

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Beberapa orang saat ini memiliki gaya hidup dan kebiasaan yang tidak sehat seperti merokok. Perilaku kebiasaan merokok ini dapat memberikan kenikmatan bagi perokok, bukan hanya perokok yang dapat terkena dampak buruk merokok, melainkan orang-orang disekitarnya juga terkena dampaknya.

Perilaku merokok di kalangan remaja merupakan masalah penting bagi kesehatan masyarakat karena berdampak bagi kesehatan fisik dan mental (Glendinning et al., 2021). Studi menunjukkan bahwa kebanyakan perokok mulai merokok sebelum usia 18 tahun (Ali et al., 2020). Remaja yang mulai merokok pada usia muda cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami gangguan kesehatan jangka panjang seperti penyakit jantung, penyakit paru-paru, kanker, dan gangguan pernapasan lainnya (Satriawan, 2022). Merokok tidak hanya meningkatkan resiko penyakit jangka panjang seperti kanker dan gangguan pernapasan, tetapi juga berdampak pada produktivitas dan kualitas hidup seseorang dalam waktu yang lama (Lee & DiFranza, 2020). Selain mengancam kesehatan fisik, perilaku merokok pada remaja juga memiliki dampak psikososial dan mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial (Putra & Sari, 2022).

Data dari Riskesdas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan usia remaja yang mulai merokok setiap tahunnya di Indonesia. Antara tahun 2013 hingga

2018, tampak adanya tren penurunan usia remaja saat mulai merokok. Menurut *Riskesdas* (2013) usia pertama kali merokok pada remaja terutama terdistribusi di rentang usia 10-18 tahun, dengan persentase sebesar 8,8%. Namun, pada tahun 2018, persentase ini meningkat menjadi 10,6%. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa usia 10-18 tahun menjadi rentang usia yang paling tinggi dalam memulai kebiasaan merokok, mengindikasikan bahwa pencegahan merokok perlu difokuskan pada rentang usia ini.

Selain itu, berdasarkan *Riskesdas* (2018) ketersediaan rokok yang mudah diakses kapanpun dan dimanapun menyebabkan peningkatan jumlah perokok di Indonesia. Tidak adanya batasan usia yang menghambat pembelian rokok memperkuat prevalensi merokok di kalangan remaja. Fenomena ini bahkan dimulai dengan menumbuhkan kebiasaan merokok di hadapan anak-anak dan meminta mereka untuk membelikan rokok di toko, memperlihatkan perlunya pengawasan yang lebih ketat terhadap akses remaja terhadap rokok dan penerapan kebijakan yang lebih tegas terkait penjualan rokok kepada anak-anak dan remaja.

Data *Riskesdas* (2018) menegaskan bahwa meskipun terjadi fluktuasi dalam tingkat merokok dari tahun ke tahun, tantangan utama yang dihadapi adalah jumlah perokok yang tetap tinggi di Indonesia, dengan perbedaan yang signifikan antara pria dan wanita dalam kebiasaan merokok. Hal ini menyoroti urgensi untuk mengeksplorasi bagaimana *self-esteem* memengaruhi perilaku merokok di kalangan remaja, mengingat bahwa aspek psikologis dan sosial memiliki pengaruh yang signifikan dalam budaya dan lingkungan social remaja Indonesia (Lukman & Pratiwi, 2023).

Hal lain yang mendorong remaja untuk mulai merokok juga berhubungan dengan kebutuhan status dan harga diri (*self-esteem*) (Rice, 2001). Penelitian menunjukkan bahwa pengaruh psikososial, seperti *self-esteem* atau harga diri, berperan penting dalam pembentukan perilaku negatif, termasuk merokok (Stuart & Nwora, 2022). *Self-esteem* atau harga diri adalah persepsi seseorang tentang apa yang mereka anggap benar tentang diri sendiri, yang berdampak pada cara mereka bertindak dan berinteraksi dengan lingkungannya (Leary & Baumeister, 2020). Pada remaja, *self-esteem* dapat berfungsi sebagai perlindungan atau dampak dalam menghadapi tekanan sosial yang sering mendorong mereka untuk mencoba perilaku negatif, seperti merokok (Johnson & Hooven, 2021). Tekanan dari teman sebaya dapat memengaruhi keputusan merokok remaja dengan *self-esteem* rendah (Grunberg et al., 2021).

Self-esteem atau harga diri berperan penting dalam membentuk identitas diri pada remaja dan membentuk perilaku individu dalam pengambilan keputusan (Orth & Robins, 2022). *Self-esteem* yang tinggi dapat membantu remaja menghadapi tekanan sosial dan membangun sikap positif terhadap diri sendiri, yang membantu mereka menghindari perilaku negatif yakni merokok (de la Vega et al., 2021). Sebaliknya, remaja dengan *self-esteem* yang rendah sering merasa tidak aman, kurang percaya diri, dan lebih mudah terpengaruh oleh tekanan teman sebaya untuk diterima dalam kelompok sosial tertentu (Swann et al., 2020).

Beberapa penelitian menemukan bahwa *self-esteem* rendah berkaitan dengan kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku negatif karena remaja mungkin mencari validasi eksternal melalui kegiatan seperti merokok

(Rodrigues & Rabin, 2019). *Self-esteem* yang rendah juga sering dikaitkan dengan keinginan untuk terlihat keren dan diterima oleh teman sebaya yang sudah merokok, yang menjadikan *self-esteem* sebagai variable penting dalam memahami motif perilaku merokok pada remaja (Valente et al., 2021).

Berdasarkan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling sekolah, beberapa siswa mengaku merokok di area yang berkaitan dengan sekolah, seperti kantin, tempat parkir sepeda motor, dan kamar kecil, sedangkan lainnya mengaku merokok di luar lingkungan sekolah. Pengetahuan mereka tentang rokok sebagian besar berasal dari pengaruh lingkungan dan teman sebaya. Situasi ini mencerminkan bahwa banyak siswa masih mengabaikan dampak negatif merokok dan memiliki pemahaman yang terbatas mengenai risikonya. Jika mereka tidak mendapatkan edukasi yang memadai tentang bahaya merokok, hal tersebut dapat berdampak buruk pada perkembangan mereka, terutama dalam membangun rasa percaya diri. Akibatnya, sikap dan perilaku siswa dapat terpengaruh, bahkan berpotensi memicu tindakan menyimpang lainnya jika tidak segera ditangani.

Berdasarkan pengamatan awal di MAN 1 Deli Serdang, peneliti menemukan adanya kelompok siswa yang merokok. Siswa yang tergolong dalam kategori perokok menunjukkan perilaku tersebut secara nyata. Menurut Sodik (2018) terdapat 4 aspek dalam tindakan merokok yakni : 1) *Peran merokok dalam kehidupan sehari-hari*; 2) *Intensitas merokok*; 3) *Tempat merokok*; 4) *Waktu merokok*. Adapun pengakuan siswa merokok dikarenakan dalam masa mencari jati diri. Hal ini terlihat dari kebiasaan siswa yang

berhubungan dengan merokok, termasuk peran rokok dalam aktivitas sehari-hari mereka.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti ingin mengetahui hubungan antara *self-esteem* siswa MAN 1 Deli Serdang dan perilaku merokok mereka. Tujuannya adalah untuk mengetahui hubungan keduanya sehingga siswa dapat lebih baik menempatkan diri mereka dalam lingkungan masyarakat. Oleh karenanya, penelitian ini berjudul “Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan Perilaku Merokok Siswa Man 1 Deli Serdang”.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini dirumuskan berdasarkan penjelasan latar belakang masalah yang telah disampaikan sebelumnya, sebagai berikut:

1. Ditemukan adanya siswa yang merokok di lingkungan sekolah.
2. Kebiasaan merokok pada siswa dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan tekanan dari teman sebaya.
3. Kurangnya kesadaran siswa akan dampak buruk merokok.
4. Keterbatasan pengawasan dari pihak sekolah terhadap perilaku merokok.
5. Kurangnya pemahaman *self-esteem* siswa memengaruhi perilaku merokok.
6. Siswa memiliki akses yang mudah terhadap rokok.

1.3 Batasan Masalah

Agar pembahasan dalam penelitian ini lebih terarah dan lebih terfokus, maka ruang lingkup masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini dibatasi

yaitu Hubungan Antara *Self-Esteem* dengan Perilaku Merokok Siswa MAN 1 Deli Serdang Tahun Ajaran 2024/2025.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, "Apakah ada hubungan antara harga diri (*Self-Esteem*) dengan perilaku merokok siswa MAN 1 Deli Serdang?" yang disusun berdasarkan konteks yang telah dijelaskan sebelumnya.

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana perilaku merokok siswa di MAN 1 Deli Serdang T.A 2024/2025 berhubungan dengan *self-esteem* mereka.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam memperluas pemahaman mengenai hubungan antara perilaku merokok dan *self-esteem* di kalangan siswa MAN 1 Deli Serdang. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi landasan bagi penelitian lebih mendalam di masa depan, terutama dalam mengkaji dampak psikologis merokok terhadap *self-esteem* remaja serta keterlibatan mereka dalam bentuk kecanduan zat lainnya. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan manfaat bagi sekolah MAN 1 Deli Serdang, tetapi juga memberikan kontribusi yang signifikan dalam penelitian mengenai

perilaku merokok dan penyalahgunaan substansi di kalangan remaja, khususnya yang berkaitan dengan harga diri.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Sekolah

Penelitian ini akan memberikan wawasan penting bagi pihak sekolah dalam merumuskan peraturan baru yang berfokus pada kedisiplinan siswa serta upaya pencegahan dan penghentian perilaku merokok. Dengan memperhatikan aspek psikologis yang terkait dengan harga diri, sekolah dapat mengimplementasikan strategi yang lebih efektif untuk menangani dan mencegah perilaku merokok di lingkungan sekolah. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi sekolah dalam memahami apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dan perilaku merokok siswa, yang tercermin melalui pengaruh lingkungan sekitar. Dengan demikian, riset ini memberikan dasar bagi pengembangan peraturan baru dalam metode disiplin sekolah, yang mempertimbangkan aspek psikologis, guna menurunkan jumlah siswa perokok dan mencegah siswa terlibat dalam perilaku merokok.

1.6.2.2 Bagi Kalangan Orang Tua dan Pendidik

Diharapkan hasil penelitian ini akan memberikan pengetahuan yang bermanfaat bagi orang tua dan pendidik tentang perilaku remaja dan berbagai masalah yang mereka hadapi. termasuk dinamika pertumbuhan sosial dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian ini akan memberikan wawasan yang lebih baik tentang kompleksitas perilaku siswa dan masalah

yang mereka hadapi, terutama terkait dengan hubungan antara harga diri dan perilaku merokok. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan tersebut, orang tua dan pendidik dapat memberikan dukungan yang lebih efektif dan memainkan peran yang lebih aktif dalam upaya pencegahan merokok serta mempromosikan kesadaran akan bahaya merokok bagi kesehatan fisik dan psikologis siswa.

1.6.2.3 Bagi Siswa

Bagi siswa akan mendapatkan manfaat yang signifikan dari penelitian ini karena meningkatnya kesadaran mereka akan bahaya merokok bagi kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai bahaya merokok, membantu mereka dalam mengambil keputusan yang lebih bijak, serta mendorong pengurangan kebiasaan merokok demi menjaga kesehatan dan self-esteem mereka. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental.

1.6.2.4 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi para ahli bimbingan dan konseling dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi perilaku merokok di kalangan remaja, khususnya di lingkungan sekolah. Dengan demikian, para guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai tantangan yang dihadapi siswa dalam menahan keinginan untuk merokok. Sebagai hasilnya, mereka dapat mengambil langkah-langkah

yang lebih proaktif dalam mendidik, mengawasi, dan mencegah perilaku merokok di kalangan siswa serta memberikan dukungan psikologis yang sesuai dengan kebutuhan individual mereka.



THE
Character Building
UNIVERSITY