

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Perkembangan teknologi yang begitu cepat membawa dampak signifikan bagi kehidupan manusia, dengan adanya teknologi manusia saat ini lebih mudah dalam mencari berbagai informasi. Menurut Putra (2016) Generasi Z merupakan kelompok individu yang lahir dan tumbuh di tengah pesatnya perkembangan teknologi sehingga mereka sering disebut sebagai generasi internet karena hampir seluruh aktivitas mereka tidak terlepas dari penggunaan internet. Menurut Bencsik dkk (2016) menyebutkan bahwa generasi Z lahir pada tahun 1995-2010, Pada saat ini generasi Z berada di rentang usia remaja awal sampai dewasa awal hal ini dijelaskan berdasarkan data pembagian usia menurut Departemen Kesehatan RI (2021) bahwa rentang usia remaja awal berada pada usia 12-16 tahun dan pada dewasa awal adalah 26-35 tahun dan generasi Z sendiri memasuki rentang usia 15-30 Tahun.

Pada dasarnya manusia terdiri dari lima tahap kehidupan yaitu masa bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa, dan lanjut usia Sakunab & Riyanto (2023). Masa remaja merupakan periode penting karena terjadi peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya (Pratama dkk., 2019). Menurut Cakara (dalam, Selomo, Suryanto, & Santi 2020) untuk mencapai kematangan menuju pendewasaan, individu sering kali dipengaruhi oleh lingkungan fisik, psikis, dan sosial.

Maka dari itu pada masa peralihan remaja menuju masa dewasa individu akan cenderung mengalami krisis identitas yang dapat mempengaruhi perkembangan psikologis termasuk emosi, perilaku dan aspek psikososial lainnya (Rusuli, 2022). Remaja yang sedang mengalami krisis identitas atau sedang mencari jati diri akan cenderung melakukan kenakalan remaja, salah satunya melakukan perilaku merokok (Hidayah & Huriati, 2016).

Perilaku merokok dalam penelitian ini di jelaskan berdasarkan teori dari Martin dan Pear (2015) dan PP No. 109 tahun 2012 yakni perilaku merokok adalah segala tindakan atau kebiasaan seseorang dalam menggunakan produk olahan tembakau seperti rokok kretek atau rokok putih yang digunakan dengan cara dibakar dan dihisap asapnya. Sedangkan menurut Leventhal dan Cleary (1980) Perilaku merokok didefinisikan sebagai tindakan atau kebiasaan menghirup asap tembakau dari rokok yang dapat dipengaruhi oleh faktor fisiologis seperti kecanduan nikotin, serta faktor psikososial seperti tekanan sosial, kebiasaan, dan upaya mengatur emosi.

Menurut Martin dan Pear (2015) terdapat tiga dimensi yang mempengaruhi perilaku merokok yaitu durasi, frekuensi dan intensitas sedangkan Leventhal dan Cleary (1980) menyebutkan terdapat empat aspek yang perilaku merokok yakni fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari, intensitas merokok, tempat merokok dan waktu merokok.

Kurniawan & Ayu (2023) menyatakan bahwa kebiasaan merokok tidak hanya menjadi permasalahan pada orang dewasa, tetapi juga semakin meluas di kalangan anak-anak dan remaja, hal ini juga berhubungan dengan generasi Z yang

rentang usianya masih dalam rentang 15-35 tahun. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan dan survei nasional (2024) jumlah perokok aktif di Indonesia diperkirakan mencapai 70 juta orang atau sekitar 25% dari total populasi. Data Badan Pusat Statistik (2024) menunjukkan bahwa pada rentang tahun 2022–2024, persentase perokok usia 15–19 tahun meningkat dari 9,36% menjadi 9,84%, sementara pada usia 20–24 tahun meningkat dari 25,99% menjadi 27,54% dan pada usia 25-29 tahun 31,98% meningkat menjadi 32,12% pada tahun. Hal ini di dukung oleh data SKI 2023 yang menyatakan bahwa usia 15-19 tahun merupakan kelompok perokok terbanyak di Indonesia yaitu mencapai 56,5%.

Melihat prevalensi data perokok di Indonesia semakin meningkat hal ini sejalan dengan data hasil wawancara yang telah di lakukan pada tanggal 24-26 April 2025 terhadap Generasi Z berusia 18–23 tahun di Seturan, Yogyakarta. Para subjek menyatakan mulai merokok pada usia 10–17 tahun dengan alasan yang beragam seperti dari keinginan pribadi, ajakan teman, pengaruh lingkungan keluarga perokok, dan tekanan akademik. Aktivitas merokok dilakukan untuk memperoleh kepuasan psikologis seperti meredakan stres dan menciptakan rasa tenang sehingga perilaku ini sering dilakukan kapan dan di mana saja sesuai keinginan subjek. Rata-rata subjek dapat mengkonsumsi rokok dalam sehari sebanyak 5–24 batang dengan durasi 5–15 menit per batang.

Perilaku merokok ini paling sering subjek lakukan pada waktu-waktu tertentu seperti saat pagi hari, di jam istirahat bekerja, pada saat berkumpul dengan teman, setelah makan, dan pada malam hari. Frekuensi merokok mencapai 3–7 kali per hari dan dapat meningkat 3–4 batang saat menghadapi kondisi tertentu seperti lembur bekerja, stres, atau ketika merokok bersama teman.

Berdasarkan jumlah konsumsi rokok yang cukup tinggi pada subjek, penelitian ini sejalan dengan teori Smet (1994) yang mengelompokkan perokok menjadi tiga kategori yakni perokok ringan (1–4 batang per hari), perokok sedang (5–14 batang per hari), dan perokok berat (lebih dari 15 batang per hari). Berdasarkan hasil wawancara peneliti menyimpulkan bahwa perilaku merokok pada subjek tergolong tinggi, hal ini dapat dilihat dari rata-rata konsumsi rokok pada subjek masuk dalam kategori perokok berat serta frekuensi merokok harian yang signifikan.

Adapun dampak-dampak negatif dari perilaku merokok yakni menurut Marieta & Lestari (2021) menyatakan bahwa perilaku merokok bisa dapat berbahaya bagi pengguna maupun orang yang terpapar dari asap rokok tersebut karena bahan baku pembuatan rokok adalah tembakau, tembakau mengandung bahan kimia seperti nikotin, karbon monoksida, dan senyawa beracun lainnya yang dapat menyebabkan berbagai macam penyakit seperti kerusakan gigi, penyakit jantung, kanker payudara, sampai dengan kanker paru-paru.

Perilaku merokok di kalangan generasi Z tidak hanya berdampak negatif pada kesehatan, tetapi juga menimbulkan pemborosan secara finansial yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari harga rokok yang terbilang cukup mahal seperti

diantaranya rokok dengan merk malboro merah, LA purple, djarum black, sampoerna, gudang garam dan sejenisnya berkisaran dari harga Rp. 25.000-49.900 per bungkusnya. Selain itu berdasarkan penelitian dari Ramadhani dan Wany (2024) yang menunjukkan bahwa konsumsi rokok dapat memperburuk tingkat kemiskinan pada generasi Z, hal ini karena pendapatan yang terbatas digunakan untuk membeli rokok. Hal ini dapat dikaitkan dengan pendapatan subjek perbulannya rata-rata berkisaran Rp.1.200.000-3.000.000. Dengan demikian menurut penelitian Ginting & Maulana (2020) jika seseorang memiliki perilaku merokok yang tinggi maka dapat mengurangi alokasi dana untuk kebutuhan penting seperti pangan, pendidikan dan kesehatan yang seharusnya menjadi prioritas bagi generasi Z dalam membangun masa depan yang lebih baik.

Perilaku merokok dikalangan generasi Z merupakan isu masyarakat yang memerlukan perhatian yang serius, mengingat bahwa adanya dampak negatif dapat mengganggu produktivitas dan kualitas hidup di masa depan, maka dari itu seharusnya perilaku merokok pada generasi Z rendah. Selain itu menurut Nugraheni (2023) generasi Z adalah generasi yang dibesarkan di era teknologi modern yang seharusnya generasi Z mampu memanfaatkan teknologi modern untuk menurunkan tingkat perilaku merokok, tetapi pada kenyataannya prevalensi perilaku merokok terkhususnya pada generasi Z semakin tinggi. Maka dari itu generasi Z di harapkan bisa meningkatkan pendidikan kesehatan sejak usia dini sebagaimana dikemukakan oleh Pakpahan dkk (2021) bahwa pendidikan kesehatan mampu membentuk pengetahuan dan sikap positif terhadap perilaku hidup sehat. Selain itu menurut Intannia dkk (2020) penguatan konformitas yang positif melalui lingkungan sosial

juga menjadi faktor kunci yang utama mengingat tekanan teman sebaya berperan signifikan terhadap perilaku berisiko pada remaja.

Berdasarkan hasil penelitian perilaku merokok dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya, faktor konformitas teman sebaya Yaslina dan Amyuriani (2014), faktor lingkungan keluarga Hidayanti dan Arianto (2024), faktor iklan rokok Rahmawati dan Prayuda (2022) dan faktor psikologis Ali (2014). Berdasarkan faktor yang telah dijabarkan dalam penelitian ini, peneliti memutuskan untuk memilih konformitas teman sebaya untuk dijadikan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku merokok.

Generasi Z merupakan kelompok dengan rentang usia remaja awal hingga dewasa awal yang di mana pada fase tersebut pengaruh lingkungan sosial terutama teman sebaya sangat kuat mempengaruhi pembentukan perilaku, individu cenderung mencari identitas diri dan penerimaan sosial dari kelompoknya sehingga dorongan untuk mengikuti norma dan perilaku yang berlaku dalam kelompok teman sebaya menjadi sangat dominan. Pernyataan tersebut didukung juga berdasarkan teori Santrock (dalam Sihombing & Ambarita 2023) yang menjelaskan bahwa selama masa remaja terjadi pergeseran kelekatan (*attachment*) dari orang tua ke teman sebaya. Remaja mulai lebih sering menghabiskan waktu bersama teman, mendiskusikan isu-isu pribadi, dan mengambil keputusan berdasarkan norma kelompoknya. Selain itu konformitas mempengaruhi perilaku merokok karena perilaku tersebut adalah bentuk manifestasi dari perilaku yang didapatkan melalui pembelajaran dari orang lain melalui sebuah interaksi dan komunikasi (Mahathir dkk, 2020).

Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Kosasi (2018) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok. Semakin tinggi tingkat konformitas semakin besar kemungkinan seseorang untuk terlibat dalam kebiasaan merokok karena adanya tekanan sosial untuk diterima dalam kelompok. Hal ini juga diungkapkan oleh Pratama dkk. (2020), yang menemukan bahwa 93,7% remaja yang merokok dipengaruhi oleh interaksi mereka dengan teman sebaya.

Konformitas teman sebaya itu sendiri menurut Baron dan Byrne (2005) didefinisikan sebagai bentuk dari pengaruh sosial di mana seseorang menyesuaikan sikap dan perilaku dengan tujuan agar sejalan dengan norma-norma sosial yang berlaku. Selain itu menurut pengertian lain Myers (2012) mengatakan bahwa konformitas dapat didefinisikan sebagai perubahan dan keyakinan individu yang dipengaruhi oleh eksistensi kelompok disekitarnya dan teman sebaya, menurut Santrock (dalam Rahma dkk 2021) menyatakan bahwa teman sebaya adalah orang dengan tingkat umur atau kedewasaan yang kira-kira sama dan memiliki hubungan erat serta saling tergantung. Menurut Baron dan Byrne (2005) konformitas dipengaruhi oleh dua aspek utama, yaitu aspek normatif dan aspek informasional.

Konformitas terjadi karena kesamaan antara perilaku dengan norma yang ada. Jadi individu yang berkonformitas akan cenderung mudah mengikuti tuntutan kelompok, sehingga apabila kelompok tersebut merokok maka individu juga akan mengikuti perilaku tersebut Pratiwi (dalam Astuti 2018). Hal ini yang menyebabkan individu akan menyetujui serta menyesuaikan pendapatnya sendiri dengan pendapat yang dianut oleh mayoritas anggota kelompok, meskipun norma-norma

kelompok bukanlah mengarah ke negatif namun dapat membahayakan pembentukan identitas diri karena dalam hal ini seseorang akan lebih mementingkan perannya sebagai anggota kelompok daripada mengembangkan pola norma sendiri.

Hal ini dijelaskan dengan sebagaimana seseorang dapat mulai berperilaku merokok sebagai hasil dari proses penyesuaian diri terhadap norma-norma sosial yang berlaku di dalam kelompok teman sebaya. Proses ini umumnya dimulai pada masa remaja atau awal kedewasaan ketika individu sedang berada dalam fase pencarian identitas diri dan memiliki kebutuhan yang kuat untuk diterima dalam lingkungan sosialnya. Ketika individu masuk dalam lingkungan pergaulan yang mayoritas anggotanya merokok, maka individu cenderung akan terpapar oleh norma deskriptif yaitu keyakinan bahwa merokok merupakan perilaku yang umum dan lumrah di kelompok tersebut Irta dan Santosa (2021).

Selain itu norma injungtif juga mengambil peran di dalamnya di mana individu merasa bahwa merokok adalah perilaku yang disetujui atau bahkan dihargai dalam kelompoknya Cialdini (dalam Pambudi & Wisuantari 2021) . Tekanan sosial yang muncul dari keinginan untuk diterima dan tidak ditolak membuat individu cenderung menyesuaikan sikap dan perilakunya, meskipun mungkin bertentangan dengan nilai pribadinya (Baron dan Byrne, 2005). Hal ini juga dijelaskan berdasarkan bagaimana rokok di pandang sebagai bentuk kedewasaan atau keberanian bagi seorang remaja yang sering merasa kurang percaya diri atau takut di tinggalkan (Siregar & Alamsyah, 2025).

Riyadi dan Wahyu (2024) menyatakan dalam penelitiannya bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok. Pernyataan itu juga didukung berdasarkan bagaimana perilaku merokok juga sering kali timbul akibat adanya pengaruh dari teman-teman sebaya pada saat bersosialisasi (Suryawati dan Gani, 2022). Selain itu berdasarkan penelitian Aryani (2019) mengatakan terdapat hubungan positif dan signifikan antara hubungan teman sebaya dan perilaku merokok. Semakin banyak teman sebaya yang merokok maka semakin besar kemungkinan individu akan ikut serta dalam melakukan perilaku merokok, dan sebaliknya.

Berdasarkan uraian diatas, konformitas teman sebaya dianggap sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku merokok. Oleh karena itu, peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian yaitu, Apakah terdapat hubungan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok di kalangan generasi Z ?

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Berdasarkan pada uraian serta rumusan masalah diatas maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok pada generasi Z. Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik dari segi teoritis maupun praktis. Adapun manfaat yang diharapkan sebagai berikut :

### **1. Manfaat teoritis**

Dari penelitian ini terletak pada kontribusinya terhadap keilmuan psikologi, khususnya dalam bidang psikologi kesehatan dan psikologi

perkembangan. Diharapkan, penelitian ini akan memperkaya wawasan serta literasi di bidang tersebut dan dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian lebih lanjut. Dengan menggali lebih dalam hubungan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku merokok pada generasi Z.

## 2. Manfaat praktis

Pada penelitian ini memberikan kontribusi pengetahuan dan informasi kepada generasi Z, penting bagi mereka berfikir lebih jauh untuk memilih teman sebaya yang baik supaya tidak mudah terpengaruh. Oleh karena itu maka akan dapat membantu generasi Z lebih bijaksana dalam bersosialisasi serta memberikan arahan yang tepat agar mereka tidak terjebak dalam pengaruh negatif.