

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dunia pendidikan dewasa ini menghadapi berbagai masalah yang sangat kompleks yang perlu mendapatkan perhatian terutama pada remaja awal. Remaja sebagai periode transisi antara masa anak-anak ke dewasa, atau masa usia belasan tahun, atau menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah diatur, perasaan mudah terangsang dan lain sebagainya (Sarwono, 2004). Masa remaja awal merupakan masa transisi, dimana usianya berkisar antara 13 sampai 16 atau 17 tahun yaitu usia matang secara hukum (Hurlock, 2012). Salah satu tugas perkembangan remaja sebagai siswa adalah memiliki tanggung jawab untuk menyesuaikan dirinya terhadap nilai-nilai yang ada di lingkungan sekolah (Masngudin, 2014). Kenyataannya, pada masa transisi remaja mengalami masa krisis yang ditandai dengan munculnya perilaku menyimpang, termasuk di sekolah. Paradigma ini mendasari seringnya remaja melakukan tindakan yang dianggap sebagai tindakan yang memiliki muatan menyimpang dalam tataran norma dan nilai-nilai sosial yang dibangun oleh masyarakat, atau dianggap sebagai tindakan yang mengarah pada bentuk kenakalan remaja (Mariyati, 2014).

Kenakalan remaja merupakan kumpulan dari berbagai perilaku remaja yang tidak dapat diterima secara sosial hingga terjadi tindakan kriminal. Kenakalan remaja meliputi semua perilaku yang menyimpang dari norma-norma hukum

pidana yang dilakukan oleh remaja. Perilaku tersebut akan merugikan dirinya sendiri dan orang-orang di sekitarnya (Santrock, 2016). Salah satu bentuk kenakalan remaja adalah merokok. Remaja termotivasi untuk merokok umumnya karena ikut-ikutan, mencontoh orang tua dan saudara kandung, ikut mencontoh teman sebaya, ingin disebut dewasa, coba-coba dan lain-lain (Astoni, 1999). Ketika para remaja berada di lingkungan perokok yang sebagian besar adalah teman sebaya maka sikap remaja tersebut timbul rasa saling memahami, saling berbagi, saling mengerti satu sama lain namun ada juga yang merasa sesak ketika berada di lingkungan perokok aktif (Sari, 2015). Remaja merasa dirinya harus lebih banyak menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok sebaya daripada norma-norma orang dewasa atau penguasa lembaga bila memang ingin diidentifikasi dengan kelompok sebaya dan tidak mau lagi dianggap anak-anak melainkan hampir dewasa (Hurlock, 2012).

Menurut Sitepoe (2000) perilaku merokok adalah suatu perilaku yang melibatkan proses membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok ataupun pipa. Aspek perilaku merokok menurut Aritonang (1997) adalah : 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; b) Intensitas merokok, Intensitas merokok yaitu seberapa sering individu melakukan aktivitas menghisap, merasakan dan menikmati rokok; c) Tempat merokok, tempat merokok ada dua yaitu tempat umum dan tempat yang bersifat pribadi; d) Waktu merokok , Remaja yang merokok dipengaruhi

oleh keadaan yang dialaminya pada saat itu, misalnya ketika sedang berkumpul dengan teman, cuaca yang dingin, setelah dimarahi orang tua.

Indonesia merupakan negara tertinggi ketiga dengan jumlah perokok terbanyak di dunia. Saat ini 50% kematian akibat rokok berada di negara berkembang seperti Indonesia. Prosentase perokok di Indonesia tahun 2013 paling tinggi se-Asean yaitu 46.16 %. Terjadi peningkatan proporsi masyarakat yang merokok setiap hari dari tahun 2007 sebanyak 23.7% meningkat pada tahun 2013 sebanyak 24.3% (Kementerian Kesehatan, 2013). Peningkatan perokok pada remaja usia 15-19 tahun meningkat dua kali lipat dari 12,7% pada 2001 menjadi 23,1% pada 2016. Hasil Survei indikator kesehatan nasional bahkan memperlihatkan angka remaja perokok laki-laki telah mencapai 54,8%. Hal ini menyebabkan Indonesia menghadapi ancaman serius akibat peningkatan jumlah perokok, terutama kelompok anak-anak dan remaja (SIRKESNAS, 2016).

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 10 orang siswa di SMA X di kota Medan pada 2 April 2020 dengan karakteristik remaja tengah yaitu kisaran umur 15-18 tahun. Wawancara menggunakan aspek perilaku merokok yang di kemukakan Aritonang (1997) di dapatkan hasil: 1) aspek fungsi merokok, 9 orang siswa menjawab merasa senang saat merokok, pada saat siswa merokok siswa merasa mendapat kebahagiaan, ketenangan dan jika berkumpul merokok bersama teman maka siswa merasa akan saling menghargai; 2) aspek intensitas, siswa merokok lebih dari 4 batang dalam sehari, 7 orang siswa menjawab bahwa dari hari ke hari jumlah rokok yang dihabiskan bertambah; 3) aspek tempat merokok, siswa merokok di area sekolah, semua siswa yang diwawancarai mengaku bahwa

saat berkumpul bersama teman yang merokok di area sekolah maka dorongan untuk merokok semakin bertambah; 4) aspek waktu merokok, semua siswa yang diwawancara menjawab bahwa merokok setelah pulang sekolah, karena menurut para siswa waktu yang paling tepat untuk merokok adalah saat pulang sekolah.

Berdasarkan wawancara dapat disimpulkan bahwa siswa remaja awal SMA X Medan mengalami masalah perilaku merokok. Kebiasaan merokok harus segera dihentikan, salah satunya dapat dilakukan dengan pencegahan terhadap perilaku merokok yang dapat dimulai pada usia remaja agar remaja dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya sebagaimana mestinya (Ramoply, 2015). Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok (Hasnida & Kemala, 2008).

Perilaku merokok membawa dampak buruk bagi berbagai aspek kehidupan manusia seperti: kesehatan (kanker, paru-paru, jantung, hipertensi), perekonomian masyarakat karena perokok lebih banyak mengeluarkan uangnya untuk membeli rokok daripada memenuhi kebutuhan pokoknya sehari-hari dan akibat merokok menjadikan sakit sehingga mengurangi produktivitas kerja, lingkungan sosial dapat menyebabkan kematian bagi perokok pasif yang menghirup asap rokok yang banyak mengandung senyawa kimia (Ramoply, 2015). Rokok memiliki kandungan kurang lebih 4000 elemen, dimana 200 elemen di dalamnya yang berbahaya bagi kesehatan tubuh. Pada beberapa penelitian telah dibuktikan bahwa risiko kanker paru 7,8 kali lebih besar terjadi pada perokok dibandingkan dengan yang bukan perokok. Selain kanker paru, rokok juga meningkatkan angka

fertilitas dan impotensi pada laki-laki sebesar 50% (Kementerian Kesehatan, 2013).

Salah satu faktor yang mempengaruhi remaja merokok yaitu konformitas terhadap teman sebayanya. McCool (dalam Aryani, 2019) menyatakan bahwa pengaruh teman sebaya merupakan prediktor yang lebih kuat daripada faktor lainnya terhadap intensi merokok remaja. Robin & Johnson (dalam Nurjan, 2019) mengidentifikasi pentingnya tekanan teman sebaya dalam hubungannya dengan penggunaan rokok oleh remaja. Remaja menemukan bahwa persetujuan ataupun ketidaksetujuan teman sebaya sama-sama penting. Salah satu karakteristik remaja adalah ingin bergabung dan menyesuaikan diri dengan suatu kelompok atau gank. Penyesuaian diri tersebut dilakukan dengan cara bertingkah laku yang sama dengan anggota kelompok lainnya. Oleh karena itu, remaja sering kali meniru perilaku merokok temannya karena ingin terlihat sama dengan teman dekatnya. Salah satu tugas perkembangan remaja adalah mencapai hubungan baik dan lebih matang dengan teman sebayanya (Harlock, 2012).

Pengaruh teman sebaya dalam hal ini berupa tekanan yang diterima dari teman sebaya untuk merokok mendorong remaja berperilaku sama dengan temannya. Tingginya konformitas pada remaja merokok disebabkan karena lemahnya asertivitas individu tersebut. Remaja cenderung ikut dan tidak dapat bersikap asertif pada ajakan teman-temannya untuk merokok disebabkan karena takut ditinggalkan oleh teman-temannya. Ada perasaan kesepian dan takut dianggap tidak kompak jika tidak mengikuti teman sebaya. Remaja yang bersikap asertif akan mampu menolak sesuatu yang tidak sesuai dengan dirinya meskipun

ada tekanan kelompok teman sebayanya. Namun apabila remaja tidak dapat bersikap asertif maka remaja akan menaati dan mengikuti tekanan sosial untuk berperilaku sama seperti yang dilakukan temannya (Aryani, 2019).

Saat masa pandemi COVID-19 yang terjadi pada tahun 2020 maka dilakukan pemberlakuan PSBB di sejumlah daerah di Indonesia termasuk kota Medan hal ini mengakibatkan siswa remaja awal tidak bersekolah, ini artinya perilaku merokok dengan teman sebaya di lingkungan sekolah tidak ada, namun para siswa masih berinteraksi di luar sekolah seperti di tempat-tempat nongkrong siswa remaja awal masih sering ditemukan berkumpul bersama dan di tempat lain ada juga yang siswa mengerjakan tugas sekolah secara berkelompok, hal ini menunjukkan bahwa konformitas teman sebaya masih terjadi di kalangan siswa remaja awal pada masa PSBB akibat pandemi COVID-19.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Widianti & Pratiwi (2013) didapatkan hasil wawancara kepada guru BK dan beberapa siswa, alasan siswa merokok yaitu diajak teman, keinginan untuk mencoba-coba, menghilangkan stres, dan meningkatkan rasa percaya diri. Alasan yang paling banyak melatarbelakangi siswa merokok adalah karena ajakan teman. Bentuk ajakan tersebut yakni ketika jajan di kantin ada beberapa teman yang mengajak duduk berkelompok dan menawarkan rokok sebagai tanda persahabatan, selain itu ketika pergantian jam pelajaran ada beberapa teman yang mengajak ke kamar mandi untuk merokok. Sebenarnya mereka tidak ingin merokok karena mereka mengetahui merokok akan berdampak negatif bagi kesehatan, selain itu karena takut kedua orang tua marah. Dari beberapa kasus merokok yang terjadi pada

siswa diketahui bahwa orang tua maupun saudara mereka bukan seorang perokok dan melarang anaknya untuk merokok, namun karena tidak mampu menolak secara tegas akhirnya ikut merokok. Ketidakmampuan menolak ajakan tersebut karena akan dimusuhi anggota kelompoknya, menyinggung perasaan teman-teman yang ada di kelompoknya, tidak dianggap sebagai anggota kelompok, dan sebagainya. Hal tersebut memberikan dampak negatif tidak hanya bagi siswa, tapi juga bagi sekolah dan orang tua. Dengan merokok mereka akan mengalami gangguan kesehatan, uang saku habis karena digunakan untuk membeli rokok, dan prestasi menurun karena sering meninggalkan pelajaran hanya untuk merokok, mencoret nama baik sekolah dan mempermalukan orang tua. Dari penjelasan penelitian Widiati & Pratiwi (2013) dapat diketahui bahwa sebenarnya siswa tidak ingin merokok dan ingin berhenti, namun karena ketidakmampuannya menolak ajakan temannya akhirnya siswa tetap merokok.

Menurut Alberti & Emmons (2002) asertivitas adalah perilaku yang meningkatkan kesesuaian dalam berhubungan dengan sesama manusia, yang memungkinkan untuk menunjukkan minat terbaik tiap individu, berdiri sendiri tanpa harus merasa cemas, mengekspresikan perasaan kita dengan jujur dan nyaman, melatih kepribadian kita yang sesungguhnya tanpa menolak kebenaran dari orang lain. Aspek asertivitas menurut Alberti & Emmons (2002) yaitu: (1) kesetaraan hubungan sesama manusia; (2) bertindak sesuai dengan kepentingan pribadi; (3) membela diri sendiri; (4) pengekspresian perasaan diri; (5) menerapkan hak-hak pribadi; (6) tidak menyangkal hak-hak orang lain.

Salah satu cara untuk meningkatkan asertivitas remaja awal yaitu dengan pelatihan asertivitas (*assertive training*). pelatihan asertivitas adalah latihan keterampilan yang dapat membantu seseorang berperilaku asertif, dimana perilaku asertif merupakan perilaku antar perorangan atau interpersonal yang melibatkan aspek kejujuran dan keterbukaan pikiran dan perasaan. Tujuan latihan asertif adalah meningkatkan kemampuan interpersonal yaitu mampu berkata tidak, membuat permintaan, mengekspresikan perasaan baik positif maupun negatif serta membuka dan mengakhiri percakapan (Alberti dan Emmons, 2002).

Pelatihan asertivitas dapat membantu orang-orang yang tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung, menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya, memiliki kesulitan untuk mengatakan tidak, mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya, dan merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikirannya sendiri (Corey, 2010). Pelatihan asertivitas ditemukan efektif dalam meningkatkan keterampilan *coping* sosial dalam populasi umum remaja (Rotheram dalam Cecen, Rezan, & Mustafa, 2010). Peningkatan kemampuan coping sosial dari remaja yang tidak asertif mengubah menjadi remaja yang berperilaku asertif, serta mencegah remaja dari penggunaan alkohol, tembakau, dan obat-obatan lain yang berbahaya (Kim, 2003).

Hasil penelitian Selfi (2017) menyatakan teknik *assertive training* dapat mereduksi konformitas negative terhadap kelompok sebaya di SMP Negeri 1 Sungguminasa. Penelitian Widianti (2013) menyatakan pelatihan asertitas dapat

menurunkan perilaku merokok pada remaja dengan cara lebih asertif untuk menolak ajakan teman untuk merokok.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan perilaku merokok sebelum dan sesudah diberikan pelatihan asertivitas pada siswa remaja awal SMA X Medan?

B. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan perilaku merokok siswa sebelum dan sesudah diberikan pelatihan asertivitas pada siswa SMA X Medan.

2. Manfaat penelitian

a. Manfaat teoritis

- 1) Memperluas khasanah ilmu psikologi, khususnya di bidang pendidikan mengenai pelatihan asertivitas untuk penurunan perilaku merokok pada siswa remaja awal dimana merokok merupakan salah *satu* bentuk kenakalan remaja di sekolah.
- 2) Bagi peneliti selanjutnya dapat digunakan sebagai referensi atau bahan acuan untuk menurunkan perilaku merokok siswa remaja awal melalui pelatihan asertivitas.

b. Manfaat praktis

Jika hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan asertivitas dapat menurunkan perilaku merokok, maka latihan asertif dapat direkomendasikan sebagai salah satu cara untuk menurunkan perilaku merokok pada remaja.

C. Keaslian penelitian

Berdasarkan topik yang dipilih dalam penelitian ini yaitu pelatihan asertivitas untuk menurunkan perilaku merokok pada siswa remaja awal, maka dapat diuraikan perbedaan dan persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya antara lain:

1. Penelitian Puspitasari, Wuryaningsih, & Rifai (2017) yang berjudul pengaruh pelatihan manajemen diri terhadap perilaku merokok pada remaja di SMK Negeri 2 Jember Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember. Penelitian ini bertujuan mengetahui adanya pengaruh pelatihan manajemen diri terhadap perilaku merokok pada remaja di SMK. Penelitian menggunakan pendekatan quasi experimental dengan desain penelitian *pretestposttest with control group design*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* sebanyak sebanyak 30 terdiri dari 15 responden perlakuan dan 15 responden kontrol. Data dianalisis dengan menggunakan uji *t dependent* dan uji *t independent*. Hasil penelitian ini menunjukkan dari uji perbedaan rata-rata

terhadap variabel perilaku merokok pada kelompok yang diberikan pelatihan manajemen diri dan kelompok yang tidak diberikan pelatihan manajemen diri, yaitu nilai $p\text{ value} = 0,000$; $CI=95\% < \alpha = 0,05$ artinya terdapat perbedaan perilaku merokok pada kelompok yang diberikan pelatihan manajemen diri dan kelompok yang tidak diberikan pelatihan manajemen diri.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah variabel Y yang sama yaitu perilaku merokok dan sama-sama menggunakan 1 kelas eksperimen saja. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah variabel X yang mempengaruhi perilaku merokok dimana variabel X pada penelitian ini adalah pelatihan asertivitas dan pada penelitian sebelumnya pelatihan manajemen diri.

2. Penelitian Wiratini, Yanti, & Wijaya (2015) yang berjudul pengaruh *peer education* terhadap perilaku merokok pada remaja di SMAN “X” Denpasar. Penelitian ini bertujuan mengetahui adanya pengaruh *peer education* terhadap perilaku merokok pada remaja di SMAN “X” Denpasar. Penelitian menggunakan pendekatan *pre-experimental design* dengan rancangan *one group pre-post test design*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *probability sampling* yaitu *systematic random sampling* sebanyak 60 responden. Analisis bivariat menggunakan uji *wilcoxon dua sampel berpasangan* untuk menguji pada *pre-post test*. Hasil penelitian ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan, sikap dan psikomotor sebelum dan setelah diberikan intervensi *peer education*.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah sama-sama bertujuan untuk menurunkan kecenderungan merokok pada remaja dan metode yang digunakan sama-sama eksperimen *the one-group pretest-posttest*. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pelatihan yang digunakan dimana penelitian ini menggunakan pelatihan asertivitas sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan *peer education*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Mariyati (2014) dengan judul pelatihan manajemen diri dengan pendekatan *choice theory* untuk menurunkan kecenderungan merokok pada remaja. Tujuan penelitian untuk mengetahui adanya pengaruh pelatihan manajemen diri dengan pendekatan *choice theory* terhadap kecenderungan merokok. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimental dengan *randomize pretest posttest group design*. Teknik *sampling* menggunakan *simpel random* sebanyak 26 siswa dengan *random assignment* untuk 13 siswa kelompok eksperimen dan 13 siswa kelompok kontrol. Analisa data menggunakan analisis kovarian (anakova). Hasil analisa menunjukkan bahwa ($F = 6,287; \rho = 0,02; \rho < 0,05; \eta = 0,215$), sedangkan pada uji anakova untuk data *follow up* ($F = 7,223; \rho = 0,013; \rho < 0,05; \eta = 0,239$), Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan kecenderungan perilaku merokok yang mendapatkan perlakuan pelatihan manajemen diri dengan pendekatan *choice theory* dengan yang tidak perlakuan pelatihan manajemen diri dengan pendekatan *choice theory* dengan melakukan kontrol terhadap kecenderungan perilaku merokok sebelum perlakuan.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah sama-sama bertujuan untuk menurunkan kecenderungan merokok pada remaja. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pelatihan yang digunakan dimana penelitian ini menggunakan pelatihan asertivitas sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan pelatihan manajemen diri dengan pendekatan choice theory. Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen *one-group pretest-posttest* design sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimental dengan *randomize pretest posttest group* design.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Purnama (2013) tentang pengaruh pelatihan asertifitas dalam meningkatkan perilaku asertif remaja perokok pasif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan asertivitas dalam meningkatkan perilaku asertif remaja perokok pasif. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 26 remaja perokok pasif kelas X dan XI di sebuah SMK di Kaliwungu. Metode pengumpulan data dengan menggunakan skala perilaku asertif perokok pasif dan lembar evaluasi pelatihan. Uji hipotesis dilakukan dengan teknik analisis statistik nonparametrik, yaitu *wilcoxon signed test*. Hasil uji hipotesis memperlihatkan $Z = -0,470$ dan signifikansi (p) sebesar $0,638$ sehingga dapat diartikan tidak ada perbedaan yang signifikan antara skor perilaku asertif perokok pasif sebelum dan sesudah diberikan pelatihan asertivitas.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian lain terletak pada teknik pelatihan yang sama yaitu pelatihan asertivitas dan variabel Y yang sama yaitu

perilaku merokok. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah subjek yang akan di teliti dan pengambilan sampel, dimana pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan sampel total sedangkan pada penelitian sebelumnya menggunakan random sampling. Penelitian ini menggunakan menggunakan desain eksperimen *one-group pretest-posttest design* sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan desain perlakuan ulang.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa yang menjadi keaslian pada penelitian ini pada dasarnya memiliki kesamaan-kesamaan tertentu dengan penelitian terdahulu, misalnya pendekatan eksperimen, metode pengambilan sampel. Namun disisi lain ada pula perbedaan-perbedaan yang dapat memberikan sebuah gambaran bahwa penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian terdahulu misalnya variabel bebas yang dipilih, desain penelitian, dan teknik analisis data.