

HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA REMAJA PUTRI DI KECAMATAN MOJOSONGO

Sekar Ayu Yashinta P

Program Studi Psikologi, Universitas Sahid Surakarta

Email: aman4@gmail.com

ABSTRAK

Dalam masa pencarian jati diri remaja akan sangat dipengaruhi oleh teman sebaya, baik dalam hal sikap, perbuatan dan perilaku. Kondisi demikian membuat remaja memerlukan perhatian khusus pada masalah-masalah yang dihadapi sehingga masalah tersebut tidak menjadikan remaja melakukan tindakan-tindakan negatif. Merokok merupakan Tindakan kurang baik yang sering dianggap wajar oleh beberapa orang. Tindakan tersebut sering membuat remaja mengikuti perilaku yang dilihatnya. Mereka merokok karena melihat orangtuanya yang merokok, saat itu remaja tertarik karena merasa ketika orangtuanya merokok terlihat sangat tenang dan santai. Akan tetapi hal ini menyebabkan kurangnya kepercayaan diri dalam diri remaja. Dalam penelitian ini terdapat 35 remaja putri yang merokok. Hasil dari uji korelasi menunjukkan bahwa kepercayaan diri tidak hanya dipengaruhi oleh perilaku merokok saja, melainkan disebabkan oleh banyak factor lainnya.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Merokok, Remaja Putri

ABSTRACT

During the process of identity formation, adolescents are heavily influenced by their peers regarding their attitudes, actions, and behaviors. Consequently, adolescents require special attention regarding the issues they face to prevent these problems from leading them toward negative behaviors. Smoking is a detrimental habit that is often perceived as normal by some. Adolescents frequently emulate the behaviors they observe; for instance, they may start smoking after seeing their parents do so, drawn by the calm and relaxed demeanor their parents appear to project while smoking. However, this habit can actually undermine an adolescent's self-confidence. This study involved 35 adolescent girls who smoke. Correlation analysis results indicate that self-confidence is not solely influenced by smoking behavior but is also shaped by numerous other factors.

Keywords: Self-confidence, Smoking, Adolescent Girls

PENDAHULUAN

Usia remaja merupakan masa bermain, masa mencari pengalaman sebanyak – banyaknya dan masa mencari jati diri. Dalam masa pencarian jati diri remaja akan sangat dipengaruhi oleh teman sebaya, baik dalam hal sikap, perbuatan dan perilaku. Remaja juga dapat diartikan sebagai individu yang sedang berada dalam proses membangun identitasnya sendiri dan mulai melepas individualisasi dari keluarga. Oleh sebab itu, tidak sedikit remaja yang enggan mengungkapkan masalah-masalah pribadinya secara terbuka di hadapan anggota keluarga lain (Geldard dan Geldard, 2011: 282). Bagi para perokok, kebiasaan merokok merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan dan sekaligus dapat dijadikan teman dalam menjalankan kegiatan-kegiatan yang tergolong santai, bahkan ada pula yang beranggapan bahwa merokok merupakan sebuah bantuan yang sangat dibutuhkan untuk mengurangi kegelisahan ataupun ketegangan (Safarino dalam Budiantoro, 2009).

Kondisi demikian membuat remaja memerlukan perhatian khusus pada masalah-masalah yang dihadapi sehingga masalah tersebut tidak menjadikan remaja melakukan tindakan-tindakan negatif. Salah satu bentuk pelampiasan dari masalah remaja yang tidak tertangani dengan baik adalah perilaku merokok remaja putri. Tidak sulit mencari perokok remaja putri pada era ini, mereka sudah lebih terbuka dan tidak malu-malu lagi

untuk merokok di depan umum. Kebiasaan merokok akan lebih baik apabila dapat dicegah sedini mungkin. Pencegahan tersebut menjadi penting bukan hanya karena usia remaja merupakan usia yang menentukan akan terciptanya kebiasaan merokok pada usia dewasa sebagaimana telah disebutkan sebelumnya.

Achmad (2017) dalam penelitiannya yang berjudul hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok menemukan bahwa ciri orang atau individu yang memiliki beberapa ciri-ciri rasa percaya diri di antaranya adalah sebagai berikut: 1) memiliki sikap mandiri dalam bertindak, 2) memiliki ras positif terhadap diri sendiri, 3) memiliki sikap keberanian dalam mengemukakan pendapat. Seiring dengan berkembangnya pergaulan bebas yang dapat mempengaruhi perkembangan seorang remaja putri dalam keberlangsungan interaksi didalam lingkungan masyarakat atau lingkungan umum. Peranan orang tua harus bisa memberikan pemahaman untuk mengontrol anak atau orang tua berperan penting didalam mendidik anak agar tidak melakukan hal yang negatif, tentunya orang tua merupakan penasehat terutama kepada remaja putri sangat diperlukan dalam mengatasi perilaku merokok pada remaja putri.

Fahmi Islami (2014) dalam penelitiannya menemukan perilaku merokok pada remaja putri yang dipengaruhi oleh konformitas. Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh konformitas yang terjadi

pada remaja putri dilakukan hanya karena perilaku individu didasarkan pada harapan kelompok atau masyarakat, karena konformitas memiliki pengaruh yang kuat dan dapat menyebabkan munculnya perilaku-perilaku tertentu pada anggota kelompok. subjek merokok karena melihat orangtuanya yang merokok, saat itu subjek tertarik karena subjek merasa ketika orangtuanya merokok terlihat sangat tenang dan santai.

Rismawati Munthe (2018) dalam penelitiannya menemukan kepercayaan diri merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan anak remaja. Seorang anak yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi, akan selalu merasa yakin akan dirinya. Dia bahkan juga bisa menikmati pengalaman baru yang nanti akan ditemuinya. Disamping itu, ia pun bisa bekerja sama dengan orang lain secara baik.

Percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya (Hakim, 2002). Dari banyaknya remaja putri yang merokok, mereka memiliki alasan tentang perilaku merokok diantaranya adalah yang mengatakan hanya sekedar ingin mencoba, karena pengaruh teman, sebagai penghilang stress dan merasa lebih percaya diri dengan merokok. Berdasarkan fenomena diatas, masih ada kesenjangan antara kenyataan dan harapan, yaitu remaja putri

cenderung memiliki perilaku merokok untuk mendapatkan kepercayaan dirinya. Maka dari itu peneliti bermaksud untuk meneliti apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok pada remaja putri.

Hasil survey yang telah dilakukan pada tanggal 2 April 2022 kepada subjek remaja putri di Kecamatan Mojosongo secara terpisah dan 2 secara insidental, mereka mulai merokok pada usia remaja, sejak mereka berumur 17 tahun hingga usia mereka saat ini yang berkisar antara 25 tahun. Berdasarkan hasil observasi penulis melihat diwaktu nongkrong saat ada 2 remaja putri yang sedang asik mengobrol dengan temannya dan bersantai sambil merokok. Dari hasil observasi yang peneliti dapatkan peneliti menyimpulkan bahwa beberapa remaja putri sebagian besar merupakan perokok aktif. Dari hasil wawancara peneliti dengan 2 remaja putri menyatakan dengan merokok mereka merasa lebih nyaman, menyenangkan, terlihat keren, menghilangkan stress dan lebih merasa percaya diri.

Berbagai alasan yang diungkapkan atas perilaku merokok mereka, ada yang beralasan karena coba-coba hingga akhirnya menjadi ketagihan, karena ikut-ikutan teman sebayanya, karena penasaran dengan bagaimana rasa rokok, juga untuk menghilangkan kepenatan, bahkan ada yang memang menjadikan rokok sebagai kebutuhan sehari-hari. Mereka merokok dimana pun mereka berada dan kapan pun mereka ingin

merokok, ketika bangun tidur, setelah makan, saat berada di kampus, di warung makan, di tempat nongkrong ataupun dirumah. Fenomena tersebut diperkuat dengan apa yang mereka rasakan ketika merokok, sebagian besar menyatakan bahwa mereka mendapatkan kenikmatan, perasaan lega dan tenang, lebih santai, lebih percaya diri, lebih terlihat keren dan bisa menjadi teman ketika mengerjakan tugas sampai larut malam.

Perilaku merokok adalah perilaku yang merugikan bukan hanya pada diri si perokok namun juga merugikan orang lain yang ada di sekitarnya. Perilaku merokok menunjukkan adanya keberagaman inter-intra individu (Rizky Septi Nugroho, 2017). Sarafino (dalam Wismanto, 2007) banyak faktor yang melatar belakangi perilaku merokok seperti faktor sosial, faktor psikologis dan faktor biologis. Faktor sosial antara lain pengaruh orang tua, teman sekelompok ataupun dari media massa. Faktor psikologis antara lain karena merasa kesepian, tidak ada yang diajak berbicara, karena putus cinta atau hanya ingin mencoba semata (iseng). Sedangkan faktor biologis antara lain karena kedinginan, meskipun hal ini kecil presentasinya. Percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya (Hakim, 2002).

Menurut Goleman (Pool dan Sewel, 2007) mengatakan orang dengan kepercayaan diri menjadi lebih pasti dan terasa kehadirannya. Digunakannya kepercayaan diri ialah karena kepercayaan diri lebih bersifat yang mudah dilihat secara spesifik dalam suatu situasi jika dibandingkan faktor lainnya yaitu efikasi dan setiap individu memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda. Rasa percaya diri juga tidak dapat muncul begitu saja pada diri seseorang. Ada proses tertentu di dalam diri seseorang sehingga terjadi pembentukan rasa percaya diri. Remaja yang sulit menerima keadaan diri, serta memandang rendah kemampuan yang dimiliki, namun ia memiliki keinginan yang mungkin tidak realistis terhadap dirinya sendiri, akan cenderung melakukan tindakan dan cara yang negatif untuk membangun rasa percaya diri, salah satunya dengan merokok (Haryono, 2007).

Pada penelitian ini peneliti melakukan observasi dan wawancara awal pada tanggal (02/04/2022) dengan 2 remaja putri di kecamatan mojosongo. Berdasarkan hasil wawancara terhadap seorang remaja putri berinisial DL menceritakan bahwa kalau waktu dahulu awal belajar merokok dirinya memang hanya untuk gaya-gayaan aja agar terlihat keren tetapi sekarang dirinya menjadi tidak bisa kalau harus tidak merokok dan dirinya juga merasa bingung kalau tidak ada rokok. Remaja putri berinisial YR menceritakan bahwa dirinya kalau dibilang pd untuk merokok dirinya merasa pd aja karena dirinya

tidak memperdulikan perkataan orang lain, dan dirinya mengatakan bahwa semua orang boleh memberi pendapat tentang perempuan merokok. Dirinya juga mengatakan terserah mau dibilang apa saja yang penting bagi dirinya adalah merokok.

Berdasarkan latar belakang masalah, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: **"Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Putri Di Kecamatan Mojosongo"**

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan kepercayaan diri sebagai variable tergantung (Y) dan Perilaku sebagai variable bebas (X). Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 35 remaja putri di kecamatan mojosongo. Pengumpulan data berupa skala likert dengan empat alternatif jawaban. Hasil data yang terkumpul diuji dengan analisis korelasi untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok. Guna mempermudah perhitungan digunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 2020.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu tidak ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan

perilaku merokok pada remaja putri di Kecamatan Mojosongo. Hal tersebut berdasarkan hasil output program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 2022 dengan menggunakan penghitungan analisis korelasi product momen, yakni nilai p-value Sig sebesar 0,952 > dari nilai taraf signifikansi 0,05

Sesuai dengan jurnal nanang wahyu setiawan. Hal ini kemungkinan disebabkan karena kepercayaan diri timbul bukan karena faktor keturunan atau bawaan melainkan karena proses memahami diri sendiri, menerima adanya kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya diawali sejak usia dini. Berdasarkan hasil demografi yang telah ditemukan mengungkapkan sebanyak 35 responden pada penelitian ini adalah remaja putri. Remaja putri yang cenderung melakukan memiliki kepercayaan diri yang rendah meyakini bahwa pencapaian merupakan hasil dari usaha yang dilakukan, mampu menentukan pilihannya, yakin terhadap kemampuan yang dimiliki, percaya bahwa keberhasilan merupakan hasil dari kerja keras yang dilakukan, tidak bergantung pada keberuntungan, mampu menentukan tujuan hidup, dan kegagalan yang didapatkan merupakan akibat dari diri sendiri. Hal yang sama juga dijelaskan oleh Sandra & Djalali (2013) bahwa variabel kepercayaan diri secara simultan dan sangat signifikan berhubungan dengan perilaku merokok.

Jadi dari hasil uji korelasi antara perilaku merokok dengan kepercayaan diri, menunjukkan bahwa kepercayaan diri tidak sepenuhnya dipengaruhi oleh faktor perilaku merokok, melainkan juga dipengaruhi oleh faktor-faktor diluar perilaku merokok

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri tidak sepenuhnya dipengaruhi oleh factor perilaku merokok, melainkan juga oleh factor-faktor lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Iqbal, M. (2020). Perilaku Merokok Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja SMA Negeri di Kedunggalar Ngawi. JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat, 1(2).
- Andromeda, Nur A.O.P, dan Moh. Iqbal M. (2018) Parental Responsiveness Nd Academic Self-Concept In Early Adolescents. Jurnal Proceeding of Internasional Conference On Child-Friendly Education, ISSN: 2503-5185, No. 1-5. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Azwar, S. (2016). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Burns, R.S. (1993). Konsep Diri : Teori, Pengukuran, Perkembangan Dan Perilaku. Jakarta: Arcan
- Ekasari, A. dan Ika F. N. (2008). Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kecerdasan Emosional pada Remaja. Jurnal Soul (Online), Vol. 1, No. 2. Tambunan Selatan.
- Ermawati, E. dan Indriyati E.P. (2011). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja Di SMP N 1 Piyungan. Jurnal Spirits, Vol.2, No.1, 1-12. Yogyakarta: Universitas Sarjanawijayata Tamansiswa.
- Hakim, T. (2005). Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri. Jakarta: Puspa Swara.
- Hartono. (2015). Statistika untuk Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ideputri, M.E, dkk. (2011). Buku Ajar: Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Lina dan Klara Sr. (2010). Panduan Menjadi Remaja Percaya Diri. Jakarta: Nobel Edumedia.
- Muarawanah, L. B., dkk. (2012). Kematangan Emosi, Konsep Diri Dan Kenakalan Remaja. Jurnal Pesona, Vol.1, No.1, 6-14. Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945.
- Nainggolan, T. (2011). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Pengguna NAPZA: Penelitian Di Balai Kasih Sayang Parmadi Siwi. Jurnal OSosiokonsepsia (Online), Vol. 16, No. 2, 161-174. Jakarta: Pusat Penelitian dan

Pengembangan Kesejahteraan Sosial,
Kementerian Sosial RI.

- Rahayu, A. Y. (2013). Anak Usia TK: Menumbuhkan Kepercayaan Diri melalui Kegiatan Bercerita. Jakarta: PT. Indeks.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suhardhani dan Siti I. S. (2017). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Angkatan 2014 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. Jurnal Psikologi Pendidikan (Online), Vol. 4, No. 3. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Wahyuni, S. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa Psikologi. E-Journal Psikologi, Vol. 2, No. 1, 50-64. Kalimantan Timur: Universitas Mulawarman.
- Wibowo. (2013). Perilaku Dalam Organisasi. Jakarta: Rajawali Pres.
- Widjaja, H. (2016). Berani Tampil Beda dan Percaya Diri. Yogyakarta: Araska.
- Widodo, P. B. (2006). Konsep Diri Mahasiswa Jawa Pesisir Dan Pedalaman. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, Vol. 3, No. 2, 1-10. Semarang: Universitas Diponegoro.