

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### 1.1 Remaja

Kata remaja berasal dari bahasa Inggris "*teenager*" yakni manusia berusia 13-19 tahun. Remaja dalam bahasa Latin disebut "*adolescence*" yang artinya tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan (Ali, 2009). Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis.

Masa remaja merupakan suatu proses pertumbuhan yang terjadi secara bertahap dan merupakan masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa muda (Depkes, 2005). Menurut Depkes RI (2009), remaja masuk dalam rentang usia 12-16 tahun (remaja awal) dan 17-25 tahun (remaja akhir). Menurut Papalia, Old dan Feldman (2008), masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mengandung perubahan besar baik secara fisik, kognitif maupun psikososial. Menurut Soetjiningsih, (2004), masa remaja dimulai dengan pubertas, yaitu proses yang mengarah kepada kematangan seksual atau fertilitas (kemampuan untuk bereproduksi).

Biasanya, pada masa ini, individu seringkali menunjukkan tingkah laku yang sulit diatur, mudah terangsang, mudah emosional, dan berada dalam masa *storm* and *stress* (badai dan tekanan). Istilah *storm* dan *stress* ini muncul karena pada masa remaja, biasanya individu banyak

mengalami konflik dalam dirinya dan dalam lingkungannya (Sarwono, 2002).

### **2.1.1. Karakteristik Remaja**

Sebagai periode yang paling penting, masa remaja ini memiliki karakteristik yang khas jika dibandingkan dengan periode-periode perkembangan lainnya. Menurut Iskandarsyah (2006), karakteristik pada remaja di bagi menjadi 8 yaitu:

1. Masa remaja merupakan periode penting karena memiliki dampak langsung dan dampak jangka panjang bagi masa depan bagi perkembangan fisik dan psikologis individu. Secara fisik, pertumbuhan dan perkembangan akan berakhir di usia remaja akhir. Sementara psikologis, sikap yang konsisten dan penanaman secara “paten” terhadap nilai-nilai sosial dan munculnya rasa sensitif akan berlangsung pada masa ini.
2. Masa Remaja adalah masa peralihan. Periode ini menuntut seorang anak untuk meninggalkan sifat-sifat kekanak-kanakannya dan harus mempelajari pola-pola perilaku dan sikap-sikap baru untuk menggantikan dan meninggalkan pola-pola perilaku sebelumnya. Selama peralihan dalam periode ini, seringkali seseorang merasa bingung dan tidak jelas mengenai peran yang di tuntutan oleh lingkungan, misalnya pada saat individu menampilkan perilaku anak-anak maka mereka akan diminta untuk berperilaku sesuai dengan

usianya, namun pada kebalikannya jika individu mencoba untuk berperilaku seperti orang dewasa sering di katakan bahwa mereka berperilaku terlalu dewasa untuk usianya.

3. Masa Remaja adalah periode perubahan. Perubahan yang terjadi pada periode ini berlangsung secara cepat, perubahan fisik yang cepat membawa konsekuensi terjadinya perubahan sikap dan perilaku yang juga cepat. Terdapat lima karakteristik yang khas dalam periode ini yaitu, (a) peningkatan emosionalitas, (b) perubahan cepat yang menyertai kematangan seksual, (c) perubahan tubuh, minat dan peran yang dituntut oleh lingkungan yang menimbulkan masalah baru, (d) karena perubahan minat dan pola perilaku maka terjadi pula perubahan nilai, dan (e) kebanyakan remaja merasa biasa saja terhadap perubahan yang terjadi.
4. Masa Remaja adalah usia bermasalah. Periode ini membawa masalah yang sulit untuk di tangani baik bagi anak laki-laki maupun perempuan. Hal ini di sebabkan oleh dua alasan yaitu pertama, pada saat anak-anak sebagian masalah di selesaikan oleh orang tua atau guru, sedangkan sekarang individu di tuntut untuk bisa menyelesaikan masalahnya sendiri. Kedua, karena mereka dituntut untuk mandiri maka seringkali mereka menolak untuk dibantu oleh orang tua atau guru, sehingga yang timbul adalah kegagalan-kegagalan dalam menyelesaikan masalah tersebut.

5. Masa Remaja adalah masa pencarian identitas diri. Pada periode ini pergaulan terhadap kelompok sebaya yang memiliki peran penting bagi remaja. Mereka mencoba mencari identitas diri dengan cara berpakaian, berbicara dan berperilaku sebisa mungkin sama dengan kelompoknya. Salah satu cara untuk remaja meyakinkan dirinya yaitu dengan menggunakan simbol status seperti mobil, pakaian dan benda-benda lain yang dapat dilihat oleh orang lain.
6. Masa Remaja adalah usia yang ditakutkan. Masa remaja ini seringkali ditakuti oleh individu itu sendiri dan lingkungan. Gambaran-gambaran negatif yang ada di pikiran masyarakat mengenai perilaku remaja mempengaruhi cara mereka berinteraksi dengan remaja. Hal ini membuat remaja itu sendiri merasa takut untuk menjalankan perannya dan enggan meminta bantuan orang tua atau guru untuk memecahkan masalahnya.
7. Masa Remaja adalah masa yang tidak realistis. Remaja memiliki kecenderungan untuk melihat hidup secara kurang realistis, mereka memandang dirinya dan orang lain sebagaimana mereka inginkan dan bukannya sebagai dia sendiri. Hal ini terutama terlihat pada aspirasinya, aspirasi yang tidak realistis ini tidak sekedar untuk dirinya sendiri namun bagi keluarga dan teman. Semakin tidak realistis aspirasi mereka maka akan semakin marah dan kecewa apabila aspirasi tersebut tidak dapat mereka capai.

8. Masa Remaja adalah awal dari masa dewasa. Pada saat remaja mendekati masa dimana mereka dianggap dewasa secara hukum, mereka merasa cemas dan menciptakan kesimpulan bahwa mereka mendekati dewasa. Mereka merasa bahwa berpakaian dan berperilaku seperti orang dewasa sering kali tidak cukup, sehingga mereka mulai untuk memperhatikan perilaku atau simbol yang berhubungan dengan status orang dewasa seperti merokok, minum, menggunakan obat-obatan bahkan melakukan hubungan seksual.

### **2.1.2 Tugas Perkembangan Remaja**

Perkembangan anak merupakan suatu proses yang sangat penting untuk diikuti. Perkembangan anak meliputi beberapa aspek mulai dari perkembangan fisik (berat badan dan tinggi badan), perkembangan mental, hingga memiliki kemampuan baru di setiap tahapan usia.

Setelah masa bayi, manusia akan memasuki tahapan anak-anak, remaja, dewasa, dan tua. Anak-anak akan berkembang menjadi dewasa. Masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa dikenal dengan masa remaja (pubertas).

Pada tahap ini individu bukan lagi anak-anak tetapi belum menjadi dewasa. Tugas perkembangan pada tahap ini adalah mencari hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita, menemukan jati diri sebagai

individu yang terpisah dari keluarga asal dan menjadi bagian dari lingkungan sosial yang lebih luas. Oleh karena itu, wajar bila ditahap ini ada kesetiaan dan ketergantungan pada teman.

## 1.2 Perilaku

Perilaku adalah suatu kegiatan rutinitas yang dilakukan oleh seseorang (manusia), seperti: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku tersebut dapat terjadi secara langsung dan tidak langsung (Notoatmodjo, 2003). Berdasarkan bentuk respon terhadap stimulus ini, maka perilaku dapat dibedakan menjadi dua (Notoatmodjo, 2003), yaitu:

1. Perilaku Tertutup, yaitu respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tertutup. Dan respon ini hanya terjadi pada orang yang menerima stimulus, sehingga tidak bisa diamati secara jelas oleh orang lain.
2. Perilaku Terbuka, yaitu respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk terbuka (nyata). Respon ini terjadi secara nyata, sehingga bisa dilihat secara jelas oleh orang lain.

Perilaku merupakan fungsi dari karakteristik individu dan lingkungannya. Karakteristik individu yang dimaksud antara lain yaitu: motif, nilai-nilai, sifat, keperibadian, dan sikap yang saling berinteraksi antara satu sama lain dan kemudian berinteraksi juga

dengan faktor-faktor lingkungan dalam menentukan perilaku. Faktor lingkungan memiliki kekuatan besar dalam menentukan perilaku, bahkan kekuatannya lebih besar dari karakteristik individu (Azwar, 2010).

Kaitannya dengan fenomena merokok, perilaku merokok remaja telah umum dijumpai. Hal ini bukan hanya dijumpai pada orang dewasa, namun dapat juga dijumpai pada kalangan remaja. Hal ini mungkin dapat terjadi karena rokok bisa didapatkan dengan mudah dan dapat diperoleh dimana pun juga. Selain itu juga karena kelalaian orang tua dalam mendidik serta mengawasi anaknya di dalam maupun di luar rumah.

Menurut (Mu'tadin, 2002) perilaku merokok berdasarkan intensitas merokok membagi jumlah rokok yang dihisapnya setiap hari, yaitu:

1. Perokok sangat berat adalah perokok yang mengonsumsi rokok lebih dari 31 batang dengan selang waktu lima menit tiap harinya setelah bangun tidur di pagi hari.
2. Perokok berat adalah perokok yang menghabiskan 21-30 batang rokok setiap hari dengan selang waktu merokok berkisar 6-30 menit setelah bangun tidur di pagi hari.
3. Perokok sedang adalah perokok yang mengonsumsi rokok cukup yaitu 11-21 batang per hari dengan selang waktu 31-60 menit setelah bangun tidur pagi hari.

4. Perokok ringan adalah perokok yang mengonsumsi rokok jarang yaitu sekitar 10 batang per hari dengan selang waktu 60 menit dari bangun tidur pagi.

Adapun 4 tipe perilaku merokok menurut Tomkins dan Wismanto dan Sarwo (2007) berdasarkan *Management of affect theory*, yaitu:

1. Tipe perokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif. Tipe ini menunjukkan bahwa rokok memberikan rasa nyaman, senang dan gembira.
2. Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif. Tipe ini menunjukkan bahwa rokok sebagai penyelamat. Misalnya bila marah, cemas, ataupun gelisah rokok digunakan untuk mengurangi perasaan negatifnya.
3. Perilaku merokok yang adiktif. Pada tipe ini bagi mereka yang kecanduan akan cenderung untuk menghisap rokok setiap saat dalam jumlah yang banyak.
4. Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan. Sehingga pada tipe seperti ini merokok sudah menjadi kebiasaan rutin.