

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Remaja

2.1.1 Pengertian Remaja

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dan mencakup semua perkembangan yang dialami dalam persiapan transisi menuju masa dewasa. Aspek fisik, psikis dan psikososial merupakan aspek perkembangan. Pubertas merupakan masa perkembangan manusia. Masa remaja merupakan masa transisi atau perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang disertai dengan perubahan biologis, psikologis (Sofia & Adiyaanti, 2013). Individu yang mengalami perkembangan pada psikologis dan pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa. Mengalami peralihan dari ketergantungan menjadi keadaan yang relatif lebih mandiri (Julaecha & Wuryandari, 2021) Masa remaja umumnya didefinisikan sebagai transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang terjadi antara usia 12 dan 21 (Dewi, 2012).

Ciri-ciri Remaja Menurut (Winoto et al., 2018) remaja dapat dibagi menjadi tiga kelompok:

1. Masa remaja awal (12 sampai 15 tahun)
 - a. Masa remaja awal menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut.
 - b. Masa remaja awal yang labil dan lebih emosional
 - c. Ada masalah yang rumit
 - d. Pada tahap penting dalam hidup

- e. Ketertarikan pertama pada lawan jenis
- f. Kurangnya rasa percaya diri
- g. Mulai mengembangkan ide-ide baru, gelisah, suka dan suka menyendiri.

2. Usia pertengahan (16-18 tahun)

Pada tahap ini, remaja adalah siswa sekolah menengah. Ini memiliki fitur berikut.

- a. Remaja pada tahap ini sangat bergantung pada teman dan membutuhkan peran teman.
- b. Mencintai diri sendiri. Remaja pada tahap ini lebih mencintai dirinya sendiri
- c. Remaja pada tahap ini mengalami konflik dengan dirinya sendiri, menjadi bingung dan bingung
- d. Rasa ingin tahu remaja. Ada keinginan kuat untuk mencoba hal-hal besar yang belum diketahui
- e. Adanya keinginan untuk menjelajahi daerah yang lebih luas.

3. Masa Remaja Akhir (19 – 21 tahun)

Pada masa ini remaja memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- a. Dari aspek fisik dan psikis mulai stabil
- b. Peningkatan secara realistis, dan memiliki sikap pandang yang baik
- c. Dari segi menghadapi masalah atau tekanan remaja akhir akan lebih matang dan siap
- d. Mampu menguasai perasaan dan ketenangan emosional mulai bertambah
- e. Identitas seksual sudah terbentuk dan tidak akan berubah
- f. Perhatikan tanda-tanda kedewasaan.

1.1.2 Pertumbuhan Remaja

Pada fase remaja awal (11-14 tahun) dengan karakteristik seks sekunder mulai tampak, seperti penonjolan payudara pada remaja perempuan, pembesaran testis pada remaja laki-laki, pertumbuhan rambut ketiak, atau rambut pubis. Karakteristik seks sekunder ini tercapai dengan baik pada tahap remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan pada tahap remaja akhir (17-20 tahun) struktur dan pertumbuhan reproduktif hampir komplet dan remaja telah matang secara fisik. Pada periode ini ditandai oleh perubahan fisik yang tiba-tiba dan dramatis disebut sebagai percepatan pertumbuhan remaja.

1.1.3 Perkembangan Remaja

Perkembangan dan Pertumbuhan Fisik Pada Masa Remaja. Gejala utama pertumbuhan remaja adalah adanya perubahan fisik yang mempengaruhi perubahan psikologis. Tanda-tanda pertama kali muncul ketika perubahan fisik pada masa remaja terjadi sebagai bagian dari pubertas. Anak perempuan dan anak laki-laki mengalami pertumbuhan yang cepat yang disebut percepatan pertumbuhan. Ini berarti perubahan di semua bagian dan dimensi tubuh dan percepatan pertumbuhan. (Marwoko, 2019):

2.1.4 Perubahan fisik pada remaja

1. Tanda-Tanda Seks Primer

Biasanya, ketika organ reproduksi pria dalam tahap matang, ia mengalami mimpi basah - mimpi yang melibatkan aktivitas seksual. Ini mungkin pertanda bahwa pria itu sedang mengeluarkan sperma. Tanda bahwa seorang wanita telah mencapai kematangan organ reproduksinya adalah datangnya haid. Ini adalah awal dari siklus darah, lendir, dan sel-sel

jaringan yang dihancurkan dari rahim secara berkala. Ini berlangsung sampai menopause. Menopause biasanya dapat terjadi pada akhir 50-an.

2. Tanda tanda seks sekunder

a. Pada laki laki

- 1) Rambut mencolok yang tumbuh saat pubertas Rambut kemaluan berkembang sekitar 1 tahun setelah testis dan Penis mulai membesar.
- 2) Kulit menjadi lebih kasar, tidak bening, dan pori-pori membengkak.
- 3) Kelenjar lemak dan keringat di bawah kulit menjadi lebih aktif saat tubuh semakin panas.
- 4) Otot-otot remaja tumbuh lebih besar dan lebih kuat
- 5) Remaja sekitar 12-14 tahun mungkin mengalami benjolan kecil pada kelenjar susu mereka.
- 6) Terjadi perubahan suara

b. Pada wanita

- 1) Rambut kemaluan juga tumbuh pada wanita
- 2) Paha menjadi berkembang, membesar dan membulat
- 3) Dada juga membesar dan putingnya menonjol
- 4) Kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, tetapi pori-pori membesar bahkan lebih lembut
- 5) Kelenjar lemak dan keringat lebih aktif
- 6) Pada akhir masa pubertas, otot-otot menjadi lebih besar dan lebih kuat
- 7) Suaranya menjadi lebih merdu.

2.1.5 Tugas tugas perkembangan pada masa remaja

Havighurst (dalam Hurlock) membahas tugas-tugas perkembangan pada masa remaja. Selama tugas-tugas perkembangan ini anak-anak belajar bagaimana mengembangkan kemampuan dan keterampilan mereka kembangkan (Ramdani et al., 2019),

1. Hubungan yang lebih baik dengan teman sebaya baik pria maupun wanita
2. Saya tidak berpikir itu ide yang baik untuk melakukan ini
3. Saya tidak berpikir bahwa ini adalah ide yang baik
4. Menjadi seseorang yang diterima secara sosial sebagai pria atau wanita
5. Pasien menerima keadaan fisiknya dan memanfaatkan tubuhnya sebaik mungkin
6. Membangun dan memelihara praktik tanggung jawab sosial
7. Untuk menjadi mandiri secara emosional, cobalah untuk menjauhkan diri dari orang tua dan orang dewasa yang mungkin menekan Anda untuk melakukan sesuatu dengan cara Anda
8. Mempersiapkan karir di bidang ekonomi ada banyak hal yang perlu Anda lakukan untuk mempersiapkan pernikahan dan memiliki keluarga yang bahagia. Mengembangkan sistem etika adalah cara yang baik untuk mendapatkan peringkat nilai.

Hurlock menyatakan bahwa ada beberapa faktor penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan dalam tugas perkembangan. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan pemblokiran adalah:

1. Tingkat perkembangan yang menurun

2. Pembicara mengatakan bahwa penting untuk menyadari lingkungan Anda dan berhati-hati saat berjalan-jalan. Tidak ada kesempatan untuk mempelajari tugas-tugas perkembangan atau tidak ada bimbingan untuk dapat menguasainya
3. Tidak ada alasan yang jelas mengapa seseorang ingin melakukan sesuatu
4. Kesehatan yang sangat buruk
5. Cacat ada di tubuh
6. Tingkat kecerdasan yang sangat minim.

Faktor-faktor yang berperan dalam pelaksanaan tugas perkembangan:

1. Tahap perkembangan normal atau dipercepat. Tidak ada bukti yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara vaksin dan autisme. Ada kesempatan untuk belajar tentang tugas dalam pengembangan, dan bimbingan tentang cara menguasainya
2. Apa yang memotivasimu
3. Kesehatan dan tidak ada cacat fisik atau mental yang diinginkan
4. Kreativitas adalah kemampuan untuk memunculkan ide-ide baru.

2.1.6 Perubahan sosial pada remaja

Salah satu tantangan tersulit selama masa remaja adalah belajar bagaimana menyesuaikan diri dengan situasi sosial yang baru. Remaja harus beradaptasi diri Anda dengan lawan jenis dalam hubungan yang belum pernah terjadi sebelumnya dan harus beradaptasi dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah. Remaja yang menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebaya, maka pengaruh teman sebaya terhadap pandangan, minat, bicara tentang penampilan dan perilaku lebih penting daripada pengaruh sebuah keluarga.

Sebagian besar remaja tahu bahwa jika mereka berpakaian seperti anggota kelompok populer, kemungkinan besar mereka akan diterima ke dalam kelompok.

1. Teman dekat

Remaja sering memiliki dua atau tiga teman dekat atau sahabat. Mereka berjenis kelamin sama memiliki minat dan kemampuan yang sama. Teman dekat mempengaruhi satu sama lain.

2. Kelompok kecil

Grup ini terdiri dari sekelompok teman dekat. Di atas awalnya termasuk jenis kelamin yang sama, tetapi kemudian termasuk keduanya tipe seksual.

3. Kelompok besar

Grup ini mencakup beberapa subgrup dan sekelompok teman dekat, tumbuh dengan meningkatkan minat para pihak dan berkencan. Grup besar, jadi penyesuaian manfaat menurun di antara anggotanya. Ada kesenjangan sosial yang besar yang terbesar dari mereka.

4. Kelompok yang terorganisasi

Kelompok ini adalah grup yang didorong oleh seseorang dewasa, dilatih oleh sekolah dan organisasi masyarakat untuk memenuhi kebutuhan sosial kaum muda atau kelompok besar.

5. Kelompok Geng

Remaja yang bukan bagian dari kelompok atau kelompok besar dan merasa tidak puas dengan kelompok yang terorganisir bergabung dengan geng. Anggota biasanya berjenis kelamin sama dan perhatian utama mereka adalah menghadapi penolakan teman sebaya melalui perilaku antisosial.

2.2 Pengukuran Perilaku

2.2.1 Definisi Perilaku

Perilaku atau Tingkah laku adalah tindakan atau aktivitas organisme (makhluk hidup) yang bersangkutan. Dari sudut pandang biologis, semua makhluk hidup, mulai dari tumbuhan hingga hewan hingga manusia, berperilaku karena memiliki aktivitasnya masing-masing, jadi perilaku manusia pada dasarnya berarti aktivitas atau kegiatan manusia itu sendiri yang memiliki spektrum yang sangat luas. Antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, belajar, menulis, membaca, dll. Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku manusia mengacu pada semua tindakan atau kegiatan manusia, baik yang dapat diamati secara langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh orang luar. Tingkah laku adalah bentuk aksi, penampilan, respon, reaksi, gerakan dan proses. organisme baik disadari maupun tidak (Damang et al., 2019)

2.2.2 Sikap

Pengertian sikap menurut beberapa ahli yaitu Sarwono (2009) Sikap adalah suatu konsep yang mencerminkan kesenangan, ketidakpuasan atau rata-rata (netral) seseorang terhadap sesuatu. Sesuatu itu bisa berupa benda, peristiwa, situasi, orang atau kelompok, jika perasaan senang itu timbul dari sesuatu, maka disebut sikap positif. Meskipun perasaan tidak puas disebut sikap negatif. Jika tidak ada emosi, berarti sikapnya netral. Menurut Djaal (Ramdani et al., 2019), sikap adalah kecenderungan untuk bertindak terhadap objek tertentu. Selain itu, menurut Sarnoff dalam Sarwono (2009), mengidentifikasi sikap sebagai keinginan (kecenderungan untuk bereaksi) secara positif (menyenangkan), yaitu sikap berupa perbuatan baik, atau negatif (tidak menyenangkan), yaitu sebagai sikap

buruk, yang pasti menunjukkan. Objek Secara umum konsep sikap dapat dikatakan sebagai penilaian positif atau negatif terhadap suatu objek, orang atau peristiwa. Sikap merupakan reaksi pribadi individu terhadap perilaku (Rachmat et al., 2013). Sikap terhadap merokok merupakan pendapat individu terhadap perilaku merokok (Rahmatullah dan Azhar, 2022). Sikap adalah kehendak untuk mempengaruhi perasaan seseorang (Proutami dan Rahayu, 2018). Pembentukan sikap remaja terdiri dari beberapa faktor, diantaranya persepsi dan pengetahuan. Pengetahuan yang cukup/baik tentang bahaya merokok tidak serta merta mengubah jumlah rokok yang dihisap remaja.

2.2.3 Definisi Perilaku Merokok

Bermacam-macam bentuk perilaku dilakukan oleh manusia dalam menanggapi stimulus yang diterimanya. Salah satu bentuk perilaku manusia yang dapat diamati adalah perilaku merokok. Perilaku merokok adalah kegiatan membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok maupun menggunakan pipa. merokok adalah menghisap asap tembakau yang dibakar ke dalam tubuh dan menghembuskannya kembali keluar. Pendapat lain menyatakan bahwa merokok adalah perilaku yang dilakukan oleh seseorang berupa membakar dan menghisapnya serta dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang disekitarnya.

2.2.4 Pengertian rokok

Rokok adalah tembakau yang gulung (seukuran kelingking) yang dibungkus dengan daun lontar atau kertas (KBBI, 2020). Menurut PP. RI. 109 (2012), rokok adalah produk tembakau, yang penggunaannya dibakar dan dihisap, dan/atau asapnya dihisap dari tanaman *Nicotiana tabacum*, *Nicotonia rustica* dan

spesies lain atau senyawanya. Asapnya dengan atau tanpa bahan tambahan yang mengandung nikotin.

2.2.5 Jenis Rokok

Jenis rokok dibedakan menjadi beberapa jenis. Jenis rokok berdasarkan bahan pembungkus rokok, bahan baku / isi rokok, proses pembuatan rokok, dan penggunaan filter pada rokok.

1. Rokok berdasarkan bahan pembungkus
 - a. Klobot: bahan pembungkusnya dari daun jagung
 - b. Kawung: bahan pembungkusnya dari daun aren
 - c. Rokok: Bahan kemasan kertas
 - d. Cerutu: Bahan pengemas yang terbuat dari daun tembakau
2. Rokok bersumber pada bahan baku ataupun isi
 - a. Rokok Putih: bahan baku ataupun isinya tembakau yang diberi saus biar membagikan aroma tertentu serta dampak rasa
 - b. Rokok Kretek: bahan baku ataupun isinya dari cengkeh serta tembakau, cengkeh diberi saus buat memperoleh dampak rasa serta aroma tertentu
 - c. Rokok Klembak: bahan baku ataupun isinya dari daun tembakau, cengkeh, serta kemenyan yang ditambah saus buat memperoleh dampak rasa serta aroma tertentu.
3. Rokok bersumber pada proses pembuatannya
 - a. Sigaret Kretek Tangan (SKT): rokok ini pembuatannya dengan metode dilinting ataupun digiling memakai tangan ataupun perlengkapan bantu simple

b. Sigaret Kretek Mesin (SKM): pembuatan rokok ini prosesnya memakai mesin dengan metode material rokoknya dimasukkan ke dalam mesin pembentuk rokok. Hasilnya berbentuk rokok batangan. Saat ini mesin pembentuk rokok telah dapat menciptakan keluaran dekat 6.000 hingga 8.000 batang rokok per menit. Pembuatan rokok umumnya memakai mesin sehingga keluarannya bukan berbentuk batangan, melainkan dalam wujud pak. Mesin pembungkus rokok lain pula bisa menciptakan keluaran berbentuk rokok dalam pres, 1 pres berisi 10 pak. Hingga dikala ini belum ditemui mesin yang bisa menciptakan SKT sebab ada perbandingan diameter pangkal dengan diameter ujung SKT. Pada SKM, lingkaran ujung rokok serta lingkaran pangkal rokok sama besar. Sigaret Kretek Mesin dikategorikan jadi 2 bagian ialah:

1. Sigaret Kretek Mesin Full Flavor (SKM FF): rokok ini pembuatannya memakai proses dengan metode ditambahkan aroma rasa yang khas. Contoh: Gudang Garam International, Djarum Luar biasa serta lain- lain
2. Sigaret Kretek Mesin Light Mild (SKM LM): Isi rokok ini ialah tar serta nikotin yang rendah yang terbuat memakai mesin. Rokok ini tidak sering memakai aroma yang khas. Contoh: A Mild, U Mild, L. A. Lights, Surya Slims, Clas Mild, Star Mild, serta lain- lain
3. Rokok berdasarkan penggunaan filter
 - a) Rokok Filter (RF) Rokok yang pangkalnya terdapat gabus
 - b) Rokok Non Filter (RNF) Rokok yang pangkalnya tidak terdapat gabus
4. Rokok dilihat dari komposisinya :

- a) Bidis: Tembakau digulung dengan daun temburni kering lalu diikat dengan benang. Kandungan karbon monoksida dan tar lebih tinggi daripada rokok buatan pabrik. Ini dapat ditemukan di Asia Tenggara dan India.
- b) Cigar: Dibuat dari fermentasi tembakau yang diasapi kemudian digulung dengan daun tembakau. Ada bermacam tipe yang berbeda di tiap negeri, yang populer dari Havana, Kuba.
- c) Kretek: Dibuat dari cengkeh dengan kombinasi tembakau yang aroma cengkehnya memiliki dampak mati rasa serta sakit saluran respirasi. Rokok ini sangat tumbuh serta banyak di Indonesia.
- d) Tembakau kunyah ataupun langsung ke mulut biasa digunakan di Asia Tenggara serta India. Ada sebagian tipe, ialah tembakau kering yang dihisap dengan hidung ataupun mulut serta diletakkan antara pipi dengan gusi.
- e) Hubbly bubbly ataupun shisha: Tembakau ini tercantum tipe dari buah- buahan ataupun dari rasa buah- buahan yang bisa disedot memakai pipa dari tabung. Tipe ini biasa digunakan di Afrika Utara, Timur Tengah, serta sebagian tempat di Asia. Di Indonesia lagi menjamur semacam di kafe- kafe (Lianzi& pitaloka, 2014).

2.2.6 Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja

Bagi (Komasari & Helmi, 2011) faktor- faktor yang berhubungan dengan sikap merokok merupakan umur, pengalaman, pengetahuan, tipe kelamin serta perilaku.

1. Usia

Pada umur 15 tahun, interaksi anak muda serta sahabat– sahabat bertambah lebih besar dibanding dengan interaksi anak muda dengan ibu dan bapaknya. Hasil riset Liem (2014) didapatkan sahabat mempunyai pengaruh kokoh terhadap sikap merokok anak muda.

2. Pengalaman

Pengalaman pula berhubungan dengan sikap merokok. Perilaku serta sikap seorang dipengaruhi oleh pengalaman. Pengalaman mual, mulut getir, pusing hendak membatasi anak muda dalam merokok. Sebaliknya pengalaman merasa hangat, puas, tenang, nikmat, serta yakin diri hendak memudahkan anak muda merokok.

3. Pengetahuan

Hasil riset ini memperlihatkan kalau pengetahuan itu berhubungan dengan sikap merokok. Salah satu pendorong sikap merokok merupakan pengetahuan. Seseorang anak muda yang sudah menguasai menimpa merokok serta bahayanya hendak berkeyakinan kokoh buat menjauhi rokok. Riset Alamsyah pula Pengetahuan tentang bahaya merokok ternyata sangat relevan dengan kebiasaan merokok. Studi lain menemukan bahwa pengetahuan tentang bahaya merokok secara signifikan terkait dengan perilaku merokok.

4. Pengaruh Orang Tua

Dalam pembinaan sikap kanak-kanak, orangtua mempengaruhi. Anak muda lebih gampang terbawa-bawa berperilaku merokok bila melihat orangtua mereka merokok. Anak muda yang memiliki keluarga yang kurang senang, kala orangtua tidak begitu mencermati anaknya pula bisa merangsang anak muda buat merokok, dibandingkan anak muda yang keluarganya senang.

Orang tua mempunyai tugas dan tanggung jawab untuk mengasuh, membesarkan, mendidik, dan melindungi anak tersebut. Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa peran orang tua adalah cara orang tua atau keluarga memenuhi tanggung jawabnya dalam mengasuh, mendidik, melindungi dan mempersiapkan anak untuk kehidupan sosial. Peran orang tua sangat penting dalam perkembangan baik aspek kognitif, afektif maupun psikomotorik. Selain itu, peran orang tua sangat penting dalam keluarga.

5. Pengaruh Teman

Teman sebaya adalah sekelompok orang pada usia dan status yang sama dengan siapa seseorang umumnya terkait atau bergaul. Agar anak muda bisa diterima di dalam lingkungannya serta tidak dikatakan banci oleh sebagian anak muda yang lain hingga banyak anak muda yang merokok serta terus menjadi besar mungkin sahabatnya merupakan perokok.

Teman yang merokok berada pada risiko yang lebih tinggi secara signifikan untuk percobaan merokok, merokok saat ini, dan niat merokok di masa depan. Remaja harus diberikan pengalaman pendidikan tentang manfaat berhenti merokok, keterampilan, kepositifan remaja, dan lingkungan yang

positif (Chung dan Joung, 2014) Penelitian menunjukkan bahwa lingkaran sosial teman memainkan peran utama dalam inisiasi merokok remaja dan keinginan untuk merokok (Hiemstra, Kleinjan, & Al, 2014).

6. Aspek Kepribadian

Anak muda merupakan masa kala mereka lagi mencari jati diri yang ialah aspek psikososial yang dirasakan pada masa perkembangannya yang berkaitan dengan sikap merokok.

7. Pengaruh Iklan

Anak muda gampang dipengaruhi buat merokok bila memandang iklan di media massa serta elektronik yang menunjukkan cerminan perokok merupakan lambang glamour ataupun jantan.

8. Sikap Merokok

Sikap merokok ialah sikap yang membakar salah satu produk tembakau yang dimaksudkan buat terbakar, dihisap serta ataupun dihirup tercantum rokok kretek, rokok putih, cerutu ataupun wujud yang lain yang dihasilkan dari tumbuhan nicotina tabacum, yang lain ataupun sintetisnya asapnya memiliki nikotin serta tar, dengan ataupun tanpa bahan bonus (Kemenkes, 2013).

Bermacam golongan memandang sikap merokok bersumber pada perspektifnya tiap- tiap, pandang medis baik ditinjau dari sudut, area, serta agama ekonomi. Sebagian besar dari bermacam-macam pemikiran, menuju kalau merokok mempunyai akibat negatif. Apalagi ,bila dilihat dari sudut pandang ekonomi, terdapatnya rokok bisa membagikan donasi tertentu terhadap pemasukan negeri bila ditinjau ulang, ialah watak konsumtif para pecandu rokok tumbuh jadi lebih kronis bersamaan dengan tingkatan

mengonsumsi perokok. Kala orang berumur anak muda banyak terjalin sikap merokok. Kerutinan merokok hendak bersinambung hingga dia merambah masa berusia, apalagi sampai umur lanjut. Umumnya seorang merokok buat menanggulangi permasalahan emosional. Sebagian besar warga telah mengenali akibat negatif sikap merokok, tetapi terus bersikeras merasionalisasikan serta menghalalkan aksi merokok.

Jenis Sikap Merokok: Bagi *World Health Organization* (2013), jenis perokok dipecah 3 ialah:

- a. Perokok ringan: 1- 10 batang/ hari
- b. Perokok lagi: 11- 20 batang/ hari
- c. Perokok berat: < 20 batang/ hari.

9. Kurangnya Pendidikan Kesehatan Tentang Bahaya Merokok

Meskipun ada iklan tentang bahaya merokok dan literatur tentang bahaya merokok, pendidikan kesehatan tidak memahami apa yang dapat membahayakan tubuh saat merokok, dan itu salah satu hal yang memicu seseorang untuk mulai merokok. Merokok termasuk dalam setiap bungkus rokok. Namun, semua tidak memenuhi di dalam kriteria dan harus didukung lagi oleh pendidikan kesehatan tentang bahaya merokok untuk semua orang.

10. Cara Berhenti Merokok

Berhenti atau menghindari merokok adalah sebuah tantangan yang sangat berat. Banyak cara telah digunakan untuk berhenti merokok. (Kemenkes, 2013), ada beberapa cara untuk berhenti merokok:

1. Kemauan batin yang kuat adalah awal dari berhenti merokok, dan alasan untuk berhenti harus sangat kuat.

2. Berpikirlah positif, miliki pikiran, dan pahami bahwa ia dapat berhenti merokok dan menjalani kehidupan yang lebih baik tanpa merokok.
3. Tetapkan tujuan untuk berhenti merokok. Anda tidak bisa langsung berhenti merokok. Namun, ada beberapa tahapan untuk mengurangi tingkat merokok Anda saat Anda menjadi terbiasa untuk tidak merokok. Dengan cara ini, orang menghabiskan lebih sedikit waktu untuk merokok dengan tetap sibuk. Luangkan waktu untuk melakukan hal-hal positif seperti menyelesaikan tugas, berolahraga, dan berlatih.
4. Minum banyak air dapat membantu membuang racun yang menumpuk di tubuh Anda.

2.2.7 Dampak Dari Merokok

Dampak perilaku merokok di bagi dua menurut Ogden (Kemala, 2007) yaitu:

A. Dampak Positif

Merokok memiliki sedikit efek menguntungkan bagi kesehatan Merokok menghasilkan mod positif dan membantu individu mengatasi situasi sulit, dan manfaat lain dari merokok (terutama bagi perokok).

B. Dampak negatif

Merokok memang menyebabkan beberapa penyakit, jadi merokok tidak membunuh Anda, tetapi dapat membantu Anda mengembangkan penyakit yang mematikan. Berbagai penyakit akibat rokok, dari penyakit kepala sampai penyakit telapak kaki, Sistem kardiovaskular, tumor saluran pernafasan (kanker), tekanan darah meningkat, umur pendek, penurunan kesuburan (kesuburan) dan buang air kecil tertahan, ambliopia (penglihatan kabur), kulit

kering, kerutan pucat, udara dalam ruangan Iritasi mata, hidung dan tenggorokan akibat polusi .

Menurut Aditama (2011) ada beberapa penyakit yang disebabkan oleh rokok yaitu:

a. Kanker paru-paru

Kanker lainnya (misalnya kanker bibir, kanker tenggorokan, kanker lidah, kanker kerongkongan, kanker serviks, kanker serviks)

b. Penyakit jantung

c. Gangguan kehamilan

d. Penyakit Paru Lainnya (Bronkitis Kronis, Emfisema, PPOK) Penyakit Lainnya (Maag, Alergi, Katarak, Osteoporosis)

2.3 Orang Tua

2.3.1 Pengertian orang tua

Menurut (Sheridan et al., 2011), keterlibatan orang tua adalah perilaku yang melibatkan dan mendukung remaja secara interaktif, terarah, dan terarah menuju pembelajaran yang bermakna dan hasil afektif. Menurut (Gottfredson et al., 2017), keterlibatan orang tua merupakan pendukung dan struktur pengambilan keputusan remaja dan faktor protektif terhadap perilaku merokok remaja, dan parental modeling juga membantu menjelaskan hubungan antara orang tua dan anak terhadap perilaku merokok. Menurut (Gottfredson et al., 2017) ada 2 (dua) dimensi yaitu:

1. Kehangatan (*warmth*) Kehangatan dapat tercipta melalui kepekaan terhadap perasaan anak, ekspresi verbal, karena dengan ini anak merasa dicintai oleh orang tuanya.

2. Pemantauan (*monitoring*) Pentingnya pengawasan orang tua bagi seorang anak pertumbuhan dan perkembangan. Dengan pengawasan, orang tua mengetahui kebutuhan anaknya, sehingga semua pengambilan keputusan orang tua harus dilibatkan.

Selain dimensi, keterlibatan orang tua juga terdiri dari beberapa faktor yang mempengaruhi, yaitu:

1. Kehangatan, Kepekaan, dan Responsif Orang Tua Interaksi sehari-hari antara orang tua dan remaja menciptakan kehangatan yang didambakan para remaja. Pengungkapan verbal menjadi salah satu cara yang bisa dilakukan orang tua untuk membuat anak remajanya merasa dicintai. Selain pengungkapan verbal, orang tua memperhatikan, peka terhadap perasaan remaja dan tanggap terhadap remaja.
2. Pola Asuh Pola asuh merupakan salah satu faktor yang membentuk karakter dan perilaku remaja. Pola asuh demokratis, permisif, dan otoriter merupakan pola asuh yang dapat membentuk karakter dan perilaku remaja.
3. Model komunikasi Keluarga adalah komunitas dari kelompok individu dengan model komunikasi yang berbeda. Pola komunikasi terbuka atau tertutup antara orang tua dan anak mempengaruhi kedekatan mereka.
4. Pengambilan Keputusan Orang Tua Orang tua paling dekat dengan individu muda, sehingga mereka berperan penting dalam pengambilan keputusan sebelum anak muda menjadi dewasa.

2.4 Teman Sebaya

2.4.1 Pengertian Teman Sebaya

Remaja sering dan lebih sering berada di luar rumah bersama teman sebayanya. Jika anak muda mengenakan gaya pakaian yang sama dengan anggota kelompok atau teman sebaya yang populer, mereka memiliki kemungkinan ditolak oleh kelompok. Begitu pula ketika anggota kelompok mencoba untuk minum alkohol, menggunakan narkoba, merokok dan sebagainya, anak muda mengikuti apapun konsekuensinya.

Dalam sekelompok sahabat mencoba menemukan konsep miliknya. Di sini dia bersama teman-temannya meski ada sanksi orang dewasa nanti. Kelompok teman sebaya memberikan tempat sosial kepada remaja, dimana nilai-nilai yang diterima tidak sesuai dengan nilai yang dianut oleh orang dewasa. Di sini berbahaya bagi perkembangan mental remaja, jika nilai atau sikap yang dikembangkan dalam kelompok yang sama ini berbahaya, biasanya nilai negatif dan sikap. Yang lebih berbahaya adalah ketika kelompok sebaya ini ditutup, sehingga setiap anggota tidak dapat berpisah dari kelompoknya dan berpegang teguh pada nilai-nilai yang dikembangkan oleh pemimpin kelompok. sikap, pikiran, perilaku dan gaya hidup adalah kelompok perilaku dan gaya hidup (Poltekkes Depkes, 2010).

Dalam Havinghurst (Rosyadi, 2012) tentang latar belakang munculnya teman sebaya, anak berkembang dalam dua dunia sosial, yaitu:

1. Dunia orang dewasa, yaitu orang tua, guru, dll.
2. Dunia pertemanan yaitu teman, *playgroup* atau group. Bagi anak-anak, teman sebaya adalah kelompok tertentu yang berinteraksi satu sama lain.

Kelompok teman sebaya sendiri merupakan lembaga sosialisasi yang berperan penting bersama keluarga. Anak-anak merasa lebih nyaman bergaul atau bersama teman seusianya.

Menurut Santosa, pertemanan memiliki fungsi (Rosyadi, 2012) yaitu:

1. Mengajarkan budaya dominan dalam masyarakat melalui teman sebaya.
2. Kelompok sebaya mengajarkan peran sosial gender.
3. Sarankan peran sosial.

Menurut Poltekkes Depkes (2010), remaja memiliki 3 peer group, diantaranya:

1. Teman dekat, remaja biasanya memiliki setidaknya 2 atau 3 teman dekat.
2. Teman Kecil Kelompok ini biasanya beranggotakan teman-teman dekat yang tinggal di daerah yang sama sejak kecil.
3. Kelompok Besar
 - (1) Kelompok Terorganisir Kelompok yang dipimpin dan diasuh oleh orang tua, dibentuk untuk perlindungan kaum muda. Banyak anak muda di merasa dikendalikan dan kehilangan minat ketika berusia 16-17 tahun.
 - (2) Kelompok geng Remaja yang merasa tidak puas dengan kelompok terorganisir yang anggotanya biasanya remaja dengan minat yang sama dan minatnya mengasingkan teman melalui perilaku antisosial.