

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Konsep Dasar Rokok

a. Pengertian Rokok

Rokok dihasilkan dari olahan daun tembakau yang telah dikeringkan dan digulung menggunakan kertas tipis. Produk ini dilengkapi dengan filter pada salah satu ujungnya untuk menyaring sebagian zat yang dihasilkan saat dibakar rangkunti maksum, (2023).

Rokok merupakan produk hasil olahan tembakau yang tersedia dalam beragam bentuk, termasuk di antaranya cerutu dan variasi lainnya. Dalam proses pembakarannya, rokok menghasilkan asap yang mengandung berbagai zat berbahaya sehingga berpotensi menimbulkan efek buruk terhadap kesehatan penggunanya. (Anisa Marieta & Keri Lestari, 2022).

b. Kandungan Dalam Rokok

Terdapat sejumlah zat berbahaya yang terkandung di dalam rokok, Rangkunti Maksum, (2023) menjelaskan di antaranya sebagai berikut:

1) Nikotin

Nikotin merupakan senyawa adiktif yang merangsang sistem saraf pusat. Zat inilah yang menyebabkan perokok menjadi kecanduan.

2) Tar

Tar merupakan campuran berbagai zat kimia berbahaya yang dihasilkan dari pembakaran tembakau. Kandungan tar bersifat karsinogenik (pemicu kanker) dan dapat merusak jaringan paru-paru.

3) Karbon Monoksida

Gas beracun ini terbentuk saat tembakau dibakar. Karbon monoksida mengikat hemoglobin dalam darah, sehingga mengurangi kemampuan darah mengangkut oksigen ke seluruh tubuh

4) Amonia

Amonia digunakan dalam proses produksi rokok untuk meningkatkan penyerapan nikotin. Zat ini juga dapat mengiritasi saluran pernapasan.

5) Benzena

Benzena adalah senyawa kimia karsinogenik yang terdapat dalam asap rokok. Paparan jangka panjang terhadap zat ini meningkatkan risiko terkena kanker.

6) Formaldehida

Zat ini dikenal sebagai iritan yang dapat menyebabkan gangguan pada mata, hidung, dan tenggorokan. Formaldehida juga diklasifikasikan sebagai zat pemicu kanker.

7) Aseton

Aseton merupakan senyawa kimia yang umumnya dikenal sebagai bahan penghapus cat kuku. Ketika terkandung dalam rokok, zat ini bersifat racun dan berpotensi menyebabkan iritasi pada saluran pernapasan penggunaannya.

2. Perilaku Merokok Pada Remaja

a. Pengertian Perilaku Merokok Remaja

Remaja merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, yang lazimnya dialami pada usia 10 sampai 19. (*World Health Organization, 2020*). Fase tersebut tergolong rentan terhadap kebiasaan konsumsi zat adiktif. Pada tahap ini kebiasaan merokok umumnya mulai terbentuk, sebagian besar individu yang menjadi perokok telah mengalami kecanduan sebelum mencapai usia 18 tahun. Dibandingkan dengan orang dewasa, ketergantungan nikotin pada remaja bisa muncul meski paparan rokoknya sedikit dan waktunya singkat (*World Health Organization, 2025*).

Menurut Sulistyono dalam Weta & Angelia Rumondor, (2019) perilaku merokok merupakan suatu tindakan individu yang melibatkan aktivitas mengisap rokok atau produk olahan tembakau yang dibungkus kertas dan dibakar untuk menghasilkan asap yang dihirup. Perilaku ini tidak hanya merupakan rutinitas fisik semata, tetapi juga sebagai bentuk reaksi terhadap berbagai stimulus, baik yang berasal dari dalam diri seperti tekanan emosional, stres, atau kebutuhan akan ketenangan,

maupun dari luar seperti pengaruh teman, lingkungan sosial, atau budaya yang berkembang di masyarakat.

Menurut Budiyati, Sari, dan Suryati (2021) perilaku merokok di kalangan remaja dapat diartikan sebagai perbuatan membakar rokok kemudian menyedot asap hasil pembakarannya, baik secara berkala maupun sesekali, yang berfungsi sebagai bentuk ekspresi diri atau mekanisme untuk menyesuaikan diri terhadap tekanan sosial di lingkungan sekitar.

b. Aspek – Aspek Perilaku Merokok

Menurut Aritonang dalam Firdaus, (2018) aspek perilaku merokok yang mencerminkan frekuensi, motivasi, konteks sosial, dan situasi di mana perilaku tersebut dilakukan. Aritonang membaginya ke dalam empat aspek utama, yaitu seberapa intens merokok, apa fungsinya, di mana tempatnya, dan kapan waktunya.

1) Intensitas Merokok

Aspek pertama yang dapat dijadikan ukuran adalah intensitas merokok, yaitu seberapa sering dan seberapa banyak seseorang mengonsumsi rokok dalam kurun waktu tertentu. Aritonang membagi kategori perokok menjadi tiga golongan utama, yaitu:

- a) Perokok kategori berat, yaitu individu dengan konsumsi rokoknya di atas 15 batang sehari.

- b) Perokok kategori tengah, yaitu individu dengan jumlah konsumsi rokok berkisar antara 5 sampai 14 batang setiap harinya.
- c) Perokok kategori ringan, yaitu individu yang mengonsumsi rokok dalam jumlah 1 hingga 4 batang per hari.

2) Fungsi Merokok

Fungsi merokok merupakan alasan atau manfaat subjektif yang dirasakan oleh individu dari kebiasaan merokok. Banyak perokok beranggapan bahwa merokok memberikan efek positif tertentu, baik secara fisik maupun psikologis. Individu merasa bahwa merokok dapat membantu mereka meningkatkan konsentrasi, memperlancar proses berpikir dan pemecahan masalah, menenangkan diri saat tegang, mengurangi rasa cemas, meringankan beban pikiran, hingga menumbuhkan rasa percaya diri.

3) Tempat Merokok

Menurut Aritonang, terdapat dua tipe perilaku merokok berdasarkan tempatnya, yaitu:

a) Merokok pada ruang publik.

Biasanya dilakukan oleh kelompok yang seragam, yaitu kumpulan orang yang sama-sama memiliki kebiasaan merokok. Mereka cenderung melakukan aktivitas merokok secara berkelompok, misalnya di area khusus seperti smoking area atau tempat terbuka.

b) Merokok di tempat pribadi.

Tindakan ini dilakukan di ruang-ruang tertutup seperti kamar tidur, kantor, atau ruang kerja pribadi. Individu yang memiliki kebiasaan seperti ini sering kali menunjukkan sifat tertutup, gelisah, dan cenderung kurang memperhatikan kebersihan lingkungan.

4) Waktu Merokok

Aspek waktu merokok adalah kapan dan dalam kondisi seperti apa seseorang biasanya merokok. Setiap individu memiliki pola waktu tertentu yang sering kali berkaitan dengan suasana hati atau situasi sosial.

c. Faktor Perilaku Merokok

Menurut Sarafino (1994) dalam Sukmono, (2019) Sejumlah faktor yang berkontribusi terhadap munculnya kebiasaan merokok antara lain aspek biologis, psikologis, lingkungan sosial, demografis, sosial-budaya, hingga sosial-politik.

1) Faktor biologis

Merokok memengaruhi sistem saraf pusat melalui nikotin yang memberikan efek nyaman dan meningkatkan konsentrasi. Sensitivitas terhadap nikotin dapat dipengaruhi oleh faktor genetik dan metabolisme, membuat remaja lebih mudah kecanduan.

2) Faktor psikologis

Faktor psikologis berperan dalam membentuk perilaku merokok di kalangan remaja. Remaja dengan stres tinggi, rasa ingin tahu besar, atau kepercayaan diri rendah cenderung merokok sebagai pelarian emosional atau demi diterima secara sosial.

3) Faktor lingkungan sosial

Lingkungan keluarga, teman sebaya, dan sekolah berperan besar. Jika merokok dianggap wajar dalam lingkungan tersebut, remaja lebih cenderung menirunya, terutama karena tekanan kelompok.

4) Faktor demografis:

Usia, jenis kelamin, pendidikan, dan status ekonomi memengaruhi kebiasaan merokok. Remaja laki-laki dan mereka dari keluarga berpendidikan rendah atau kurang mampu lebih rentan karena minimnya informasi dan kontrol sosial.

5) Faktor sosial-kultural

Merokok dianggap simbol kedewasaan atau status sosial. Pandangan ini mendorong remaja untuk mulai merokok dan menganggapnya sebagai bagian dari gaya hidup.

6) Faktor sosial-politik

Kebijakan pemerintah, seperti regulasi iklan, harga rokok, dan kawasan tanpa rokok, sangat berpengaruh. Lemahnya pengawasan dan mudahnya akses memperbesar risiko remaja untuk merokok.

d. Dampak Merokok Bagi Remaja

Merokok pada usia remaja memiliki berbagai dampak terhadap aspek kesehatan fisik maupun prestasi akademik. Rangkunti maksum, (2023) menguraikan beberapa konsekuensi penting dari kebiasaan merokok pada remaja.

1) Penurunan Prestasi Belajar

Rokok mengandung berbagai zat berbahaya, salah satunya nikotin, yang bersifat adiktif dan menimbulkan ketergantungan. Efek kecanduan tersebut dapat mengganggu konsentrasi dan fokus belajar, sehingga berdampak pada menurunnya prestasi akademik. Selain itu, pengaruh lingkungan sosial, seperti teman sebaya yang juga merokok, dapat mendorong perilaku negatif seperti membolos atau absen dari sekolah. Kondisi ini berimplikasi pada menurunnya kinerja belajar, tingkat kehadiran, serta pencapaian akademik secara keseluruhan.

2) Melemahnya Otot dan Tulang

Remaja yang terbiasa merokok bisa mengalami penurunan kekuatan serta fungsi otot dan tulang. Penyebabnya adalah nikotin dalam rokok yang membuat pembuluh darah menyempit, sehingga suplai darah dan oksigen ke jaringan otot dan tulang ikut terhambat. Akibatnya, remaja dapat mengalami penurunan kepadatan tulang,

kelelahan otot, nyeri otot saat beraktivitas fisik, serta peningkatan risiko cedera seperti patah tulang.

3) Kerusakan pada Organ Paru-paru

Paru-paru yang sehat memiliki jaringan elastis yang memungkinkan pertukaran oksigen dan karbon dioksida berlangsung optimal. Namun, paparan zat berbahaya dari asap rokok, seperti nikotin dan tar, dapat memicu peradangan serta merusak jaringan paru-paru.

Kerusakan tersebut menghambat proses pertukaran oksigen, yang ditandai dengan peningkatan produksi lendir, batuk kronis, serta sesak napas. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat menyebabkan gangguan pernapasan serius.

4) Gangguan Kesehatan pada Mulut

Dampak lain dari merokok pada remaja adalah munculnya berbagai gangguan kesehatan di area mulut. Zat kimia berbahaya dalam rokok dapat menyebabkan perubahan warna gigi menjadi kuning, pembentukan plak, bau mulut, serta peningkatan risiko penyakit gusi. Apabila kebiasaan ini tidak dihentikan, remaja berisiko mengalami komplikasi yang lebih parah, seperti kehilangan gigi dan penyakit gusi kronis.

5) Peningkatan Risiko Penyakit Jantung

Kebiasaan merokok berpotensi menimbulkan gangguan pada organ jantung serta pembuluh darah. Nikotin merangsang sistem saraf simpatik yang mengakibatkan peningkatan denyut jantung,

pembuluh darah menyempit, serta kenaikan tensi darah. Dalam kurun waktu yang panjang, kondisi ini berpotensi menimbulkan penebalan dinding pembuluh darah, sehingga dapat memperbesar risiko munculnya gangguan kardiovaskular, termasuk jantung koroner dan stroke.

6) Peningkatan Risiko Kanker

Rokok mengandung berbagai zat karsinogenik, seperti tar, formaldehida, benzena, nitrosamin, dan nikotin, yang dapat memicu perubahan seluler dan peradangan kronis. Paparan jangka panjang terhadap zat-zat tersebut sejak usia remaja dapat menyebabkan kerusakan DNA dan memicu berbagai jenis kanker, meliputi kanker paru-paru, kanker rongga mulut, serta kanker tenggorokan.

e. Pandangan Ilmiah bahwa Merokok Termasuk Perilaku Negatif

Merokok tergolong sebagai perilaku negatif 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 periode singkat maupun periode 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).

3. Kepercayaan diri

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Lauster (2002) dalam Syifa, (2021) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai modal batin seseorang untuk meyakini kapasitas yang dimilikinya, sehingga ia sanggup melangkah tanpa rasa cemas yang berlebihan, memiliki kebebasan untuk mengekspresikan keinginannya, serta mampu bertanggung jawab atas setiap keputusan dan tindakannya. Seseorang dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi umumnya dicirikan oleh kemampuannya dalam menjalin interaksi secara santun dan mudah menyesuaikan diri dengan orang lain, memiliki motivasi untuk berprestasi, serta mampu menyadari kelebihan maupun kekurangan yang ada pada dirinya.

b. Ciri –Ciri Orang Yang Memiliki Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (2002) dimuat Syifa, (2021) dengan rasa percaya diri positif menunjukkan sejumlah karakteristik yang mencerminkan kematangan dalam berpikir, bersikap, dan bertindak.

- 1) Kepercayaan kapasitas diri termasuk wujud sikap yang positif, seseorang mampu memahami secara mendalam mengenai kemampuan, potensi, dan tindakan yang dilakukannya. Individu

dengan keyakinan ini mampu menilai dirinya secara realistis serta meyakini bahwa ia dapat mencapai hasil yang diharapkan melalui usaha dan kemampuan yang dimiliki.

- 2) Sikap optimisme menggambarkan prespektif baik seseorang terhadap diri sendiri, masa depan, dan kemampuannya dalam menghadapi berbagai situasi. Individu yang optimis senantiasa berpikir bahwa setiap permasalahan memiliki solusi dan setiap usaha akan membawa hasil yang baik.
- 3) objektivitas menunjukkan kemampuan individu untuk menilai suatu persoalan berdasarkan fakta dan kebenaran yang ada, bukan semata-mata berdasarkan sudut pandang atau kepentingan pribadi. Dengan demikian, individu yang percaya diri mampu mengambil keputusan secara adil dan rasional.
- 4) tanggung jawab diartikan sebagai kesediaan individu untuk menerima serta menanggung konsekuensi dari setiap tindakan atau keputusan yang diambil. Orang yang memiliki rasa percaya diri tidak mudah menyalahkan orang lain, tetapi berani mengakui dan memperbaiki kesalahan yang dilakukan.
- 5) Sikap rasional atau realistis tercermin dari kemampuan individu dalam menganalisis permasalahan secara logis, menggunakan pemikiran yang sesuai dengan akal sehat, serta menilai sesuatu berdasarkan kenyataan yang objektif. Dengan demikian, individu yang memiliki kepercayaan diri positif mampu menghadapi situasi

kehidupan dengan pemikiran yang matang, sikap yang seimbang, serta tindakan yang bertanggung jawab.

c. Ciri –Ciri Orang Yang Tidak Memiliki Kepercayaan Diri

Andiwijaya & Liauw, (2020) Individu dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah pada umumnya memperlihatkan sejumlah ciri psikologis tertentu. Mereka cenderung mudah merasa cemas, mengalami kegugupan yang berlebihan dalam situasi-situasi tertentu, serta memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri, baik dalam aspek fisik maupun nonfisik. Selain itu, individu dengan kepercayaan diri yang rendah sering kali tidak menyadari kelebihan dan meragukan kapasitas pribadinya, dan lebih sering berpikir secara pesimis terhadap hasil yang akan dicapai.

d. Indikator Kepercayaan Diri

Lauster dalam Andiwijaya & Liauw, (2020) kepercayaan diri dapat diukur melalui beberapa indikator berikut:

1) Keyakinan terhadap kapasitas Diri

Indikator 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

Indikator 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

Indikator 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.

e. Aspek – Aspek Kepercayaan Diri

Lauster dalam Rais, (2022) juga mengemukakan bahwa rasa percaya diri dapat dinilai berdasarkan sejumlah indikator, antara lain:

- 1) Rasa yakin terhadap potensi diri yakni rasa percaya seseorang terhadap potensi dan keahliannya dalam menyelesaikan suatu tugas atau permasalahan.
- 2) Optimisme, suatu pandangan positif tentang hari esok dan kepercayaan pada setiap upaya pasti berbuah kebaikan.
- 3) Sikap Realistis, yaitu kecakapan membaca diri dan situasi secara realistis tanpa dipengaruhi emosi atau pendapat subjektif.
- 4) Tanggung jawab, yakni kesediaan individu agar mampu menerima akibat dari keputusan yang dibuat.
- 5) Berpikir rasional dan realistis diartikan sebagai kemampuan berpikir secara logis dan menilai sesuatu selaras dengan keadaan yang sebenarnya.

f. Faktor – Faktor kepercayaan diri

Menurut Sitepu dalam Bulkani, (2018) rasa percaya diri individu ditentukan faktor dari dalam dan luar dirinya.

- 1) Faktor internal mencakup:
 - a) Pandangan terhadap diri yakni bagaimana seseorang melihat dirinya dan 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 berperan dalam memberikan pengetahuan serta keterampilan, sehingga mampu meningkatkan rasa percaya diri seseorang.
 - 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 rasa percaya diri seseorang.

g. Faktor – Faktor Kepercayaan Diri Rendah

Berdasarkan hasil penelitian Bulkani, (2018) rendahnya kepercayaan diri siswa disebabkan oleh kombinasi antara faktor dari dalam dan faktor luar.

- 1) Faktor internal:
- a) Konsep diri negatif, yakni cara pandang yang kurang baik dari seorang individu terhadap dirinya sendiri. yang muncul akibat

perlakuan negatif dari lingkungan sekitar, seperti ejekan atau cemoohan.

- b) Harga diri rendah, di mana individu merasa tidak mampu dan kurang berharga meskipun sebenarnya memiliki kemampuan yang baik.
- c) Kondisi fisik kurang ideal, seperti tubuh yang terlalu gemuk, kurus, atau memiliki kekurangan tertentu yang menimbulkan rasa malu dan menurunkan keyakinan diri.
- d) Pengalaman hidup yang kurang menyenangkan, seperti pengalaman sosial negatif yang membuat individu enggan berinteraksi dan menarik diri dari lingkungan.

2) Faktor eksternal:

- a) Pendidikan, walaupun nilai akademik cukup baik, siswa tetap merasa tidak mampu karena sudah memiliki konsep diri yang negatif.
- b) Pekerjaan atau hasil belajar, di mana pencapaian yang sebenarnya baik tidak meningkatkan rasa percaya diri karena individu tetap memiliki persepsi negatif terhadap dirinya.
- c) Lingkungan sosial, yang ditandai dengan kurangnya dukungan dan adanya perilaku mengejek dari teman sebaya

h. Dampak kepercayaan Diri terhadap perilaku

Kepercayaan diri merupakan psikologis yang memengaruhi bagaimana individu bereaksi terhadap tekanan sosial, mengambil

keputusan, dan menyesuaikan perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian Puji et al., (2024) mengungkapkan rasa percaya diri berhubungan langsung dengan kecenderungan berperilaku seseorang, individu dengan rasa percaya diri baik cenderung bersikap asertif, mampu menolak ajakan negatif, dan membuat keputusan yang adaptif, sedangkan, orang yang minim rasa percaya diri lebih gampang terseret ke dalam lingkaran pertemanan yang negatif serta perilaku berisiko (Puji et al., 2024).

i. Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Merokok

Lauster mengatakan dalam (Syifa, 2021) bahwa kebiasaan merokok pada remaja bukan hanya dampak dari lingkungan dan pergaulan sosial, tetapi turut dipengaruhi oleh kondisi mental individu, misalnya tingkat rasa percaya dirinya.. Ditinjau dari sisi psikologis, kepercayaan diri dapat dimaknai sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang ada pada dirinya sendiri. untuk bertindak mandiri, bertanggung jawab, serta menghadapi berbagai situasi tanpa disertai rasa cemas yang berlebihan Kepercayaan diri yang baik memungkinkan individu berpikir rasional, memiliki kontrol diri, dan mampu menolak ajakan yang bersifat negatif, termasuk perilaku merokok.

Menurut Fatchurahman, (2012) Individu yang rasa percaya dirinya kuat biasanya tidak gampang terseret oleh keadaan yang dianggap buruk oleh orang banyak. Hurlock (1980) dalam Fatchurahman, (2012) menguraikan yang percaya pada dirinya cenderung mampu

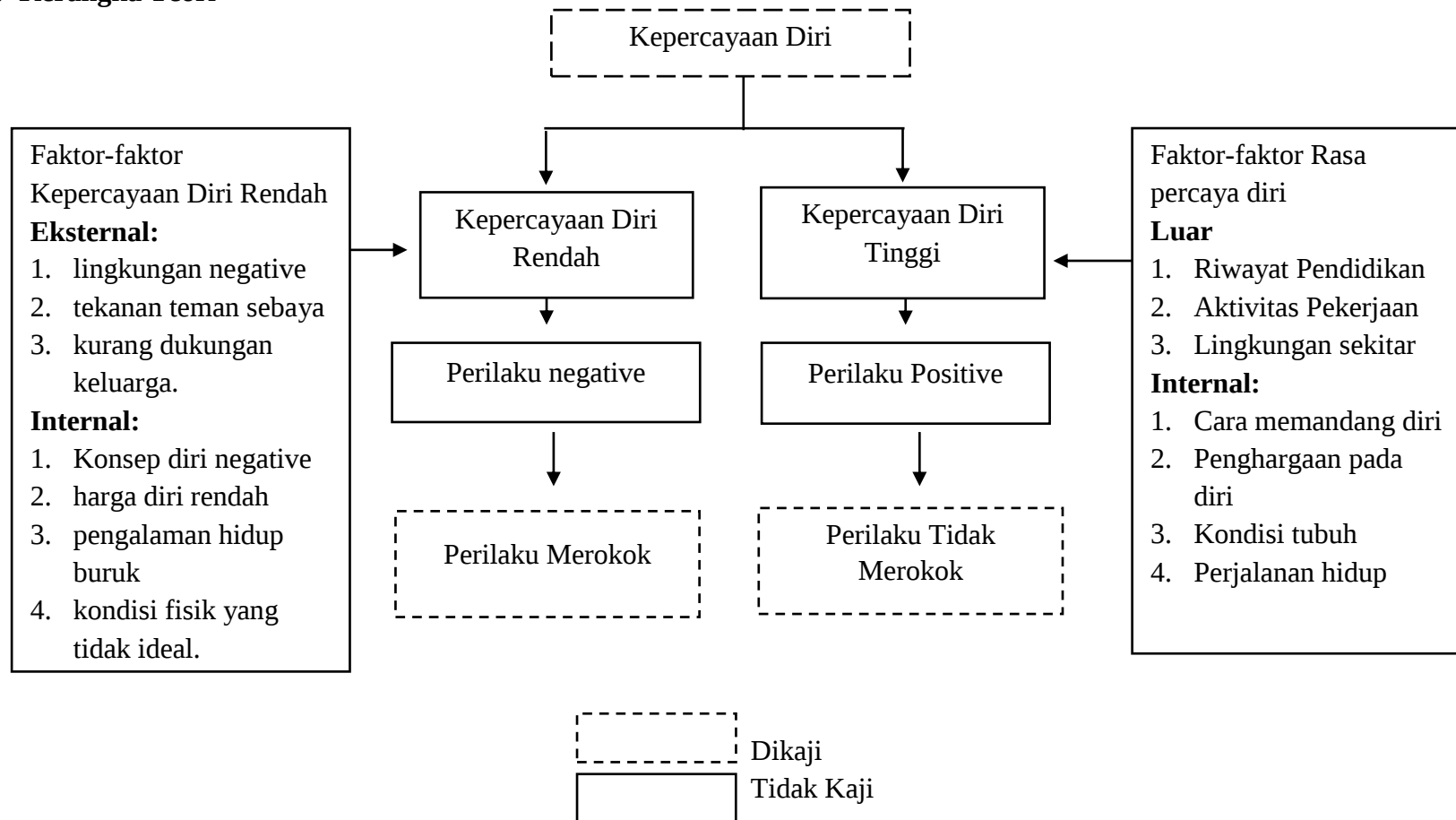
menunjukkan sudut pandang positif terhadap dirinya., menghargai kemampuan yang dimiliki, serta berupaya mencapai harapan dan keberhasilan hidupnya. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kontrol diri yang baik dan orientasi pada tujuan positif, sehingga individu tidak mudah terpengaruh oleh perilaku negatif di lingkungannya, termasuk kebiasaan merokok.

Penelitian Andiwijaya & Liauw, (2020) mengatakan individu yang rasa percaya dirinya rendah cenderung mudah merasa cemas, kurang yakin terhadap kemampuan diri, dan memiliki keinginan yang besar untuk diterima dalam kelompok sosialnya. Akibatnya, remaja lebih mudah terseret tekanan dari teman sebaya (peer pressure) dan lingkungan sosial yang memiliki kebiasaan merokok. Dalam hal ini, merokok sering kali menjadi cara bagi remaja untuk menunjukkan eksistensi diri, memperoleh pengakuan sosial, atau menutupi rasa tidak percaya diri

Penelitian Petrus dan Alfita (2022) menemukan adanya korelasi negatif yang signifikan kaitan rasa percaya diri dengan kebiasaan merokok pada remaja. Hal tersebut menegaskan bahwa ketika rasa percaya diri seseorang makin tinggi, semakin rendah kecenderungan individu tersebut untuk merokok. Hasil yang serupa juga ditemukan oleh Subakti (2018) remaja yang rasa percaya dirinya kurang percaya diri yang kuat lebih bisa menahan diri dari tindakan berisiko, seperti merokok. Adapun remaja yang rasa percaya dirinya kurang memiliki

kemungkinan lebih besar untuk terlibat merokok akibat lemahnya kemampuan menolak tekanan sosial dan keinginan untuk diterima oleh kelompok sebayanya.

B. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber: (Bulkani, 2018),(Harsanti & Wicaksono, 2017)(Puji et al., 2024).