

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Semua manusia akan berkembang sesuai pada tahapan perkembangan di setiap fase kehidupannya. Remaja yaitu salah satu dari sekian fase perkembangan manusia, fase remaja adalah tahapan yang akan dilalui sebelum beralih menjadi dewasa. Fase remaja berlangsung dari umur 12-21 tahun.¹ Pada fase remaja mereka akan mengalami yang disebut masa peralihan yaitu dari fase anak-anak menuju dewasa, dimana terdapat perubahan yang mengikuti seperti perubahan sosial, hormonal, fisik maupun psikologis.² Dengan adanya beberapa aspek kehidupan remaja yang berubah, akan menimbulkan rasa ketidaknyamanan dan cemas, akibatnya fase remaja ini disebut sebagai masa yang penuh tekanan.³

Fase remaja penuh dengan badai dan tekanan, membuat dikalangan remaja juga rawan dijumpai perilaku yang menyimpang, perilaku menyimpang diartikan sebagai setiap perilaku yang tidak berhasil ketika individu mencoba untuk menyesuaikan dirinya dengan kehendak atau norma di masyarakat.⁴ Selain perilaku menyimpang, para remaja juga rentan terhadap perilaku yang beresiko yang dapat

¹ Monks. *Pengantar Psikologi Perkembangan*. Jogjakarta : Gajah Mada University Press, 2008

² Jose RL Batubara, *Adolescent Development (Perkembangan Remaja)*, Sari Pediatri, Vol. 12 No. 1, Juni 2010, h.21

³ Khoirul Bariyyah dan M Farid, Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja, *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol.5 No.2, Mei 2016 h. 137

⁴ Suyanto, *Perilaku Menyimpang Dalam Perspektif Sosiologis*, Universitas Negri Yogyakarta, h. 1

mengganggu kesehatan jasmani dan rohaninya contohnya adalah merokok di kalangan remaja.⁵

Negara ASEAN adalah kawasan dengan 10% dari seluruh perokok di dunia dengan 20% penyebab kematian akibat dari konsumsi tembakau. Data BPSI menyebutkan bahwa Indonesia merupakan negara dengan presentase perokok terbanyak di kawasan ASEAN (lebih dari 50 %).⁶ Menurut data dari Badan Pusat Statistik presentase perokok di Indonesia pada prevalensi umur 13-15 tahun pada tahun 2021 sampai 2022 mengalami peningkatan, dari angka 1,44 menjadi 1,45.⁷

Turun ke tingkat provinsi daerah Jawa Timur berada di urutan ke-7 dari 15 provinsi Indonesia. Pada tahun 2021-2022 pada prevalensi perokok umur lebih dari 15 tahun turun 2 persen dari 28,53 menjadi 28,51. Turun pada tingkat pelajar riset dari Indonesia Institute for Social Developmental (IISD) dan Ikatan Pelajar Muhammadiyah pada tahun 2022 didapatkan hasil 27,765 pelajar SMP dan SMA pernah merokok dan sebanyak 10,67% pelajar sudah aktif merokok setiap harinya.⁸

Menurut data dari *Global Youth Tobacco Survey* 2014 dan 2019 dikatakan bahwa dalam 5 tahun terakhir perokok pelajar usia 13-

⁵ Fina Idamatus Silmi dkk, *Analisis Kebutuhan Pendidikan Pencegahan Perilaku Beresiko Pada Remaja di Kabupaten Magelang*, Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia Vol.15 No. 2 Agustus 2020. h. 51

⁶ Fitri Almaidah dkk, *Survey Faktor Penyebab Perokok Remaja Mempertahankan Perilaku Merokok*, Jurnal Farmasi Komunitas 2021, Vol. 8 No.1 h. 21

⁷ Badan Pusat Statistik Indonesia 2021

⁸ Institute for Social Developmental (IISD) 2022

15 tahun meningkat dari 18,3% menjadi 19,2%. Selain itu 6 dari 10 pelajar berusia 13-15 tahun terpapar asap rokok di dalam rumah, 7 dari 10 pelajar usia 13-15 tahun terpapar rokok di tempat umum, sedangkan 1 dari 2 pelajar usia 13-15 tahun melihat orang merokok di sekolah. Lebih lanjut Kemenkes menyatakan pada tahun 2019 data pelajar kelompok usia 13-15 tahun untuk pengguna tembakau meliputi 19,2% pelajar, 35,6% anak laki –laki dan 3,5% anak perempuan menggunakan tembakau.

Melihat fakta yang ada, dapat dilihat bahwa merokok sudah dilakukan mulai usia remaja antara umur 13-15 tahun, fenomena merokok pada remaja siswa ini bukanlah hal yang sulit untuk ditemui. Tidak hanya di kota-kota besar tapi remaja yang merokok juga dapat dilihat di kota-kota kecil, Meskipun di sisi lain fenomena perokok bagi remaja dianggap tabu, tidak lazim, dan masih belum bisa diterima oleh masyarakat. Remaja yang merokok pasti terdapat alasan yang melatar belakangnya yaitu antara lain rasa penasaran, stress, cuaca, rasa malu ketika teman-temannya merokok tapi dia tidak merokok sendiri, membangun image tertentu, mampu dalam ekonominya.⁹

Nikotin pada rokok dapat mempengaruhi kinerja dari otak sehingga bisa memicu ketergantungan yang nantinya bisa mengubah cara

⁹ Muh Rafiq Salasa dkk, *Fenomena Siswa Perokok (Studi Kasus di SMA Negeri 3 Demak)*, Solidarity, Journal of Education, Society and Culture2 (1) 2013, h. 28

individu dalam berfikir dan berperilaku.¹⁰ Sebagian besar perokok akan merasakan efek peningkatan dopamin sebagai rasa ketenangan bahagia atau nyaman, tetapi hal ini membuatnya kesulitan menenangkan pikirannya ketika tidak merokok. Jika hal itu terjadi, maka perokok akan menggunakan rokok tanpa henti. Tanpa disadari perokok akan mudah agresif dan mudah marah saat menahan keinginannya untuk merokok. Hal ini pasti akan berpengaruh terhadap kehidupan sosialnya yang justru akan membuatnya stres dan memicu perubahan dalam perilaku yang lebih parah.

Dilihat dari kaca pendidikan terdapat tiga ranah yang bisa digunakan yaitu ranah kognitif, afektif dan psikomotor. Emosi termasuk ke dalam ranah afektif. Aspek afektif ini berhubungan dengan perasaan, emosi, sistem nilai dan sikap hati.¹¹ Individu akan dapat melakukan pengamatan atau tanggapan positif pada suatu objek ketika disertai dengan emosi positif dan berlaku sebaliknya.¹² Dari uraian tersebut menandakan bahwa emosi turut berperan dalam mempengaruhi tanggapan atau tindakan dari individu.

Emosi merupakan reaksi individu terhadap suatu kejadian, tetapi dorongan dari emosi ini dapat menjadikan pendorong perilaku yang positif atau bahkan sebaliknya.¹³ Penjelasan diperkuat lagi

¹⁰ Jaya, M. 2009. *Pembunuh Berbahaya Itu Bernama Rokok*. Yogyakarta: Penerbit Rizma

¹¹ Ina Magdalena, *Tiga Ranah Taksonomi Bloom Pada Pendidikan*. Journal Edukasi dan Sains. Vol 2, No 1, Juni 2020. h. 133

¹² Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*.(Jakarta. PT Aksara. 2014) h. 62

¹³ Timoteus Yvanuario Jonta, *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan Kenakalan Remaja* , Skripsi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, 2018, h. 4

dengan kajian dari Randal B. Brown bahwa emosi dapat mempengaruhi sikap, motivasi, perilaku, dan interaksi kita dengan orang lain disekitar kita.¹⁴ Selain daripada itu emosi juga turut membentuk suatu keputusan dan hasilnya adalah berupa perilaku.¹⁵ Memahami emosi dan belajar bagaimana memanfaatkanya adalah sebuah ketrampilan, memanfaatkan mengacu pada proses merasakan emosi, mengenali dorongan dan memilih hasil yang menguntungkan. Proses ini dapat membantu individu untuk bisa bertindak seperti memahami dampak baik atau buruk ketika dihadapkan pada suatu keadaan.

Emosional merujuk pada suatu perasaan dan pemikiran yang unik, yaitu suatu keadaan biologis dan psikologis serta serangkaian untuk bertindak. Masa remaja adalah masa puncak emosionalitas (perkembangan emosi yang tinggi) dimana pada masa remaja awal ini perkembangan dari sisi emosionalnya menunjukkan sifat sensitif, reaktif terhadap peristiwa dan emosi bersifat temperamental atau negative.¹⁶ Sehingga dibutuhkan kecerdasan dalam sisi emosional pada fase remaja untuk menyeimbangkan emosionalitasnya.

Kecerdasan diperlukan untuk memandu pikiran dan perilaku ketika dihadapkan kepada situasi. Dengan adanya kecerdasan individu dapat mengarahkan emosinya kepada keputusan dan perilaku yang tepat. Kecerdasan yaitu keseluruhan dari kapasitas seorang individu

¹⁴ Randal B Brown, *Emotion and Behavior : Exercises in Emotional Intelligence*, Journal of Management Education, Vol. 27 No. 1, February 2003, h.122

¹⁵ Ibid.

¹⁶ Syamsu Yusuf. *Psikologi Perkembangan Anak Remaja*. PT Remaja Rosdakarya. h. 196

untuk dapat berperilaku dengan sengaja, berfikir secara rasional dan menghadapi lingkungan dengan aktif.¹⁷ Kecerdasan yang dimaksud disini adalah kecerdasan emosional. Adapun pengertian dari kecerdasan emosional ini adalah suatu kemampuan untuk memantau perasaan dan emosi diri sendiri serta orang lain, dapat membedakan emosi serta menggunakan informasi tentang emosi untuk memandu proses dalam berfikir dan bertindak.¹⁸ Mereka yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dapat mengambil keputusan dan bisa memilih tindakan yang tepat pada saat situasi krisis dan mendesak.¹⁹

Memulai merokok didalamnya terdapat beberapa proses yang kompleks seperti melibatkan persepsi, interpretasi, kesadaran akan pilihan, menimbang serta menilai, suatu keputusan. Karena ketrampilan dalam pemrosesan emosional ini masuk ke dalam bagian kecerdasan emosional maka diduga bahwa kecerdasan emosional yang tinggi mampu menahan resiko persepsi konsekuensi sosial dari merokok.²⁰ Adapun bagian kecerdasan emosional yang paling berpengaruh dalam motivasi merokok adalah regulasi emosi. Peran regulasi emosi pada kecerdasan emosional ini menjadi konseptualisasi dari ketergantungan merokok. Regulasi emosi yaitu kemampuan dalam menangani perilaku serta bagaimana individu dapat mengendalikan

¹⁷ Peter Salovey and John D Mayor. *Emotional Intelligence*. Baywood Publishing Co., Inc. Vol 9 (3). h. 186

¹⁸ Ibid. h. 189

¹⁹ M Hendra Setia Lesmana, *Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Siswa Kelas IX SMPN 3 Gading Probolinggo*, Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya, 2016, h. 4

²⁰ Trinidad dkk. 2005, *Emotional Intelligence And Acculturation To Be United States: Interaction On The Perceived Social Consequences Of Smoking In Early Adolescents*. Tailor and Francis Inc. h. 1698

emosinya menuju perilaku yang lebih positif dan sehat. Serta pada setiap individu mempunyai strategi yang berbeda beda dalam mereglasi emosinya.

Kecerdasan emosional melibatkan kemampuan mengenali, memahami, mengatur dan mengelola emosi, kemampuan ini sangat penting dalam pengambilan keputusan sehingga akhirnya individu tersebut bisa memahami konsekuensi yang ada di baliknya. Individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi bisa mengetahui emosi yang ada pada dirinya dan orang lain, bisa menahan diri dan bisa bersifat empatik sehingga membuat orang lain merasa nyaman, dan senang bergaul denganya. Sebaliknya mereka yang memiliki kecerdasan emosional tergolong rendah lebih menarik diri dari sosial, kurang bersemangat, suka menyendiri, sering cemas, depresi, dan memiliki peluang berperilaku agresif.²¹

Remaja yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi tidak mudah terbawa oleh arus emosi. Mereka tidak merespon suatu peristiwa dengan reaktif tetapi dengan pertimbangan dan memantaunya dengan matang-matang, dengan begitu dapat meminimalisir perilaku yang nantinya dapat merugikan dirinya sendiri dan sukses pada kehidupan personalnya.²² Sebuah temuan dari penelitian Mayer dalam Edith mengungkapkan hasil bahwa individu yang memiliki kecerdasan

²¹ Ibid, h. 4

²² Goleman, D. (2016). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama

emosional yang tinggi dapat menjaga suasana hati, dapat mengatur emosi, serta menangkal beberapa bahaya dalam kehidupannya.²³

Individu yang mampu mengendalikan emosinya secara baik akan mampu menemukan cara yang tepat dalam mengelola emosi mereka yang sedang terganggu, dan menyalurkan melalui cara-cara yang bermanfaat. Individu dengan kecerdasan emosional yang baik akan dapat mengendalikan diri, menempatkan dirinya sesuai situasi yang dihadapi, dapat memahami diri sendiri, memotivasi diri dan memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan individu lain.

Remaja yang memiliki kondisi jiwa yang labil, terkadang memilih untuk melarikan diri dari kesulitan hidup atau konflik batin dengan menggunakan beberapa hal seperti narkoba, minuman keras, ganja, heroin, termasuk rokok sebagai jalan untuk penenang dari rasa kerisauan mereka.²⁴ Hal itu mereka lakukan karena mereka merasa tidak sanggup menyelesaikan berbagai macam permasalahan atau tekanan yang menimpa. Salovey menyebutkan bahwa kegagalan seseorang dalam manajemen kondisi emosi dapat menimbulkan pengaruh yang negatif yang signifikan terhadap kesehatan, seperti mereka akan mengatasi dengan cara merokok atau minum dan makanan yang berlemak sehingga menyebabkan gangguan kesehatan dalam jangka panjang.²⁵ Berdasarkan pemaparan di atas diketahui penting bagi remaja dimasa pengembangan

²³ Edith Claros dan Manoj Sharma, *The Relationship Between Emotional Intelligence and Abuse of Alcohol, Marijuana and Tobacco Among College Student*, h. 12

²⁴ Siti Sya'baniyah, *Hubungan Kepercayaan Diri dan Kecerdasan Emosi Dengan Perilaku Merokok*. Psikoborneo, 2018. Vol. 6, No. 2. h. 217

²⁵ Tsaouis, I., & Nikolaou, I. "Exploring the Relationship Of Emotional Intelligence With Physical And Psychological Health Function". *Stress And Health*, 2015, h. 77-87

emosinya untuk melatik atau meningkatkan kecerdasan emosinya sehingga tidak berujung pada perilaku yang membahayakan serta lebih berhati hati dalam mengambil keputusan.

Fenomena yang terjadi di SMPN 1 Rejotangan Tulungagung dapat dilihat dari studi pendahuluan bersama guru BK dan siswa yang merokok. Wawancara pendahuluan bersama tiga siswa (RN, AD, WN) didapatkan hasil bahwa mereka memiliki kebiasaan merokok yang sudah dimulai semenjak kelas 4 SD, teridentifikasi terdapat siswa (AD, RY dan AA) yang belum mampu dalam mengontrol pemakaian rokok yang berlebihan dimana ia mengkonsumsi 12-16 batang rokok dalam sehari ketika dalam keadaan tertekan dan stres. Serta terdapat siswa (NT dan AN) yang mengatakan mereka sulit menolak tawaran merokok dari temanya. Sedangkan wawancara bersama guru BK mereka mengatakan bahwa “terkadang ketika guru BK mengadakan razia, beberapa anak kedapatan tengah membawa rokok di dalam tasnya”. Menurut guru BK SMP sejumlah siswa memang sudah memiliki kebiasaan merokok namu mereka akan merokok di luar sekolah.

Berdasarkan pemaparan studi pendahuluan diatas, dapat terlihat identifikasi masalah yang ada yaitu adanya penyimpangan sosial dalam perilaku merokok yang dilakukan oleh sebagian siswa SMPN 1 Rejotangan. Maka dari itu dari identifikasi permasalahan diatas timbul suatu pertanyaan yakni apakah kecerdasan emosional memiliki hubungan dengan perilaku merokok, Sesuai dengan permasalahan yang terjadi maka peneliti tertarik untuk membuat penelitian berjudul

“Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Perilaku Merokok Pada Siswa Laki-Laki SMPN 1 Rejotangan Tulungagung”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah diuraikan, maka rumusan masalah untuk penelitian ini adalah

1. Bagaimana tingkat kecerdasan emosional pada remaja laki-laki di SMPN 1 Rejotangan Tulungagung?
2. Bagaimana tingkat perilaku merokok pada remaja laki-laki di SMPN 1 Rejotangan Tulungagung?
3. Bagaimana hubungan antara tingkat kecerdasan emosional dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di SMPN 1 Rejotangan Tulungagung?

C. Tujuan Penelitian

Dengan adanya rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini meliputi:

1. Mengidentifikasi tingkat kecerdasan emosional pada siswa laki-laki SMPN 1 Rejotangan Tulungagung.
2. Mengidentifikasi tingkat perilaku merokok pada siswa laki-laki SMPN 1 Rejotangan Tulungagung.
3. Menganalisis hubungan antara tingkat kecerdasan emosional dengan perilaku merokok pada siswa laki-laki SMPN 1 Rejotangan Tulungagung.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah dalam sebuah penelitian, adapun hipotesis penelitian ini sebagai berikut:

1. Ho : Tidak adanya hubungan negatif antara tingkat kecerdasan emosional dengan perilaku merokok pada siswa laki-laki SMPN 1 Rejotangan Tulungagung.
2. Ha : Adanya hubungan negatif antara tingkat kecerdasan emosional dengan perilaku merokok pada siswa laki-laki SMPN 1 Rejotangan Tulungagung.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk beberapa pihak, adapun manfaat dari penelitian ini, meliputi :

1. Manfaat Teoritis

Bagi pengembangan ilmu diharapkan untuk dapat menjadi tambahan dalam mengembangkan ilmu di bidang bimbingan konseling yang berhubungan dengan tingkat kecerdasan emosional remaja dan dibidang bimbingan konseling pada khususnya

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru BK

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi pihak guru BK sebagai masukan dalam menangani serta membina siswa yang merokok.

b. Bagi Orang Tua

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan masukan bagi orang tua agar lebih memberikan pengarahan kepada anaknya terkait bahaya merokok serta memilihkan lingkungan yang tepat untuk anak-anaknya.

c. Bagi Siswa

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah informasi bagi siswa agar tidak terpengaruh ke dalam perilaku merokok.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan atau bahan untuk dikembangkan lebih lanjut, serta referensi pada penelitian yang sejenis.

F. Asumsi dan Batasan Penelitian

Agar penelitian ini dapat terarah dan tidak melenceng dari berbagai masalah maka peneliti hanya membahas mengenai hubungan antara tingkat kecerdasan emosional dengan perilaku merokok pada subjek siswa SMP 1 Rejotangan Tulungagung. Dengan adanya penelitian ini diharap bisa memberikan informasi dan mencegah serta menangani perilaku merokok di kalangan remaja.

1. Batasan

a. Ruang Lingkup Objek Penelitian

Ruang lingkup objek penelitian ini adalah hubungan antara kecerdasan emosional dengan perilaku merokok pada siswa laki-laki SMPN 1 Rejotangan Tulungagung.

2. Ruang Lingkup Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa SMP 1 Rejotangan Tulungagung, sampel yang diambil adalah siswa laki-laki kelas VII, VIII, IX yang memenuhi kriteria

3. Ruang Lingkup Tempat dan Waktu

Tempat penelitian dilakukan di SMP 1 Rejotangan, waktu penelitian dilakukan pada 29-31 Mei 2023, dan diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadikan pemahaman baru serta bahan evaluasi bagi pihak terkait.

G. Definisi Operasional

Definisi operasional dimaksudkan untuk menghindari kesalahan fahaman dan penafsiran yang berkaitan dengan istilah istilah dalam judul skripsi. Sesuai dengan judul penelitian yaitu “Hubungan Tingkat Kecerdasan Emosional dengan Kecenderungan Perilaku Merokok pada Siswa Laki-Laki di SMP Negeri 1 Rejotangan Tulungagung” maka definisi operasional yang perlu dijelaskan, yaitu:

1. Kecerdasan Emosional

Istilah kecerdasan emosional digambarkan sebagai sebuah kemampuan dalam mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosional ini didalamnya terdapat lima aspek meliputi kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Pada penelitian ini yang diukur adalah seberapa tinggi skor dari kecerdasan emosional dilihat dari aspek yang dikemukakan oleh Goleman.

2. Perilaku Merokok

Perilaku merokok yaitu yaitu sebuah aktifitas atau kegiatan mengisap rokok dengan cara membakar rokok pada salah satu ujungnya dan dibiarkan membara agar asapnya bisa terhirup melalui mulut pada ujung lainnya. Klasifikasi perokok pada penelitian ini adalah perokok aktif yang mana dibagi menjadi tiga ak yaitu perokok berat menghisap lebih dari 15 batang sehari, perokok sedang menghisap 5-14 batang sehari dan perokok ringan menghisap 1-4 dalam sehari. Adapun perilaku merokok ini berdasarkan skor dari skala perilaku merokok Glover, didalamnya terdapat beberapa aspek meliputi cara menikmati rokok, perasaan atau persepsi

terhadap rokok, dan hubungan perokok dan rokok. Semakin tinggi skor dari skala perilaku merokok maka perilaku subjek juga semakin tinggi dan sebaliknya. Perilaku merokok ada penelitian ini mengidentifikasi perilaku ketergantungan nikotin yang dilihat dari perilakunya