum Yayasan Jantung Indonesia, Joesoef mengatakan bahwa menurut data WHO, dari 2 juta kematian di Indonesia tiap tahunnya, 500 ribu di antaranya disebabkan oleh penyakit jantung.

Pada mulanya perilaku merokok ini muncul pada saat remaja dan akan terus berlanjut karena telah menjadi kebiasaan hingga dewasa, Smith dan Anderson (dalam Prasasti, 2011) mengatakan bahwa perilaku berisiko yang dilakukan kebanyakan remaja, seperti merokok adalah bagian dari proses perkembangan yang normal.

Banyak faktor yang menyebabkan seorang remaja merokok. Sitepoe (2000) menjelaskan bahwa di Indonesia, alasan remaja mulai merokok adalah karena kemauan sendiri, melihat teman-temannya, dan diajari atau dipaksa merokok oleh teman-temannya. Merokok pada anak-anak yang disebabkan oleh keinginan sendiri biasanya dikarenakan anak tersebut ingin menunjukkan bahwa dirinya telah dewasa. Sedangkan Santrock (2014) mengatakan bahwa beberapa alasan remaja mengkonsumsi rokok adalah karena ingin tahu,

untuk meningkatkan rasa percaya diri, solidaritas, adaptasi dengan lingkungan.

Harlock (2003) menjelaskan bahwa tugas-tugas perkembangan masa remaja adalah mampu menerima keadaan fisiknya, mampu menerima dan memahami peran usia dewasa, mencapai kemandirian emosional, mampu membina dengan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis, mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat, memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua, dan mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa, mempersiapkan diri untuk dunia perkawinan dan memahami mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga. Hal ini berbeda dengan adanya remaja pada saat sekarang dengan pengaruh sosial atau teman-temannya hingga mengubah sikap dan tingkah laku mereka sesuai dengan norma kelompok atau sosialnya yang sering disebut dengan konformitas.

Konformitas muncul ketika individu meniru sikap atau tingkah laku orang lain dikarenakan tekanan yang nyata maupun yang dibayangkan oleh mereka, Tekanan untuk mengikuti teman sebaya menjadi sangat kuat pada masa remaja (Santrock, 2014). Konformitas teman sebaya pada remaja dapat menjadi positif atau negatif. Dikemukakan juga oleh Zebua dan Nurdjayadi (2001) yang mengatakan bahwa remaja perempuan lebih *conform* karena mereka masih labil dan perempuan yang masih labil dan bingung dengan identitas dirinya akan lebih mudah *conform* dibandingkan dengan perempuan yang sudah matang dan stabil. Tekanan yang berupa ajakan maupun paksaan membuat subjek tidak enak menolak ajakan minum-minuman beralkohol yang dilakukan oleh teman sebayanya. Hal ini disebabkan karena remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama teman-teman sebaya sebagai kelompok, mereka jarang menghabiskan waktu dengan orang tua dirumahnya. Sebagai contoh dengan alasan ingin diterima oleh kelompoknya, maka remaja mencoba minum minuman keras, mengkonsumsi obat terlarang, merokok tanpa mempertimbangkan kesehatan, bahkan perilaku merokokpun cenderung mengikutinya apabila kelompok tersebut bersama-sama melakukannya.

Perilaku merokok memang sudah menjadi hal yang lazim di Indonesia. Namun akan menjadi hal yang tabu jika merokok dilakukan oleh remaja dan perempuan. Merokok dianggap tabu karena aktifitas

tersebut lekat dengan pria dewasa yang dianggap ketahanan fisiknya lebih baik, lebih rentan akan stress sehingga muncul sifat maklum apabila mereka merokok dan juga merokok indetik dengan pelanggaran norma dan aturan sosial apabila konsumsi rokok dilakukan oleh wanita dan orang di bawah umur. Perempuan yang merokok merupakan hal yang tidak umum, hal tersebut peneliti buktikan dari hasil penelitian Global Tobacco Survey (WHO, 2011) yang mengungkapkan bahwa 67% dari populasi laki-laki adalah perokok dan hanya 2,7% dari populasi perempuan adalah perokok, itu artinya merokok bagi perempuan merupakan aktifitas yang langka. Paradigma bahwa rokok menjadi hal tabu tersebut peneliti dapatkan dari wawancara singkat dengan 10 orang dengan berbagai latar belakang secara acak. Hasil dari wawancara tersebut adalah perilaku merokok merupakan hal yang umum di lingkungan mereka, namun apabila yang melakukan hal tersebut adalah anak-anak, remaja dan juga perempuan maka hal tersebut merupakan hal yang tabu.

Untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam mengenai fenomena perilaku merokok remaja dan perempuan yang dianggap tabu oleh masyarakat peneliti kembali mewawancarai beberapa remaja perempuan yang diketahui memiliki perilaku merokok secara aktif. Berdasarkan hasil wawancara terhadap subjek remaja perempuan, (NA) pada hari Kamis 28 Desember, dia mengatakan merokok karena pergaulan teman-temannya dan biasanya mereka merokok setelah sepulang sekolah dengan berdalih bahwa beban di sekolah membuat pusing dan ingin merokok. Sama juga dengan subjek remaja perempuan (HN) dia dan teman-temannya merokok ketika saat jam istirahat di kampus karena merasa penat dengan kesibukannya di kampus, jika dia sedang sendiri dia tidak akan merokok karena tidak "seru" namun karena saat itu dia bersama teman-temannya yang juga sama-sama merokok maka dia tidak sungkan untuk merokok juga meskipun di tempat yang cukup sepi. Jadi, dapat disimpulkan dari wawancara di atas bahwa konformitas merupakan hal yang mempengaruhi remaja untuk melakukan perilaku merokok. Hal tersebut senada dengan pernyataan Mu'tadi (dalam Prasasti, 2011) yang mengatakan bahwa teman merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku merokok ditambah dengan pernyataan Sumiarti (dalam Janah, 2011) yang mengatakan lingkungan juga mempengaruhi perilaku merokok. Bisa dikatakan teman dan

lingkungan yang mendukung remaja untuk melakukan perilaku merokok merupakan pangkal dari konformitas yang terjadi.

Hasil wawancara di atas juga mengungkap bahwa stres juga merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku merokok. Stres merupakan bagian dari kehidupan manusia yang tidak dapat dihindari. Stres adalah hal alami yang terjadi karena adanya tekanan dari dalam atau luar individu yang berdampak pada diri individu. Jika hal ini dibiarkan berlarut-larut, maka individu yang memiliki tingkat stres yang tinggi dapat menjadi depresi (Lubis, Oktaviani, Rahmi, Khatimah dan Nur, 2016). Remaja khususnya perempuan contoh tekanan dari luar adalah lingkungan, yaitu masalah di sekolah, hubungan dengan orang lain, semua situasi yang menantang dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu, faktor internal yang dapat menimbulkan stres adalah kondisi kesehatan, status nutrisi, dan kecukupan tidur. Di beberapa kejadian perilaku merokok remaja khususnya perempuan muncul karena berbagai masalah yang dihadapinya. Mereka merokok karena dengan alasan untuk melarikan diri dari masalah yang dihadapinya, dan menganggap bahwa stres dapat di kurangi dengan merokok.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka penyusun tertarik untuk mengangkat judul penelitian tentang “Hubungan konformitas dan Stres dengan perilaku merokok pada remaja perempuan di Kota Samarinda dan Balikpapan”.

## TINJAUAN PUSTAKA

### Perilaku Merokok

Walgito (2008) mendefinisikan perilaku atau aktivitas-aktivitas individu dalam pengertian luas, yaitu perilaku yang nampak (*overt behavior*) dan perilaku yang tidak nampak (*inner behavior*) demikian pula aktivitas-aktivitas tersebut disamping motorik juga termasuk aktivitas emosional dan kognitif. Sebagaimana diketahui perilaku atau aktivitas yang ada pada individu atau organisme itu tidak timbul dengan sendirinya, tetapi sebagai akibat dari stimulus yang diterima oleh organisme yang bersangkutan, baik stimulus eksternal maupun stimulus internal. Namun, sebagian besar dari perilaku organisme itu merupakan respons terhadap stimulus eksternal (Walgito, 2008). Dengan demikian, dapat diartikan bahwa perilaku dalam penelitian ini adalah reaksi individu yang diwujudkan dengan tindakan atau aktivitas terhadap

suatu rangsangan tertentu. Dalam hal ini rangsangan tersebut adalah rokok.

Rokok adalah hasil olahan tembakau yang terbungkus, yang mengandung nikotin dan tar dan atau tanpa bahan tambahan (Sitepoe, 2000). Biasanya rokok berbentuk silinder yang panjangnya antara 70 hingga 120 mm dengan diameter sekitar 10 mm yang berisi daun-daun tembakau yang telah dicacah. Rokok digunakan dengan cara membakar agar asapnya dapat dihirup lewat mulut pada ujung lain. Sitepoe (2000) merokok adalah membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik dengan menggunakan rokok maupun pipa. Asap yang dihisap melalui mulut disebut *mainstream smoke*, sedangkan asap rokok yang terbentuk pada ujung rokok yang terbakar serta asap rokok yang dihembuskan ke udara oleh perokok disebut *sidestream smoke*. *Sidestream smoke* atau asap *sidestream* mengakibatkan seseorang menjadi perokok pasif. Selain itu, Sari dkk (2003) juga memberikan definisi yang serupa, mereka menyebutkan bahwa perilaku merokok adalah aktivitas menghisap atau menghirup asap rokok dengan menggunakan pipa atau rokok Adapun aspek-aspek dari perilaku merokok menurut Prasasti (2011) adalah *positive affect smokers, negative affect smokers, addictive smokers dan pure habits smokers*.

### Konformitas

Cialdini & Goldstein (Taylor, dkk, 2009) mendefinisikan bahwa konformitas adalah tendensi untuk mengubah keyakinan atau perilaku seseorang agar sesuai dengan perilaku orang lain. Kartono dan Dali (2003) menambahkan bahwa konformitas adalah kecenderungan untuk dipengaruhi tekanan kelompok dan tidak menentang norma-norma yang telah digariskan oleh kelompok. Konformitas menurut Sears, dkk (2002) adalah perilaku tertentu yang ditampilkan oleh individu dikarenakan ada tuntutan dan individu lain juga menampilkan perilaku tersebut.

Rakhmat (2008) juga mengatakan konformitas, bahwa bila sejumlah orang dalam kelompok mengatakan atau melakukan sesuatu, ada kecenderungan para anggota untuk mengatakan dan melakukan hal yang sama. Sarwono (2005) menjelaskan karena kuatnya ikatan emosi dan konformitas kelompok pada remaja, biasanya hal ini menjadi faktor yang menyebabkan munculnya tingkah laku remaja yang buruk. Sementara menurut Wiggins dan Zanden (dalam Indria & Ayu, 2007)

konformitas adalah penyesuaian perilaku terhadap norma-norma atau standar-standar yang ditentukan oleh orang lain. Zebua dan Nurdjayadi (2001) menambahkan bahwa konformitas berarti tunduk pada kelompok meskipun tidak ada permintaan langsung untuk mengikuti apa yang telah diperbuat oleh kelompok. Adapun aspek-aspek dari konformitas menurut Sears (2002) adalah aspek kekompakan, aspek kesepakatan, dan aspek ketaatan.

### Stres

Modernisasi dan kemajuan teknologi membawa perubahan dalam cara berpikir dan dalam pola hidup masyarakat luas. Perubahan tersebut akan berdampak pada kesehatan jiwa, salah satunya mengakibatkan stres (Suliswati, 2014). Stres merupakan hal bagian dari kehidupan manusia yang tidak dapat dihindari. Stres adalah hal alami yang terjadi karena adanya tekanan dari dalam atau luar individu yang berdampak pada diri individu. Contoh tekanan dari luar adalah lingkungan, yaitu masalah pekerjaan, hubungan dengan orang lain, semua situasi yang menantang dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu, faktor internal yang dapat menimbulkan stres adalah kondisi kesehatan, status nutrisi, dan kecukupan tidur (medicinenet.com).

Pendapat lainnya mengatakan bahwa stres adalah respon individu terhadap situasi atau peristiwa yang mengancam dan melebihi kemampuan mereka (Santrock, 2014). Pandangan dari Patel (dalam Nasir & Abdul, 2011), stres merupakan reaksi tertentu yang muncul pada tubuh yang bisa disebabkan oleh berbagai tuntutan, misalnya ketika manusia menghadapi tantangan-tantangan yang penting, ketika dihadapkan pada ancaman, atau ketika harus berusaha mengatasi harapan-harapan yang tidak realistis dari lingkungannya, dengan demikian, bisa diartikan bahwa stres adalah kejadian alami, merupakan suatu respon atau reaksi individu yang muncul terhadap situasi atau peristiwa yang menantang, mengancam dan melebihi kemampuan individu. Adapun aspek-aspek Stres menurut Hardjana (1994) adalah gejala fisik, gejala emosional, gejala intelektual dan gejala interpersonal.

### METODE PENELITIAN

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, yaitu data penelitian yang berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik (Sugiyono, 2008). Kemudian Sugiyono

kembali mengatakan bahwa metode kuantitatif sebagai metode ilmiah (*scientific*) karena telah memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yaitu konkrit atau empiris, obyektif, terukur, rasional dan sistematis. Metode ini juga disebut sebagai metode *discovery*, karena dengan metode ini bisa ditemukan dan dikembangkan berbagai ilmu pengetahuan baru. Metode penelitian kuantitatif memiliki tujuan utama mengumpulkan data deskriptif yang mendeskripsikan objek penelitian secara rinci dan mendalam dengan maksud mengembangkan konsep atau pemahaman dari suatu gejala. Hal itu dilaksanakan karena disadari bahwa ada banyak hal yang tidak mungkin diungkapkan hanya dengan melalui observasi dan pengukuran-pengukuran saja.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel bebas, yaitu konformitas dan stres serta satu variabel terikat yaitu perilaku merokok. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala Likert. Hasil uji validitas dan reliabilitas pada skala perilaku merokok terdapat 28 butir yang sah dengan nilai alpha 0.833, skala konformitas terdapat 31 butir yang sah dengan nilai alpha 0.848, skala stres terdapat 42 butir yang sah dengan nilai alpha 0.819. Adapun perhitungan statistik dalam penelitian ini menggunakan teknik Kendall Tau.

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis pada variabel perilaku merokok dengan konformitas dengan teknik Kendall Tau didapatkan hasil  $r = 0.332$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti memiliki hubungan yang signifikan. Kemudian berdasarkan uji korelasi parsial didapatkan bahwa aspek dari konformitas yang paling berhubungan dengan perilaku merokok adalah ketaatan dengan nilai  $r = 0.333$  dan  $p = 0.000$ . Hasil Penelitian tersebut menunjukkan bahwa faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok adalah konformitas. Hasil dari pengujian hipotesis di atas membuktikan bahwa asumsi peneliti adalah tepat mengenai perilaku merokok yang dipengaruhi oleh konformitas yang telah terbukti dan sejalan dengan pernyataan Mu'tadi (dalam Prasasti, 2011) yaitu, yang mengatakan bahwa teman merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku merokok ditambah dengan pernyataan Sumiarti (dalam Janah, 2011) yang mengatakan bahwa lingkungan juga mempengaruhi perilaku merokok. Lingkungan dan pertemanan merupakan pangkal dari konformitas yang terjadi pada subjek. Hal tersebut juga berarti penelitian ini sejalan dengan

hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pratiwi (2009) dalam penelitiannya yang menyatakan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara konformitas dengan perilaku merokok remaja sebesar 61 persen.

Usia remaja cenderung mendorong individu untuk membentuk kelompok-kelompok pergaulan. Di dalam kelompok pergaulan tersebut akan terbentuk interaksi dan terjadi saling tukar gagasan, kebiasaan dan gaya hidup. Ketika individu-individu di dalam kelompok pergaulan tersebut saling membaur maka batas-batas perilaku akan semakin memudar, artinya perilaku yang dilakukan oleh salah seorang remaja dapat juga dilakukan oleh remaja yang melalui proses interaksi tadi. Hal tersebut dapat terjadi karena seseorang yang terbiasa menyaksikan suatu perilaku dari orang lain akan cenderung meniru perilaku tersebut untuk lebih menyatu dengan kelompok meskipun awalnya perilaku tersebut bukan menjadi kebiasannya. Perilaku tersebut dapat kita asosiasikan sebagai perilaku merokok dan usaha remaja dalam meniru perilaku tersebut disebut sebagai konformitas.

Konformitas sendiri adalah penyesuaian perilaku untuk menganut norma kelompok acuan, menerima ide atau aturan-aturan kelompok yang mengatur cara berperilaku (Baron & Byrne, 2005). Konformitas merupakan bentuk penyesuaian terhadap kelompok sosial karena adanya tuntutan dari kelompok sosial meskipun tuntutan tersebut tidak terbuka namun memiliki pengaruh yang kuat dan dapat menyebabkan munculnya perilaku-perilaku tertentu pada remaja anggota kelompok tersebut. Seperti misalnya tidak akan dianggap *gaul* atau dewasa jika tidak melakukan suatu perilaku untuk mencapai status sosial tertentu.

Konformitas tidak bisa kita relevansikan dengan suatu kebiasaan yang secara normatif baik atau buruk karena pada dasarnya konformitas merupakan peniruan dari tingkah laku kelompok. Maka, kebiasaan-kebiasaan dari anggota kelompok tersebutlah yang menjadi faktor penentu baik atau buruknya suatu konformitas. Sayangnya dalam penelitian ini terungkap bahwa konformitas yang terjadi adalah perilaku merokok yang dianggap tabu apabila dilakukan oleh remaja perempuan.

Investigasi lebih mendalam peneliti lakukan dengan mewawancarai subjek DM yang merupakan Remaja perempuan dengan perilaku merokok di kota Balikpapan. Peneliti menanyakan mengenai bentuk konformitas yang terjadi di lingkungan Subjek. Berdasarkan penuturan DM, dorongan

untuk melakukan perilaku merokok didasari oleh lingkungan pergaulan DM yang menganggap merokok adalah hal yang normal. Terlebih mereka melakukannya di ruang pribadi yang tidak diketahui oleh orang lain kecuali kelompok mereka saja, jadi pada dasarnya mereka merasa akan baik-baik saja ketika merokok karena kondisi yang memungkinkan tersebut. Ketika peneliti menanyakan mengenai dampak kesehatan yang ditimbulkan dari perilaku merokok subjek DM mengaku mengetahuinya. DM mengetahui dengan konkrit penyakit-penyakit apa saja yang mungkin akan muncul dari aktivitas merokohnya, namun DM tetap melakukannya karena berpendapat bahwa penyakit tersebut muncul apabila telah menjadi pecandu rokok selama bertahun-tahun dan dalam dosis yang tinggi. DM mengaku tidak terlalu sering mengkonsumsi rokok dan masih bisa menahan diri untuk tidak menjadi kecanduan.

Subjek juga mengaku biasanya bukan dia yang menjadi pelopor untuk melakukan aktivitas merokok, melainkan seorang teman yang memiliki popularitas atau pengaruh lebih di kelompoknya. Teman tersebut begitu berpengaruh sehingga ajakan darinya akan membuat teman-teman dikelompoknya mengikutinya tanpa ada rasa terpaksa. Subjek mengaku temannya tersebut memang merupakan orang yang bersahabat namun cenderung konsumtif. Teman yang memiliki pengaruh besar juga tidak hanya ada satu orang melainkan beberapa dan mereka sama-sama memiliki perilaku merokok, sehingga merokok dianggap adalah hal yang wajar dilakukan oleh remaja seusianya sebagai simbol kedewasaan dan hal tersebut juga dimaklumi oleh anggota kelompok yang lain.

Dinamika psikologis yang terjadi sebagai sebab konformitas memiliki hubungan dengan perilaku merokok adalah karena manusia pada dasarnya adalah makhluk sosial dan memiliki kebutuhan untuk berinteraksi dengan individu lainnya. Interaksi tersebut menimbulkan pertukaran gagasan, kebiasaan, gaya hidup dan perilaku-perilaku tertentu. Interaksi dengan lingkungan sosial merupakan tempat bagi individu untuk mempelajari perilaku baru. Ketika seorang individu berada dalam lingkungan yang terdapat satu atau beberapa individu lain dengan perilaku merokok maka kemungkinan untuk terjadinya penyebaran perilaku merokok menjadi lebih besar.

Berdasarkan pemaparan subjek di atas dapat disimpulkan bahwa subjek mengalami konformitas yang disebabkan oleh ajakan secara tidak langsung

dari teman yang memiliki pengaruh lebih di kelompoknya. Ajakan teman tersebut sangat signifikan mempengaruhi kelompok sehingga untuk dapat sejalan dengan kultur kelompok maka subjek harus mengikutinya juga. Tidak ada unsur paksaan dalam konformitas tersebut, semua atas dasar persahabatan dan kesenangan. Dari pemaparan di atas juga membuktikan bahwa subjek taat dengan alur budaya merokok kelompoknya yang dipelopori oleh salah seorang atau beberapa anggota kelompok. Ketaatan tersebut diharapkan membuat subjek mendapat kualitas interaksi yang baik dengan sahabatnya, mendapatkan kesenangan yang sama dengan teman-temannya, meningkatkan kepercayaan diri dan merasa lebih dewasa. Hal tersebut sejalan pula dengan hasil penelitian ini yang menyatakan bahwa aspek ketaatan menjadi aspek dari konformitas yang terkuat dalam mempengaruhi perilaku merokok siswa.

Ketaatan merupakan bagian dari persoalan mengenai bagaimana membuat individu rela melakukan sesuatu yang sejalan dengan tindakan kelompok. Salah satu caranya adalah melalui tekanan sosial. Ketaatan dalam konformitas sangat dibutuhkan, hal tersebut membuat kelompok berperilaku tertentu dan melakukan suatu kegiatan atas dasar menyesuaikan diri dengan orang lain, yang membuat individu sulit untuk menolak ajakan dari lingkungannya.

Pemaparan di atas sudah cukup untuk membuktikan bahwa hasil penelitian ini yang menyatakan bahwa konformitas memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap perilaku merokok serta aspek ketaatan menjadi aspek yang paling mempengaruhinya sesuai dengan kondisi pada diri subjek di lapangan yaitu remaja perempuan dengan perilaku merokok..

Hasil uji hipotesis pada variabel perilaku merokok terhadap stres dengan teknik Kendall Tau didapatkan hasil  $r = 0.049$  dan  $p = 0.7487$  ( $p > 0.05$ ) yang berarti hubungan sangat kecil dan tidak signifikan. Hasil penelitian di atas menjelaskan bahwa faktor stres tidak berhubungan dengan perilaku merokok. Serta diketahui bahwa aspek dari stress yang paling berhubungan dengan perilaku merokok adalah gejala interpersonal dengan nilai  $r = 0.187$  dan  $p = 0.010$ .

Hasil dari pengujian hipotesis di atas membuktikan bahwa hipotesa penelitian bahwa perilaku merokok dipengaruhi oleh stres tidak terbukti. Hal tersebut juga berarti penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan

oleh Sari (2011) yang menyatakan bahwa stres memiliki pengaruh terhadap perilaku merokok remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2011) membuahkan hasil bahwa perilaku merokok banyak dijumpai pada responden yang mengalami stres tingkat sedang (27,3%) dibandingkan dengan responden yang mengalami stres tingkat ringan (5,6%). Terdapat hubungan yang bermakna antara stress dengan tingkat perilaku merokok dengan  $r = 0,656$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti semakin berat stres siswa maka semakin kuat dorongan untuk merokok.

Untuk menjelaskan mengenai hasil penelitian yang berlawanan dengan asumsi peneliti di atas maka peneliti kembali turun ke lapangan untuk mewawancarai subjek. Peneliti melakukan wawancara dengan mahasiswi asal Samarinda bernama MP pada tanggal 26 Februari 2018. Dari penjelasan MP didapatkan keterangan bahwa subjek merupakan remaja dengan perilaku merokok. Ketika peneliti bertanya mengenai apa yang biasanya memicu subjek untuk mengkonsumsi rokok, dia mengungkapkan bahwa stres, kebosanan dan yang paling sering adalah ajakan dari teman untuk sama-sama merokok. Lebih lanjut peneliti menanyakan apakah ketika tengah stres subjek pasti mengkonsumsi rokok, dan subjek menjawab belum tentu. Stres bisa saja menjadi pemicu untuk subjek merokok namun tidak semua stres membuat subjek melakukan itu. Stres yang menyebabkan subjek merokok biasanya adalah stres yang membuat subjek tidak bisa mencari solusi sehingga untuk menenangkan diri subjek merasa harus merokok. Namun apabila subjek merasa ada sesuatu yang bisa subjek lakukan untuk memecahkan masalahnya maka subjek akan berusaha keras untuk menyelesaikan masalah tersebut dan tidak bersantai-santai dengan rokok. Terkadang apabila stres juga subjek memilih untuk pergi bersenang-senang bersama teman-temannya atau pacarnya karena subjek merasa hal tersebut cenderung lebih efektif menghilangkan stres daripada merokok.

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa merokok bukan satu-satunya aktivitas yang dilakukan subjek ketika sedang stres sehingga stres cenderung tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku merokok. Dari pemaparan di atas juga dapat disimpulkan bahwa ajakan teman merupakan situasi yang paling mendorong subjek untuk merokok sehingga hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian mengenai aspek stres yang paling berhubungan terhadap

perilaku merokok adalah aspek interpersonal. Ajakan teman subjek merupakan refleksi dari situasi interpersonal subjek, subjek yang saat itu tengah stres membutuhkan bantuan dari individu lain untuk meredakan stresnya dan ajakan merokok dari teman merupakan situasi yang ideal untuk hal tersebut.

Dinamika psikologis yang terjadi sebagai sebab stress tidak memiliki hubungan dengan perilaku merokok adalah karena manusia memiliki dua cara dalam pemecahan masalah; *emotional focused coping* dan *problem focused coping*. Perilaku merokok merupakan aktifitas yang menyenangkan sehingga merupakan penanggulangan stress dengan jenis *emotional focused coping*. Tidak semua individu lebih memprioritaskan *emotional focused coping*, sekalipun individu tersebut melakukan *emotional focused coping* maka tindakannya tidak selalu dengan merokok, bisa saja seperti bersenang-senang dengan teman-teman, mendengarkan musik, *shopping* dan lain sebagainya. Selain juga itu juga masih ada *problem focused coping* dimana individu dalam menangani stressnya lebih berorientasi kepada penyelesaian inti masalah. Sehingga terdapat alasan mengapa stress tidak memiliki hubungan dengan perilaku merokok karena tidak semua orang dan tidak semua situasi yang menyebabkan stress diatasi dengan merokok.

Pemaparan di atas sudah cukup untuk membuktikan bahwa hasil penelitian ini yang menyatakan bahwa stress tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku merokok namun aspek gejala interpersonal menjadi satu-satunya aspek yang mempengaruhi perilaku merokok sesuai dengan kondisi pada diri subjek di lapangan yaitu remaja perempuan dengan perilaku merokok di kota Samarinda dan Balikpapan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas dengan perilaku merokok pada remaja perempuan dengan perilaku merokok di kota Samarinda dan Balikpapan. Serta tidak terdapat hubungan yang signifikan antara stress dengan perilaku merokok pada remaja perempuan dengan perilaku merokok di kota Samarinda dan Balikpapan.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil uji korelasi parsial diketahui bahwa interaksi interpersonal remaja perempuan dapat mengatasi stress sehingga berkumpul bersama teman-teman, olahraga, bercanda menonton film atau hal lainnya dapat dijadikan sarana penghilang stress yang tidak berbahaya bagi kesehatan seperti merokok.
2. Bagi remaja pada umumnya, harus lebih selektif dalam memilih kelompok pergaulan karena pergaulan dapat menularkan kebiasaan-kebiasan antar sesama anggota baik kebiasaan baik ataupun kebiasaan buruk. Seperti terbukti pada hasil korelasi parsial bahwa konformitas mendorong pada ketaatan sehingga remaja akan cenderung melakukan hal yang serupa dengan temannya.
3. Bagi orang tua disarankan untuk lebih meningkatkan perhatian kepada anak-anaknya dan tidak memberikan hukuman fisik yang menjadi salah satu faktor pemicu anak memiliki kecenderungan untuk menjadi perokok. Keluarga yang harmonis didalam suatu rumah akan menjadikan lingkungan rumah tangga yang bahagia dan menjadi tempat penyelesaian masalah. yang tepat agar anak tidak terjerumus ke dalam aktifitas yang negatif dalam pemecahan masalahnya seperti merokok dan narkoba.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Muhammad, A. (2014). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hurlock, E. B. 2003. *Psikologi Perkembangan*, Erlangga, Jakarta.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Edisi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A., & Bryne, D. (2005). *Psikologi Sosial Jilid 2*. Alih bahasa: Djuwita, R. dkk). Jakarta: Erlangga.
- Fariyah, F. (2014). *Pengaruh Self Efficacy terhadap Stres Mahasiswa Angkatan 2010 yang Menyusun Skripsi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

- Finaliasari, F. F. (2003). *Hubungan antara personality trait extraversion dan perilaku merokok pada remaja akhir*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- Hadi, S. (2004). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hardjana, A. M. (1994). *Stres Tanpa DiStres (Seni Mengontrol Stres)*. Yogyakarta: Kanisius.
- Indria, K., & Ayu, N. D. (2007). Kajian Konformitas dan Kreativitas Afektif Remaja. *Jurnal Provita*. 3(1): 85-104.
- Janah, M. R. (2011). Pengaruh Pelatihan Kontrol Diri dengan Menggunakan Metodetechnik Gerakan Mengontrol Perilaku Merokok (TGMPM) untuk Mengurangi Perilaku Merokok pada Siswa SMK Harapan Kartasura. *Jurnal Talenta Psikologi*. 3 (1): 79-100.
- Jannah, L. M., & Prasetyo, B. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Kaplan, R. M., & Saccuzzo, D. P. (2012). *Pengukuran Psikologi: Prinsip, Penerapan, dan Isu*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kartono, K., & Dali, G. (2003). *Kamus Psikologi*. Bandung: Pionir.
- Komalasari, D., & Alvin, F. H. (2005). Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi*. Yogyakarta; Universitas Gadjah Mada 9 (2): 1-11.
- Kumar, R., & Nancy. (2011). Stres and Coping Strategies among Nursing Students. *Nursing and Midwifery Research Journal*. 7 (4): 141-151.
- Lubis, H., Oktaviani, M. A., Rahmi, A. S., Khatimah, H. H., & Nur, M. O. (2016). Musik Kejien Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan, Stres, dan Depresi. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 5(1), 39-64.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Siti, R. H. (2009). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai bagiannya. Terjemahan Siti Rahayu Haditono*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nasir, A., & Abdul, M. (2011). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nasution, I. K. (2007). *Perilaku merokok pada remaja*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Prasasti, R. A. N. (2011). *Hubungan antara Dimensi Kepribadian Big Five dengan Perilaku Merokok pada Remaja Akhir*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Jakarta: Universitas Usam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Pratiwi, R. A. (2009). *Hubungan antara Konsep Diri dan Konformitas dengan perilaku merokok pada Remaja*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Rakhmat, J. 2008. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rohmad., & Supriyanto. (2015). *Pengantar Statistika. Panduan Praktis Bagi Pengajar dan Mahasiswa*. Yogyakarta: Kalimedia.
- Roscoe, J. T. (2004). *Fundamental Research Statistics for The Behavioral Sciences*. New York: CBLIS.
- Safaria, T. (2006). *Menjadi Pribadi Berprestasi*. Salemba Medika: Jakarta.
- Santrock, J. W. (2014). *Adolescence. Perkembangan Remaja. Edisi Keenam*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, A. T. O., Neila, R., & Mirza, E. (2003). Empati dan perilaku merokok di tempat umum. *Jurnal Psikologi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Indonesia. 3(5): 81-90.
- Sari, N. I. (2011). *Hubungan antara Stres dengan Perilaku Merokok pada Siswa Laki-laki Perokok SMKN 2 Batusangkar*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Padang: Universitas Andalas.
- Sarwono, S. W. (2005). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Sears, D. O., Jonathan, L. E., & Anne, P. (2002). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas. Penerjemah: Adyanto, M*. Jakarta: Erlangga.
- Sitepoe, M. (2000). *Kekhususan rokok indonesia*. Jakarta: Gramedia Widiasarana
- Sugiyono. (2009). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suliswati., Tjie, A. P., Jeremia, M., & Sumijatun. (2014). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Susanto, H., Nur, F. A., Umi, K., & Arfi, B. A. (2010). *Gurih Pahitnya Rokok*. Diakses pada 29 Desember 2017. Pukul 17.26 WITA.
- Tannos, D. (2013). *Usia Perokok Indonesia Semakin Muda*. Dikasis pada 29 Desember 2017. Pukul 15.23 WITA.
- Taylor, S, E., Letitia, A, P., David O, S. (2009). *Psikologi Sosial Edisi XII*. Jakarta: Kencana.
- Walgitto, B. (2008). *Psikologi sosial (suatu pengantar)*. Yogyakarta: Andi.

- WHO. (2006). *Tobacco: Deadly in any form or disguise*. Geneva: World Health Organization.
- WHO. (2011). *Global Tobacco Survey: Indonesia Report*. New Delhi: National Institute of Health Research Development Ministry of Health.
- Zebua, A. S., & Nurdjayadi, R. D. (2001). Hubungan antara Konformitas dan Konsep Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja Putri. *Jurnal Phronesis*. 3 (6): 72-82.