

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku Merokok

1. Pengertian Perilaku Merokok

Perilaku dari pandangan biologis merupakan suatu kegiatan atau aktivitas organisme yang bersangkutan. Jadi, perilaku manusia pada hakikatnya adalah suatu tindakan atau aktivitas dari pada manusia itu sendiri, dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia baik diamati langsung atau yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (Notoatmodjo, 2003). Perilaku atau aktivitas yang ada pada individu atau organisme yang tidak timbul dengan sendirinya, tetapi sebagai akibat dari adanya stimulus atau rangsang yang mengenai individu atau organisme itu (Walgito, 2003).

Merokok adalah sebuah kebiasaan yang sulit dihentikan, serta memberikan dampak buruk bagi perokok maupun orang-orang di sekitarnya. Terdapat banyak faktor resiko untuk merokok seperti, faktor psikologis, biologis, lingkungan dan peraturan penjualan rokok Subanada (dalam Soetjiningsih, 2004).

Perilaku merokok adalah suatu aktivitas yang dilakukan seseorang berupa membakar rokok lalu menghisapnya serta dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang disekitarnya (Laventhal, 1980). Perilaku merokok adalah suatu aktivitas subjek yang berhubungan dengan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

perilaku merokoknya, yang diukur melalui intensi merokok, waktu merokok, dan fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari (Komalasari, 2000).

Perilaku merokok adalah suatu aktivitas atau tindakan menghisap gulungan tembaku yang tergulung kertas yang telah dibakar dan menghembuskannya keluar sehingga dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang di sekitarnya serta dapat menimbulkan dampak buruk baik bagi perokok itu sendiri maupun orang-orang disekitarnya (Nasution, 2007).

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok merupakan suatu kegiatan membakar rokok dan menghisap rokok serta menghembuskannya yang menimbulkan asap rokok yang dapat terhisap oleh orang lain dan merupakan pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang berkaitan dengan rokok dan merokok.

2. Aspek-Aspek Perilaku Merokok

Aspek-aspek perilaku merokok menurut Laventhal dan Clearly (1980) yaitu:

a. Fungsi Merokok dalam Kehidupan Sehari-hari

Perokok menjadikan rokok sebagai penghibur bagi berbagai keperluan yang menunjukkan bahwa rokok memiliki fungsi yang begitu penting bagi kehidupannya yang memberikan efek positif bagi perokok. Fungsi merokok dapat menggambarkan perasaan yang dialami oleh perokok, seperti untuk relaksasi, untuk mengurangi

kecemasan, atau untuk ketegangan, dan untuk meningkatkan kepercayaan diri.

b. Intensitas Merokok

Seseorang yang menghisap empat batang rokok perhari dikategorikan sebagai perokok dan empat rokok dapat menyebabkan kecanduan atau ketergantungan pada rokok sehingga terjadi peningkatan jumlah rokok yang dihisap dari satu batang perminggu menjadi 20 batang perhari. Terjadinya peningkatan jumlah rokok yang dihisap setiap harinya disebabkan efek yang dirasakan oleh perokok yang menyebabkan perokok kecanduan terhadap rokok.

c. Tempat Merokok

Tipe merokok berdasarkan tempat ada dua, yaitu

1) Merokok di tempat-tempat umum atau ruang publik

a) Kelompok homogen (sama-sama perokok), secara bergerombol mereka menikmati kebiasaannya. Umumnya mereka masih menghargai orang lain, karena itu mereka menempatkan diri di *smoking area*.

b) Kelompok heterogen, merokok ditengah orang-orang lain yang tidak merokok.

2) Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi

a) Kantor atau kamar tidur pribadi. Perokok memilih tempat-tempat seperti ini yang sebagai tempat merokok digolongkan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kepada individu yang kurang menjaga kebersihan diri, penuh rasa gelisah yang mencekam.

- b) Toilet. Perokok jenis ini dapat digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi.

d. Waktu Merokok

Momen-momen atau waktu apa saja individu melakukan aktivitas merokoknya, sehingga individu akan merokok kapan saja ketika menginginkannya, seperti seseorang merokok disegala waktu pagi, siang, sore, malam hari dan setelah makan.

Berdasarkan aspek-aspek perilaku merokok di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek perilaku merokok yaitu seberapa penting aktivitas merokok bagi individu dalam kehidupan sehari-hari, seberapa sering individu melakukan aktivitas yang berhubungan dengan perilaku merokok seperti menghisap, merasakan dan menikmatinya, situasi di mana saja individu melakukan aktivitas merokoknya, dan merokok kapan saja individu ingin melakukan aktivitas merokoknya.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok

Faktor yang mempengaruhi seseorang merokok terbagi dua, yaitu faktor dari dalam (internal) dan faktor dari luar (eksternal) Menurut Mu'tadin (dalam Nasution, 2007).

a. Faktor Dari Dalam (Internal)

1) Faktor Kepribadian

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Individu mencoba untuk merokok karena alasan ingin tahu atau ingin melepaskan dari rasa sakit atau kebosanan.

2) Kontrol Diri

Santrock (2003) mengemukakan bahwa perilaku merokok digambarkan sebagai kegagalan untuk mengembangkan kontrol diri yang cukup dalam hal tingkah laku.

3) Faktor Biologis

Penelitian menunjukkan bahwa nikotin dalam rokok merupakan salah satu bahan kimia yang berperan penting dalam ketergantungan rokok.

4) Faktor Psikologis

Merokok dapat bermakna untuk meningkatkan konsentrasi, menghalau rasa kantuk, mengakrabkan suasana sehingga timbul rasa persaudaraan, juga dapat memberikan kesan modern dan berwibawa, sehingga bagi remaja awal yang sering bergaul dengan orang lain, perilaku merokok sulit dihindari.

5) Konformitas Teman Sebaya

Kelompok teman sebaya sebagai lingkungan sosial bagi remaja yang mempunyai kontribusi yang sangat positif terhadap perkembangan kepribadian remaja. Namun, tidak sedikit remaja yang berperilaku menyimpang karena pengaruh teman sebaya (Yusuf, 2010).

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6) Faktor Usia

Orang yang merokok pada usia remaja semakin bertambah dan pada usia dewasa juga semakin banyak (Smet, 1994).

7) Faktor Jenis Kelamin

Pengaruh jenis kelamin zaman sekarang sudah tidak terlalu berperan karena baik pria maupun wanita sekarang sudah merokok.

8) Faktor Dari Luar (Eksternal)

a) Pengaruh Orang Tua

Orang Orangtua berperan banyak dalam pembentukan nilai pada anak agar sesuai dengan nilai-nilai dewasa Hurlock (dalam Wulaningsih, 2015). Bimbingan orangtua sangat dibutuhkan remaja pada masa ini karena dalam masyarakat terdapat berbagai nilai dan norma untuk mengarahkan dan mengendalikan perilaku remaja (Wulaningsih, 2015). Pengaruh orang tua menjadi penyebab perilaku merokok remaja awal, seperti tidak adanya pengawasan, rendahnya dukungan yang diberi, penerapan disiplin yang tidak efektif, dan orangtua yang merokok (Santrock, 2003).

b) Pengaruh Teman Sebaya

Solidaritas kelompok teman sebaya membuat remaja melakukan apa yang dilakukan oleh kelompok (konformitas kelompok). Konformitas terhadap teman sebaya pada remaja dapat menjadi positif atau negatif (Santrock, 2003). Salah satu

konformitas yang bersifat negatif adalah perilaku merokok. Berbagai fakta mengungkapkan bahwa semakin banyak remaja merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga dan demikian sebaliknya. Fakta tersebut menunjukkan dua kemungkinan yang terjadi, pertama remaja tadi terpengaruh oleh teman-temannya atau bahkan teman-teman remaja tersebut dipengaruhi oleh diri remaja tersebut yang akhirnya mereka semua menjadi perokok. Hal ini menunjukkan bahwa teman sebaya memiliki pengaruh yang kuat. Sebagaimana Papalia (2009) pengaruh dari teman sebaya paling kuat di saat masa remaja awal.

c) Pengaruh Iklan

Melihat iklan di media massa dan elektronik yang menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambang kejantanan atau glamour, membuat remaja seringkali terpicu untuk mengikuti perilaku seperti yang ada dalam iklan tersebut (Nasution, 2007).

d) Faktor Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial berpengaruh terhadap sikap, kepercayaan, dan perhatian individu pada perokok. Seseorang berperilaku merokok dengan memperlihatkan lingkungan sosialnya. Kebiasaan budaya, kelas sosial, tingkat pendidikan, dan gengsi pekerjaan akan mempengaruhi perilaku merokok

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pada individu. Dalam bidang politik, menambahkan kesadaran umum berakibat pada langkah-langkah politik bersifat melindungi bagi orang-orang yang tidak merokok dan usaha melancarkan kampanye-kampanye promosi kesehatan untuk mengurangi perilaku merokok.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk merokok adalah, faktor dari dalam diri seperti kepribadian, biologis, psikologis, usia, dan jenis kelamin. Sedangkan faktor dari luar seperti pengaruh orang tua, konformitas teman sebaya, iklan, dan lingkungan sosial.

4. Tahap-tahap Prilaku Merokok

Saat pertama kali mengkonsumsi rokok, gejala-gejala yang mungkin terjadi adalah batuk-batuk, lidah terasa getir, dan perut terasa mual, tetapi sebagian dari pemula tersebut mengabaikan perasaan tersebut, biasanya berlanjut menjadi kebiasaan, dan akhirnya menjadi ketergantungan. Ketergantungan ini dipersepsikan sebagai kenikmatan yang memberikan kepuasan psikologis.

Leventhal & Clearly (1980) terdapat empat tahap dalam perilaku merokok sehingga menjadi perokok yaitu:

- a. Tahap Persiapan (*Preparatory*) : Seseorang mendapatkan gambaran yang menyenangkan mengenai merokok dengan cara mendengar,

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

melihat, atau dari hasil bacaan. Hal-hal ini menimbulkan minat untuk merokok.

- b. Tahap Inisiasi (*Initiation*) : Tahap perintisan merokok yaitu tahap apakah seseorang akan meneruskan ataukah tidak terhadap perilaku merokok.
- c. Tahap Menjadi Perokok (*becoming a smoker*) : Apabila seseorang telah mengkonsumsi rokok sebanyak 4 batang per hari maka mempunyai kecenderungan menjadi perokok.
- d. Tahap Perokok Tetap (*maintenance of smoking*) : Tahap ini merokok sudah menjadi salah satu bagian dari cara pengaturan diri (*selfregulating*). Merokok dilakukan untuk memperoleh efek fisiologis yang menyenangkan.

Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan. Mereka menggunakan rokok sama sekali bukan karena untuk mengendalikan perasaan mereka, tetapi karena benar-benar sudah menjadi kebiasaannya rutin. Dapat dikatakan pada orang-orang tipe ini merokok sudah merupakan perilaku yang bersifat otomatis, seringkali tanpa dipikirkan dan tanpa disadari. Ia menhidupkan api rokoknya bila rokok yang terdahulu telah benar-benar habis.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Averill (1973) mengartikan kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membantu kearah konsekuensi positif. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dilingkungan sekitarnya. Tangney (2004) mengatakan kontrol diri adalah kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah keinginan seseorang, seperti tidak melakukan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari perbuatan dan tindakan yang dapat menimbulkan hal negatif. Kontrol diri memiliki kapasitas besar dalam memberikan perubahan positif pada kehidupan seseorang.

Ghufron (2010) Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu *conform* dengan orang lain dan menutupi perasaannya .

Thalib (2010) mengatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan-dorongan, baik dari dalam diri maupun dari luar diri individu. Individu yang memiliki kontrol

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diri akan mampu membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan.

Berdasarkan pengertian kontrol diri di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan suatu aktivitas pengendalian tingkah laku, dimana individu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak sehingga dapat berperilaku sesuai dengan yang berlaku dimasyarakat.

2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Aspek-aspek dari kontrol diri yaitu kontrol perilaku (*Behavioral Control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol Keputusan (*Decessional control*) (Averill, 1973 : Averill, 1973 dalam Thalib, 2010 : Averill, 1973 dalam Ghufron, 2010).

a. Kontrol Perilaku (*Behavioral Control*)

Kontrol perilaku berperan sebagai pembatas dari setiap perilaku individu yang bertujuan agar setiap perilaku yang muncul sesuai dengan nilai atau aturan yang berlaku di lingkungan individu tersebut hidup. Kemampuan mengontrol perilaku dibedakan atas dua komponen :

- 1) Kemampuan mengontrol pelaksanaan (*regulated administration*), Merupakan kemampuan individu dalam menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2) Kemampuan mengontrol stimulus (*stimulus modifiability*)
Merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Kemampuan mengontrol kognitif dibedakan atas dua komponen :

- 1) Kemampuan memperoleh informasi (*information gain*), dengan informasi yang dimiliki mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan akan membuat individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan secara relatif objektif.
- 2) Kemampuan melakukan penilaian (*appraisal*), yaitu melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara objektif.

c. Kemampuan Mengontrol Keputusan (*Decisional Control*).

Kontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi,

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Berdasarkan aspek-aspek kontrol diri di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kontrol diri dapat mengukur bagaimana individu melakukan proses pengontrolan diri, dengan mempertimbangkan terlebih dahulu sebelum melakukan sesuatu.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Hurlock (1980) faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari:

a. Faktor internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia dan kematangan. Semakin bertambah usia seseorang maka, semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu dari diri individu. Individu yang matang secara psikologis akan mampu mengontrol dorongan dari dalam dirinya karena telah mampu mempertimbangkan mana hal yang baik dan mana hal yang tidak baik dalam dirinya.

b. Faktor eksternal

Lingkungan keluarga, lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orangtua menerapkan disiplin kepada anaknya sikap disiplin secara intens sejak dini, dan orangtua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ditetapkan, maka sikap konsisten ini akan diinternalisasi oleh anak dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

Berdasarkan faktor-faktor kontrol diri dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor kontrol diri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal, dimana individu yang sudah matang dalam usianya akan mampu mengatur dirinya. Sedangkan faktor eksternal, dimana terdapat peranan penting bagi keluarga sejak masa pertumbuhan sehingga individu akan terbiasa menerapkan disiplin.

C. Remaja Awal

1. Pengertian Remaja Awal

Masa remaja awal merupakan usia yang berlangsung antara 13-16 tahun Havighurst (dalam Hurlock, 1990). Masa remaja awal merupakan usia belasan yang tidak menyenangkan dimana terjadi perubahan pada dirinya baik secara fisik, psikis, maupun sosial (Santrock, 2003).

Remaja awal pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu (Sarwono, 2011). Masa remaja awal kemungkinan dapat menimbulkan masa krisis, yang ditandai dengan kecenderungan munculnya perilaku menyimpang. Melihat kondisi tersebut apabila didukung oleh lingkungan yang kurang kondusif dan sifat kepribadian yang kurang baik akan menjadi pemicu timbulnya berbagai penyimpangan perilaku dan perbuatan negatif yang melanggar aturan dan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

norma yang ada dimasyarakat yang biasanya disebut dengan kenakalan remaja (Sani, 2012).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa masa remaja awal merupakan masa perkembangan dari masa anak-anak menuju masa remaja yang di dalam prosesnya terdapat perubahan mental, emosional, sosial, dan fisik.

2. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja Awal

Havighurst (dalam Hurlock, 1980) mengatakan bahwa tugas perkembangan adalah tugas yang muncul pada saat atau sekitar satu periode tertentu dari kehidupan individu, dan jika berhasil menimbulkan fase kebahagiaan dan membawa keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya. Akan tetapi, jika gagal akan menimbulkan fase tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas berikutnya. Tugas perkembangan tersebut muncul sebagai akibat kematangan fisik, sedangkan yang lain berkembang karena adanya aspirasi budaya, sementara yang lain lagi tumbuh dan berkembang karena nilai-nilai dan aspirasi individu.

Havighurst (dalam Hurlock, 1980) menguraikan tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan dengan baik oleh remaja, yaitu sebagai berikut:

- a. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita

Mempelajari peran anak perempuan sebagai wanita dan anak laki-laki sebagai pria. Mereka dapat bekerja sama dengan orang lain dengan tujuan-tujuan bersama, dapat menahan dan mengendalikan perasaan-perasaan pribadi.

b. Mencapai peran sosial

Mempelajari dan menerima peran masing-masing sesuai dengan ketentuan-ketentuan atau norma-norma masyarakat.

c. Menerima keadaan fisik dan menggunakan tubuhnya secara efektif.

Terjadinya perubahan bentuk tubuh yang disertai dengan perubahan sikap dan minat remaja. Remaja memperhatikan perubahan tubuh yang sedang dialaminya sendiri dan menerima keadaanya fisiknya, menjaga, melindungi, serta menggunakannya tubuhnya secara efektif.

d. Mengharap dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab

Remaja akan bertanggung jawab terhadap dirinya di dalam masyarakat, dengan berperilaku sesuai dengan aturan-aturan dan norma yang berlaku di dalam masyarakat, sehingga mampu mencapai perilaku sosial yang menjunjung nilai-nilai masyarakat dalam bertingkah laku.

e. Mencari kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Remaja mengalami sikap yang bertentangan dengan orang tuanya. Remaja ingin membebaskan dirinya dari sikap ketergantungannya terhadap orang tua atau orang lain.

- f. Mempersiapkan karir ekonomi

Merasakan kemampuan membangun kehidupan sendiri dan hasrat untuk berdiri sendiri.

- g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.

Mengembangkan sikap yang positif terhadap kehidupan berkeluarga. Dan belajar memilih suatu jenis pekerjaan yang sesuai dengan bakatnya dan mempersiapkan diri untuk pekerjaan tersebut.

- h. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

Membentuk suatu himpunan nilai-nilai sehingga memungkinkan remaja mengembangkan dan merealisasikan nilai-nilai, mendefinisikan posisi individu dalam hubungannya dengan individu lain, dan memegang suatu gambaran dunia dan suatu nilai untuk kepentingan hubungan dengan individu lain.

Berdasarkan tugas-tugas perkembangan di atas, dapat disimpulkan bahwa tugas-tugas perkembangan sangat penting bagi remaja awal. Namun tugas perkembangan yang sangat penting adalah salah satunya mencapai perilaku sosial dan bertanggung jawab. Artinya dengan adanya tanggung jawab yang dimiliki akan membuat remaja awal menjadi sadar

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

akan norma yang berlaku sehigga mampu mengendalikan perilakunya agar tidak melanggar norma dan aturan yang berlaku.

D. Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran ini akan menjelaskan tentang hubungan variabel kontrol diri dengan variabel perilaku merokok. Teori utama dalam penelitian ini menggunakan teori kontrol diri oleh Averill (1973), dan teori perilaku merokok oleh Laventhal & Clearly (1980).

Masa remaja awal usia 13-16 tahun Havighurst (dalam Hurlock, 1990). Dimana remaja awal memiliki tugas perkembangan yang sangat penting yaitu terkait dengan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab. Pada dasarnya tugas perkembangan yang berkaitan dengan cara remaja awal untuk bertanggung jawab pada dirinya sendiri adalah dengan menaati dan menghormati nilai-nilai sosial dalam masyarakat sehingga dapat berperilaku sesuai dengan norma. Namun ada remaja awal yang tidak dapat melakukan tugas perkembangannya dengan baik sehingga remaja awal mudah melakukan perilaku yang berisiko salah satunya yaitu perilaku merokok.

Perilaku merokok merupakan perilaku yang banyak dilakukan oleh remaja awal yang masih berusia muda dan masih berstatus seorang pelajar. Remaja awal yang seharusnya belajar namun malah lebih memilih melakukan perilaku merokok apalagi perilaku merokok tersebut dilakukan di lingkungan sekolah. Fenomena perilaku merokok yang dilakukan oleh remaja awal menunjukkan bahwa sulit untuk menghilangkan perilaku merokok tersebut terlebih jika remaja awal sudah memutuskan terus merokok sehingga perilaku merokok akan terus bertambah.

Sebagaimana yang dijelaskan oleh (Laventhal & Cleary, 1980) bahwa remaja perokok yang mengambil keputusan untuk melanjutkan perilaku merokoknya, umumnya frekuensi merokok mereka cenderung semakin lama semakin meningkat.

Perilaku merokok yang semakin banyak dilakukan oleh remaja awal yang masih berusia muda akan sulit untuk menghentikan perilaku tersebut apalagi jika perilaku merokok tersebut semakin terus dilakukan serta semakin bertambah pula rokok yang akan dihisapnya, namun ketika remaja awal tidak mendapatkan rokok akan cenderung membuat remaja awal menjadi kurang bisa konsentrasi, lebih cenderung malas untuk belajar, sering pusing, mudah menjadi lelah, dan berdampak pada prestasi belajarnya. Sehingga faktor dari dalam diri remaja awal sangat dibutuhkan untuk mengontrol perilaku remaja awal guna untuk mencegah atau menghilangkan perilaku merokok.

Faktor dari dalam diri tersebut adalah kontrol diri. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Feldman (dalam Santrock, 2003) yang mengatakan bahwa kontrol diri memainkan peranan penting dalam perilaku merokok. Artinya kontrol diri sangat penting untuk dimiliki oleh remaja awal, karena remaja awal yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu mengatur dan mengontrol dirinya sehingga terhindar dari perilaku merokok.

Remaja awal ketika merasa bahwa merokok menguntungkan maka remaja awal akan tetap merokok, namun ketika remaja awal merasa merokok hanya merugikan maka remaja awal tidak akan melakukan perilaku merokok. Namun ketika remaja awal memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu mengontrol

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dirinya, sehingga meskipun kondisi emosi yang dialami remaja awal bermasalah, remaja awal akan mampu mengelola emosi tersebut agar terhindar dari perilaku merokok. Sebagaimana Shaffer (dalam Ulhaq, 2008) bahwa kontrol diri adalah sesuatu yang sangat penting. Artinya jika seseorang tidak mampu mengatasi segala tekanan dan mengontrol dirinya, maka yang terjadi adalah perilaku melanggar hak orang lain, salah satunya adalah perilaku merokok.

Remaja awal yang mampu mengontrol perilakunya, akan mampu mengendalikan setiap tindakannya, mengendalikan pikiran, dan mengendalikan keputusan yang akan diambil dengan melakukan pertimbangan terlebih dahulu sebelum melakukan sesuatu. Sehingga dalam menjalankan perilakunya remaja awal akan berusaha menilai sebaik mungkin agar keputusan yang diambil tepat, serta dapat memperoleh hasil dan tujuan sebagaimana yang diinginkan yang dapat berdampak positif bagi dirinya sendiri. Sebagaimana menurut Averill (1973) menjelaskan bahwa kontrol diri sebagai kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.

Kontrol diri dalam remaja awal memiliki peranan yang sangat penting, karena remaja awal yang memiliki kontrol diri yang rendah akan cenderung berperilaku yang menimbulkan risiko seperti perilaku merokok. Remaja awal yang dapat mengontrol dirinya akan mampu mengendalikan diri sendiri dari dorongan yang berasal dari diri remaja awal maupun dari orang lain, serta mampu membantu remaja awal mengolah perilakunya dengan baik. Terlebih karena remaja awal masih berstatus seorang pelajar maka ia mempunyai kewajiban untuk mengontrol dan mengarahkan perilakunya sehingga dapat menjalankan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kewajibannya sebagai seorang pelajar dengan baik dan kearah yang lebih positif. Kontrol diri yang semakin tinggi yang dimiliki oleh remaja awal maka remaja awal akan melakukan sesuatu dalam menggunakan waktunya dan mengarahkan perilakunya agar lebih mengutamakan sekolah seperti belajar dan melakukan hal-hal yang mendatangkan keuntungan dari pada harus melakukan perilaku merokok.

Kontrol diri merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif (Ghufron, 2010). Kontrol diri yang baik dapat membawa remaja awal kearah konsekuensi positif, dengan demikian kontrol diri dapat dipandang sebagai proses bagi remaja awal agar mampu membimbing, mengatur, dan mengarahkan tingkah lakunya sendiri, sehingga pada akhirnya menuntun remaja awal mengarah pada perilaku yang berdampak positif. Kontrol diri memiliki keterkaitan dengan perilaku merokok terhadap remaja awal, yaitu kemampuan mengendalikan diri berperan penting dalam menekan perilaku yang berisiko dan mengarahkan remaja awal untuk melakukan perilaku merokok.

Berdasarkan pemahaman dan konseptual yang telah diuraikan dalam kerangka pemikiran, maka peneliti bermaksud untuk memperoleh gambaran sejauh mana hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok remaja awal.

E. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku merokok remaja awal.