

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Konsep Perilaku Merokok

a. Definisi

Perilaku merokok merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, sosial, budaya, dan lingkungan. Dalam konteks remaja, persepsi terhadap manfaat merokok serta hambatan-hambatan yang dirasakan dapat mempengaruhi keputusan untuk mulai ataupun menghentikan kebiasaan merokok. Teori yang sering digunakan untuk memahami hubungan antara persepsi manfaat, hambatan, dan perilaku adalah Teori Perubahan Perilaku (*Health Belief Model/HBM*) dan Teori *Self-Efficacy*. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa persepsi manfaat cenderung meningkatkan kemungkinan terjadinya perilaku merokok, sedangkan persepsi hambatan, serta keyakinan terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*) berperan penting dalam menghambat perilaku tersebut (Notoatmodjo, 2020).

Tembakau adalah rokok dengan panjang 70-120 mm dan diameter 10 mm, berisi daun tembakau yang dicincang halus. Rokok dinyalakan di satu ujung, membara, dan asap dihisap melalui mulut di ujung yang lain. Bahan dasar rokok adalah tembakau (Setyani & Sodik, 2021). Perilaku merokok adalah perbuatan membakar setiap produk tembakau yang dimaksudkan untuk dibakar, dihisap, dan/atau

dihirup, termasuk tembakau kretek, tembakau putih, cerutu, atau tembakau bentuk lainnya. Tumbuhan *Nicotiana rustica*, *Nicotiana rustica* dan spesies lain atau sintetisnya. Asapnya mengandung nikotin dan tar, dengan atau tanpa bahan tambahan (Alamsyah, 2022).

b. *Health Belief Model* (HBM)

HBM menjelaskan bahwa niat atau perilaku seseorang dipengaruhi oleh beberapa komponen utama (Notoatmodjo, 2020):

- 1) Persepsi Kerentanan (*perceived susceptibility*): keyakinan individu tentang seberapa besar risiko mereka terhadap bahaya merokok.
- 2) Persepsi Keparahan (*perceived severity*): seberapa serius dampak yang dirasakan jika merokok.
- 3) Manfaat Substitusi (*perceived benefits*): keyakinan bahwa merokok membawa manfaat tertentu.
- 4) Hambatan/Baru (*perceived barriers*): hambatan yang dirasakan dalam tidak merokok atau berhenti merokok.
- 5) *Cues to Action*: rangsangan eksternal maupun internal yang mendorong perilaku.
- 6) *Self-Efficacy*: keyakinan terhadap kemampuan diri untuk melakukan perilaku sehat, misalnya berhenti merokok.

HBM telah banyak digunakan untuk memahami perilaku kesehatan pada remaja, termasuk perilaku merokok, dengan menunjukkan bahwa persepsi manfaat dan hambatan mempengaruhi

keputusan merokok, sedangkan self-efficacy memoderasi hubungan tersebut.

c. *Teori Self-Efficacy* (Bandura)

Self-Efficacy adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk melakukan tindakan tertentu. Dalam konteks merokok (Notoatmodjo, 2020):

- 1) Remaja dengan tingkat *self-efficacy* tinggi lebih mungkin menolak ajakan merokok dan berhenti jika sudah mulai.
- 2) *Self-efficacy* dipengaruhi oleh pengalaman sukses, observasi, dan umpan balik sosial.

d. Tahap-tahap Perilaku Merokok

Tahap – tahap merokok menurut Leventhal & Clearly dalam (Setyani & Sodik, 2021) ada 4 tahap perilaku merokok yaitu :

1) Tahap *Preparatory*

Pada masa ini, remaja mendapatkan role model yang menarik dari lingkungan dan media serta meningkatkan minat mereka untuk merokok.

2) Tahap *Initiation*

Merupakan tahap di mana seseorang terus mencoba untuk merokok setelah interpretasi dari pola yang ada telah ditetapkan dan remaja mengevaluasi hasil interpretasi tersebut melalui emosi dan perilaku.

3) Tahap *Becoming Smoker*

Menurut Leventhal dan Clearly dalam Rochayati (2023) tahap becoming smoker menjadi perokok adalah tahap dimana seseorang merokok empat batang sehari. Hal ini didukung oleh kepuasan psikologis batin. Meningkatkan perilaku merokok membutuhkan setidaknya beberapa kepuasan psikologis ketika remaja merokok. Inilah akibat atau efek dari merokok berupa rasa senang, percaya diri dan kebahagiaan (Setyani & Sodik, 2021).

4) Tahap *Maintenance of Smoking*

Pada titik ini, merokok adalah bagian dari pengaturan diri. Merokok untuk efek fisiologis yang menyenangkan. Pada tahap ini, individu benar-benar mengalami kegembiraan merokok, merokok sesering mungkin untuk menghilangkan kecemasan, menghindari kecemasan, bersantai, menghilangkan rasa lelah, dan merasa sakit saat makan. Tahap ini terjadi setelah terbentuknya keyakinan ini. Artinya, keyakinan bahwa merokok dirasakan oleh teman sebaya (*predictive belief*) dan bahwa merokok tidak melanggar aturan (*permissive belief*) (Setyani & Sodik, 2021).

e. Tipe Perokok

Menurut Trisanti (2020) secara umum tipe perokok di bagi menjadi beberapa kategori yaitu :

- 1) Berdasarkan udara dan asap yang dihirup :
 - a) Perokok pasif yakni adalah mereka yang tidak merokok tetapi dekat dengan perokok dan menghirup asap yang dihembuskan oleh perokok
 - b) Perokok aktif, yakni mereka yang menghisap rokok secara langsung.
- 2) Berdasarkan jumlah rokok yang dikonsumsi dalam mengklasifikasikan tipe perokok menurut banyaknya rokok yang dihisap menjadi tiga tipe yaitu : perokok berat (lebih dari 15 batang/hari), perokok sedang (5-14 batang/hari), dan perokok ringan 1-4 batang/hari) (Trisanti, 2020).

f. Aspek Perilaku Merokok

Pada aspek perilaku merokok terdapat tiga dimensi yaitu (Trisanti, 2020):

1) Durasi

Durasi adalah dimensi yang mengacu pada waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan. Dimensi ini dapat digunakan untuk menentukan berapa lama seseorang menghisap rokok. Untuk pria, waktu yang dihabiskan untuk sebatang rokok adalah sekitar 5-7 menit, dan untuk wanita adalah 7-10 menit.

2) Frekuensi

Frekuensi di mana seorang individu melakukan satu tindakan pada suatu waktu. Dimensi ini dapat digunakan untuk mengetahui sejauh mana perilaku merokok seseorang secara umum terjadi dengan menghitung jumlah aktivitas merokok yang terjadi setiap hari.

3) Intensitas

Intensitas adalah dimensi yang menghitung jumlah energi yang digunakan individu untuk melakukan suatu tindakan. Anda dapat menggunakan dimensi ini untuk mengetahui berapa banyak rokok yang dihisap seseorang berdasarkan jumlah rokok yang dihisap per hari (Tristanti, 2020).

g. Dampak Merokok

Rokok merupakan salah satu penyebab dari beberapa penyakit yaitu (Tristanti, 2020) :

1) Penyakit paru

Merokok dapat menyebabkan perubahan struktur dan fungsi saluran udara dan jaringan paru-paru. Pada saluran napas besar, sel-sel mukosa membesar (hipertrofi) dan kelenjar-kelenjar lendir berproliferasi (hiperplasia). Di saluran udara kecil, peradangan ringan terlihat selama penyempitan karena proliferasi sel dan akumulasi lendir. Pada jaringan paru, jumlah sel inflamasi meningkat dan alveolus rusak.

2) Penyakit jantung

Efek utama penyakit jantung terutama disebabkan oleh dua bahan kimia penting yang ditemukan dalam tembakau: nikotin dan karbon monoksida. Nikotin dapat mengganggu detak jantung dan menyumbat pembuluh darah di jantung, tetapi CO mengikat Hb dalam darah, mengurangi suplai oksigen ke jantung. Inilah yang menyebabkan masalah jantung, termasuk penyakit arteri koroner.

3) Impotensi

Nikotin yang beredar dalam darah, dibawa ke seluruh tubuh, termasuk organ reproduksi. Zat ini mengganggu spermatogenesis dan menurunkan kualitas sperma. Sementara itu, Taher menambahkan, selain mempengaruhi kualitas air mani, merokok juga menjadi faktor risiko disfungsi seksual, terutama disfungsi ereksi (DE). Dalam studinya, sekitar seperlima dari pasien dengan disfungsi ereksi disebabkan oleh merokok.

4) Kanker kulit, mulut, bibir dan kerongkongan

Tar tembakau dapat merusak dinding bagian dalam mulut, bibir, dan kerongkongan. Deposit tar mengubah sifat sel normal menjadi sel kanker ganas. Selain itu, kanker mulut dan bibir juga bisa disebabkan oleh demam merokok. Untuk kanker kerongkongan, data menunjukkan bahwa perokok 510 kali lebih

mungkin terkena kanker kerongkongan dan usus daripada bukan perokok

5) Merusak otak dan indera

Efek merokok pada otak juga disebabkan oleh efek nikotin pada pembuluh darah dan vasokonstriksi otak akibat berkurangnya suplai oksigen ke organ tubuh seperti otak dan organ tubuh lainnya. Jadi, efeknya, nikotin bisa mengganggu semua sistem di dalam tubuh.

6) Mengancam kehamilan

Hal ini terutama berlaku untuk wanita yang merokok. Banyak penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang merokok memiliki risiko lebih besar untuk melahirkan bayi dengan berat badan rendah, memiliki bayi cacat, mengalami keguguran atau bahkan meninggal saat melahirkan.

h. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Merokok

Ada tiga factor yang memengaruhi perilaku merokok remaja yaitu (Prasasti, 2023):

1) Faktor Lingkungan

Pengaruh orang tua, teman sebaya (kelompok) dan masyarakat sekitar berpengaruh signifikan terhadap perilaku merokok remaja. Lingkungan menjadi pola atau model perilaku remaja, termasuk merokok.

2) Faktor Kepribadian/Psikologis

Orang menjadi kecanduan merokok / karenanya merokok menjadi kebutuhan seperti makan, maka kepribadian / faktor psikologis Selanjutnya merokok juga memungkinkan remaja menjadi nyaman, fokus dan santai tanpa mengantuk.

3) Faktor Sosial, Budaya, dan Politik

Tingkat pendapatan, gaya hidup dan dampak iklan merupakan alasan untuk merokok. Sementara rokok berbahaya bagi kesehatan, mereka berkontribusi pada penciptaan devisa dan lapangan kerja di negara-negara berkembang, khususnya Indonesia (Prasasti, 2023).

2. Konsep Persepsi Manfaat

a. Pengertian Persepsi Manfaat

Menurut Notoatmodjo (2012) persepsi manfaat merupakan penilaian seseorang terhadap keuntungan yang diperoleh dari suatu perilaku kesehatan sehingga mendorong seseorang melakukan perilaku tersebut. Persepsi manfaat memiliki makna dan merupakan aktivitas sintetik dalam diri individu karena merupakan proses mengatur dan menjelaskan rangsangan yang diterima oleh suatu organisme (individu). Atas dasar ini, persepsi manfaat disebut juga “interpretasi pengalaman” (Hartono, 2020). Menurut Arindari & Agustina (2024) persepsi manfaat adalah proses pengamatan terakhir yang dimulai dari proses sensorik, proses menerima rangsangan dari

indera, oleh karena itu perhatian, kemudian diteruskan ke otak dan baru kemudian sampai ke individu. Persepsi didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengenal dirinya sendiri melalui panca inderanya (Pangestu & Setyowati, 2022). Persepsi manusia memiliki pandangan penginderaan yang berbeda. Beberapa orang menemukan sesuatu yang baik, yang lain merasa buruk atau buruk. Persepsi merupakan bagian dari keseluruhan proses yang menghasilkan respon setelah seseorang menerima suatu stimulus. Persepsi memungkinkan seorang individu untuk mempersepsikan dan memahami lingkungan dan keadaan yang ada pada individu yang bersangkutan (Hartono, 2020).

b. Persepsi Manfaat terhadap Perilaku Merokok

Persepsi manfaat (*perceived benefits*) adalah keyakinan seseorang bahwa melakukan atau mempertahankan suatu tindakan akan membawa hasil positif atau mengurangi risiko sakit, dalam konteks merokok persepsi manfaat mencakup keyakinan bahwa merokok memberi keuntungan. Persepsi manfaat memengaruhi niat dan perilaku, bila seseorang menilai manfaat merokok lebih besar daripada risikonya, kemungkinan mereka terus merokok lebih tinggi (Anees Alyafei et al., 2024).

Pada kelompok remaja, persepsi manfaat merokok memiliki pengaruh yang lebih kuat karena fase perkembangan remaja ditandai dengan pencarian identitas diri, kebutuhan akan

penerimaan sosial, serta kecenderungan mencoba hal baru (Vasilopoulos et al., 2022). Remaja sering memaknai merokok sebagai simbol kedewasaan, kebebasan, atau cara untuk diterima dalam kelompok pertemanan. Selain itu, sebagian remaja meyakini bahwa merokok dapat membantu mengatasi tekanan emosional atau meningkatkan fokus, sehingga persepsi manfaat ini mendorong mereka untuk mulai merokok dan mempertahankan perilaku tersebut (Hartono, 2020). Oleh karena itu, persepsi manfaat merokok menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan dalam upaya pencegahan perilaku merokok pada remaja.

Berikut adalah faktor dari Persepsi manfaat merokok (Hartono, 2020) :

- 1) Penenangan stres atau tekanan emosional.
- 2) Identitas sosial atau penerimaan kelompok.
- 3) Efek “kebebasan” atau keinginan eksperimen pada masa remaja.
- 4) Peningkatan fokus atau perhatian sementara (yang sering disangkal secara ilmiah).

Penelitian oleh (Hartono, 2020) menunjukkan bahwa persepsi manfaat yang dirasakan dapat meningkatkan peluang seseorang untuk mencoba merokok, terutama bagi remaja yang sedang mencari identitas diri.

c. Pandangan ilmiah bahwa merokok juga perilaku negative

Merokok tergolong sebagai perilaku negative karena terbukti memberikan dampak merugikan terhadap kesehatan fisik maupun psikososial individu. Harsanti & Wicaksono, (2017) mengungkapkan bahwa remaja yang merokok memiliki risiko tinggi mengalami gangguan kesehatan baik jangka pendek maupun jangka panjang, antara lain penurunan konsentrasi, ketergantungan terhadap nikotin, penyakit paru kronis, serta peningkatan risiko gangguan kardiovaskular. Selain itu, perilaku merokok juga menimbulkan dampak sosial dan ekonomi, seperti meningkatnya pengeluaran pribadi dan terganggunya kualitas interaksi sosial. Oleh karena itu, kebiasaan merokok pada kalangan pelajar dan remaja di Indonesia perlu dipandang sebagai permasalahan kesehatan masyarakat yang memerlukan intervensi pencegahan dan edukasi secara komprehensif (Harsanti & Wicaksono, 2017).

d. Proses Terjadinya Persepsi Manfaat

Persepsi manfaat dimulai dengan perhatian pancaindra dan diakhiri dengan observasi. Proses perseptual dimulai dengan mempersepsi (menerima rangsangan melalui indera), kemudian individu memperhatikan, rangsangan tersebut diteruskan ke otak, kemudian rangsangan tersebut “diinterpretasikan”, dirangsang mengenali dan memahami, maka persepsi itu terjadi. Terdapat tiga

komponen utama, yaitu seleksi, interpretasi dan pembulatan terhadap informasi (Hartono, 2020):

- 1) Seleksi, yaitu proses penyaringan oleh alat indera terhadap rangsangan dari luar, dengan intensitas dan jenisnya dalam jumlah yang banyak atau sedikit.
- 2) Interpretasi, yaitu proses mengorganisasikan informasi agar masuk akal. Dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu, nilai-nilai yang diterapkan, motivasi, kepribadian dan kecerdasan. Hal ini juga dipengaruhi oleh kemampuannya untuk mereduksi informasi yang kompleks menjadi informasi yang sederhana.
- 3) Interpretasi dan persepsi dinyatakan dalam perilaku (pembulatan informasi).

e. Cara Menilai Persepsi Manfaat

Persepsi dapat dinilai dengan pengukuran yang dapat dilakukan dengan menggunakan skala Likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi individu atau kelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2020a). Responden diminta untuk berkomentar jika mereka setuju atau tidak setuju dengan sesuatu (Nursalam, 2020). Pendapat ini diungkapkan dengan berbagai tingkat konsensus (1-5) mengenai pernyataan yang dibuat oleh peneliti :

- 1) Sangat Tidak Setuju (SS)
- 2) Tidak Setuju (TS)

- 3) Tidak Tahu (TT)
- 4) Setuju (S)
- 5) Sangat Setuju (SS)

3. Konsep *Self Efficacy*

a. Pengertian *Self Efficacy*

Menurut Rainer Lauster dalam Syifa (2021), *Self Efficacy* atau kepercayaan diri merupakan suatu sikap dan keyakinan yang dimiliki individu terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan mampu bertindak dan mengambil keputusan tanpa disertai rasa cemas yang berlebihan, karena ia percaya pada potensi dan kemampuan yang dimilikinya. Selain itu, individu dengan kepercayaan diri yang baik juga memiliki kebebasan untuk mengungkapkan pendapat, perasaan, maupun keinginannya secara positif dan bertanggung jawab terhadap setiap tindakan yang dilakukan. Kepercayaan diri juga tercermin dari kemampuan seseorang untuk berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial secara sopan serta adaptif. Tidak hanya itu, individu yang percaya diri umumnya mempunyai motivasi untuk mencapai prestasi, serta mampu mengenali dan memahami kelebihan maupun kekurangan yang ada pada dirinya sehingga dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan potensi diri secara optimal.

b. Aspek-aspek *Self Efficacy*

Aspek *Self Efficacy* menurut Lauster dalam Andiwijaya & Liauw, (2020) adalah sebagai berikut:

1) Percaya pada Kemampuan Diri

Aspek ini menggambarkan keyakinan seseorang terhadap kapasitas diri yang dimilikinya, baik berupa pengetahuan maupun keterampilan, dalam menyelesaikan suatu tugas atau menghadapi berbagai situasi. Individu yang memiliki kepercayaan terhadap kemampuan dirinya cenderung tidak mengalami keraguan berlebih, mampu menetapkan tujuan yang rasional, serta berupaya secara konsisten untuk mewujudkannya.

2) Optimis

Optimisme merujuk pada sikap positif bahwa setiap permasalahan dapat diatasi. Individu yang optimis tidak melihat hambatan sebagai ancaman, melainkan sebagai tantangan yang perlu dipecahkan. Sikap ini mendorong seseorang untuk terus berusaha meskipun berada dalam kondisi yang sulit maupun setelah mengalami kegagalan.

3) Berani Mengemukakan Pendapat

Aspek ini menunjukkan kemampuan individu dalam menyampaikan gagasan, pandangan, maupun perasaan secara jelas dan terbuka tanpa diliputi rasa takut akan penolakan. Individu yang mampu mengutarakan pendapat biasanya

memiliki keberanian bersikap asertif, mampu berkomunikasi efektif, serta tidak mudah terpengaruh oleh tekanan dari lingkungan sekitar.

4) Bertindak Mandiri dalam Mengambil Keputusan

Aspek ini mencerminkan kemampuan seseorang untuk menetapkan pilihan atau tindakan berdasarkan penilaian pribadi, tanpa ketergantungan yang berlebihan terhadap pendapat orang lain. Individu yang mandiri dalam mengambil keputusan menunjukkan pola pikir yang matang, mampu bertanggung jawab atas setiap keputusan yang diambil, serta memiliki inisiatif dalam bertindak.

c. Faktor – Faktor *Self Efficacy*

Menurut Sitepu dalam Bulkani, (2018) tingkat *Self Efficacy* individu dipengaruhi oleh dua kelompok faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor internal mencakup:

- a) Konsep diri, yakni pandangan individu terhadap dirinya sendiri yang membentuk persepsi atas kemampuan dan potensi yang dimilikinya.
- b) Harga diri, yaitu sejauh mana seseorang menghargai dan menilai dirinya secara positif.

- c) Kondisi fisik, yang meliputi keadaan jasmani dan penampilan, dapat memengaruhi rasa yakin terhadap diri sendiri.
- d) Pengalaman hidup, yaitu pengalaman positif maupun negatif yang dialami individu, yang turut membentuk keyakinan terhadap kemampuan dirinya.

2) Faktor eksternal terdiri atas:

- a) Pendidikan, yang memberikan pengetahuan dan keterampilan sehingga meningkatkan rasa percaya diri.
- b) Pekerjaan, yang melalui aktivitas dan hasil kerja dapat memperkuat perasaan mampu dan berharga.
- c) Lingkungan, yang mencakup dukungan sosial dari keluarga, teman, dan masyarakat yang dapat memperkuat atau melemahkan kepercayaan diri seseorang.

d. Dampak *Self Efficacy* Terhadap Perilaku Merokok

Self Efficacy merupakan salah satu faktor psikologis yang memiliki pengaruh besar terhadap cara individu berpikir, bersikap, dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat kepercayaan diri yang dimiliki seseorang dapat memengaruhi bagaimana individu tersebut menghadapi tekanan sosial, menyelesaikan masalah, mengambil keputusan, serta menyesuaikan perilaku dengan lingkungan di sekitarnya. Individu yang memiliki kepercayaan diri yang baik biasanya lebih yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri

sehingga mampu menghadapi berbagai situasi dengan lebih tenang dan terarah. Selain itu, kepercayaan diri juga membantu seseorang untuk lebih mandiri dalam menentukan pilihan tanpa mudah dipengaruhi oleh orang lain (Harsanti & Wicaksono, 2017).

Hasil penelitian Puji et al. (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara tingkat kepercayaan diri dengan kecenderungan perilaku seseorang. Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi cenderung mampu bersikap lebih asertif dalam berinteraksi sosial, memiliki keberanian untuk menyampaikan pendapat, serta mampu menolak ajakan atau pengaruh negatif dari lingkungan sekitar. Selain itu, individu dengan kepercayaan diri tinggi juga lebih mampu mengambil keputusan yang bersifat adaptif dan positif karena memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai konsekuensi dari keputusan yang diambil. Sebaliknya, individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah cenderung lebih mudah merasa ragu, takut, dan kurang yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri. Kondisi tersebut membuat individu lebih rentan terhadap tekanan sosial dan pengaruh teman sebaya, sehingga berisiko lebih besar untuk terlibat dalam perilaku negatif atau perilaku yang dapat merugikan dirinya sendiri maupun orang lain.

4. Hubungan Persepsi Manfaat dan *Self Efficacy* dengan Perilaku Merokok

Menurut Lauster dalam (Syifa, 2021), perilaku merokok pada remaja tidak hanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan sosial, tetapi juga oleh aspek psikologis individu, salah satunya adalah tingkat kepercayaan diri atau *self-efficacy*. Dalam perspektif psikologi, *self-efficacy* menggambarkan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam bertindak secara mandiri, bertanggung jawab, serta mampu menghadapi berbagai situasi tanpa disertai kecemasan berlebihan. Individu dengan *self-efficacy* yang baik cenderung mampu berpikir rasional, memiliki kontrol diri yang kuat, serta mampu menolak pengaruh negatif, termasuk perilaku merokok.

Fatchurahman (2012) menyatakan bahwa individu dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi tidak mudah terpengaruh oleh hal-hal yang dianggap negatif oleh lingkungannya. Hurlock (1980) dalam Fatchurahman (2012) juga menjelaskan bahwa individu dengan kepercayaan diri tinggi memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri, menghargai kemampuan yang dimiliki, serta berorientasi pada pencapaian tujuan hidup. Kondisi ini mencerminkan adanya kontrol diri yang baik, sehingga individu lebih mampu menghindari perilaku berisiko seperti merokok.

Sebaliknya, penelitian Andiwijaya & Liauw (2020) menunjukkan bahwa individu dengan kepercayaan diri rendah cenderung lebih mudah

merasa cemas, kurang yakin terhadap kemampuan diri, serta memiliki kebutuhan yang tinggi untuk diterima dalam kelompok sosial. Hal ini membuat remaja lebih rentan terhadap tekanan teman sebaya (peer pressure), terutama dalam lingkungan yang memiliki kebiasaan merokok. Dalam kondisi tersebut, merokok sering dijadikan sebagai sarana untuk menunjukkan eksistensi diri, mendapatkan pengakuan sosial, atau menutupi rasa kurang percaya diri.

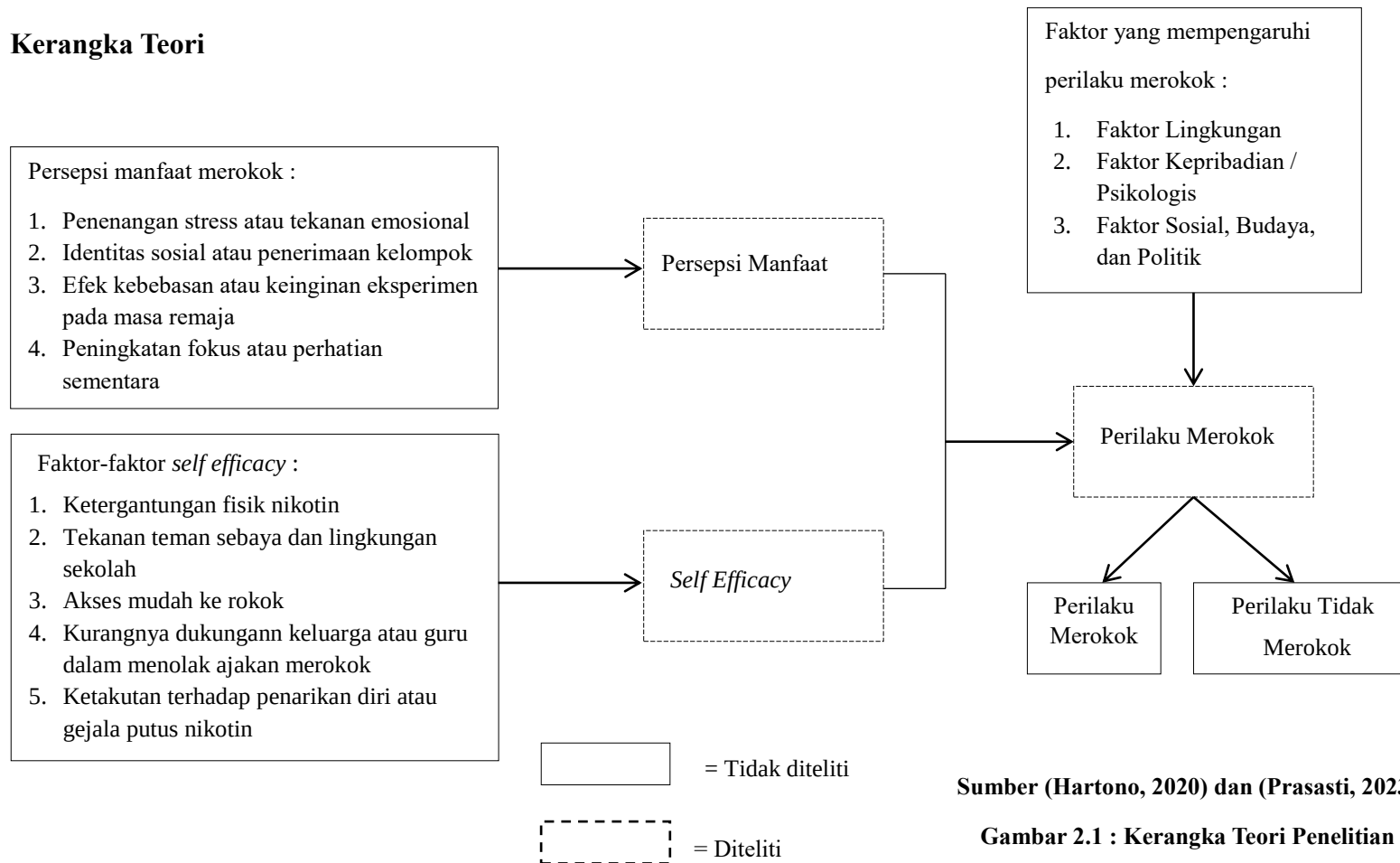
Penelitian Petrus dan Alfita (2022) menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dan perilaku merokok pada remaja, di mana semakin tinggi tingkat kepercayaan diri seseorang, maka semakin rendah kecenderungan untuk merokok. Temuan ini diperkuat oleh Subakti (2018) yang menyatakan bahwa individu dengan self-efficacy tinggi memiliki kemampuan pengendalian diri yang lebih baik terhadap perilaku berisiko, termasuk merokok. Sebaliknya, remaja dengan self-efficacy rendah lebih berisiko terlibat dalam perilaku merokok karena lemahnya kemampuan menolak tekanan sosial dan keinginan untuk diterima oleh kelompok.

Berdasarkan teori *Health Belief Model* (HBM), perilaku merokok juga dipengaruhi oleh persepsi manfaat dan hambatan yang dirasakan individu. Apabila persepsi manfaat merokok dianggap lebih besar dibandingkan hambatannya, maka kemungkinan seseorang untuk merokok akan meningkat. Sebaliknya, jika hambatan yang dirasakan lebih dominan, maka kecenderungan merokok akan menurun. Dalam hal

ini, *self-efficacy* berperan sebagai faktor yang memoderasi hubungan tersebut, di mana remaja dengan *self-efficacy* tinggi cenderung mampu menolak perilaku merokok meskipun memiliki persepsi manfaat terhadap merokok.

Selain itu, penelitian sebelumnya oleh Irwan (2023) menunjukkan bahwa persepsi terhadap media gambar, baik yang menarik, informatif, memotivasi, maupun mengancam, memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku merokok remaja. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi masing-masing variabel ($P\text{-Value} < 0,05$), yang menunjukkan bahwa persepsi individu terhadap suatu informasi atau stimulus dapat mempengaruhi kecenderungan perilaku merokok.

B. Kerangka Teori



Sumber (Hartono, 2020) dan (Prasasti, 2023)

Gambar 2.1 : Kerangka Teori Penelitian

