

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Tinjauan Teori**

##### **A. Harga Diri**

###### **1. Definisi**

Harga diri adalah seseorang yang menilai terhadap dirinya sendiri, berdasarkan dengan kesamaan dari tingkah laku yang di miliki orang tersebut sesuai dengan ideal dirinya. Seseorang yang memiliki level harga diri yang rendah di karenakan dari konsep diri dan ideal diri yang berbeda yang besar. Sebaliknya jika seseorang memiliki kesamaan yang sangat besar dari konsep diri dan ideal dirinya maka level harga dirinya semakin tinggi (Stuart, 2013). Seseorang yang memiliki harga diri tinggi apabila dia bisa menghargai dirinya sendiri dan orang lain dapat menghargainya. Harga diri dapat di tingkatkan apabila mereka merasa dihargai, diterima di masyarakat, dicintai oleh semua orang dan dihormati (Potter & Perry, 2005).

###### **2. Tingkat Harga Diri**

###### **a. Harga diri tinggi**

Harga diri tinggi merupakan dasar dari konsep diri yang memiliki kepositifan lebih besar dan merupakan elemen yang paling penting bagi seseorang yang menginginkan keberhasilan. Seseorang yang memiliki harga diri tinggi maka dia memiliki kekuatan kepribadian yang sangat luar

biasa dan dapat melakukan apa saja dengan kesuksesan luar biasa di dalam hidupnya. Semakin besar seseorang menghargai dan menyukai dirinya sendiri, maka akan sangat baik pula di dalam dia mengerjakan sesuatu. Peran di kehidupan yang mempengaruhi harga diri tinggi antara lain: keyakinan terhadap dirinya sangat besar, prestasi yang sangat baik, melakukan sesuatu dengan penuh tanggung jawab, berani untuk menuju kesuksesan, disiplin, memiliki perilaku yang aktif, dan memiliki tingkat energi yang besar (Gunawan & Setyono, 2007).

b. Harga diri sedang

Karakter harga diri sedang hampir menyerupai dengan harga diri tinggi, terutama dalam sikap, perilaku dan kualitas. Seseorang dengan harga diri sedang lebih cenderung untuk memanding diri bahwa dia lebih baik dari kebanyakan orang, dan tidak merasa baik terhadap individu lain yang dia anggap luar biasa (Gunawan & Setyono, 2007).

c. Harga diri rendah

Karakter untuk harga diri rendah adalah dimana seseorang memiliki gambaran negative yang berada di dalam dirinya. Ada pun karakteristik yang mempengaruhi individu dengan harga diri rendah: berkurangnya kontak mata, pasif, takut untuk mencoba hal baru, individu berekspresi dengan rasa malu, tidak mampu untuk menghadapi sebuah peristiwa, selalu bergantung terhadap orang lain dan seterusnya (NANDA, 2010).

### 3. Indikator Harga Diri

Menurut Santrock (2007) harga diri dapat diukur melalui perilaku seseorang, yaitu; negatif dan positif. Berikut ini adalah beberapa indikator yang dilakukan untuk mengukur harga diri dari perilaku melalui observasi :

**Tabel 2.1.** Indikator Harga Diri

Positif		Negatif	
1	Lancar tidak ada keraguan dalam berbicara.	1	Membiarkan kesalahan terjadi begitu saja.
2	Memulai pembicaraan yang sopan dan ramah kepada orang lain.	2	Berbicara dengan nada yang tidak terkontrol : berbicara keras, kasar dan dogmatik.
3	Mempertahankan pandangan mata dengan orang lain saat sedang berbicara.	3	Merendahkan orang lain dengan cara mengejek bergosip dan memanggil nama secara langsung.
4	Memandang orang yang sedang mengajak atau diajak berbicara.	4	Lebih banyak menyombongkan pencapaian prestasi, penampilan dan keterampilan.
5	Menjaga jarak yang sangat nyaman antara dirinya dan orang lain.	5	Selalu menghindari kontak fisik atau melakukan sentuhan yang tidak pada tempat yang seharusnya.
6	Bekerja dengan sangat kooperatif di sebuah kelompok.	6	Menggunakan bahasa tubuh yang berlebihan atau di luar konteks yang ada.
7	Duduk berdampingan dengan orang lain selama atau sedang melakukan aktivitas sosial.	7	Merendahkan atau menjatuhkan diri sendiri secara verbal.
8	Aktif dalam setiap mengungkapkan pendapat.		
9	Dapat mengontrol kualitas dari nada suara sesuai dengan kondisi yang ada.		
10	Memberikan perintah maupun pengarahan dengan cara yang baik kepada orang lain.		

### 4. Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri

#### a. Kondisi Fisik

Kondisi fisik dapat mempengaruhi kepercayaan diri dari seorang individu. Seseorang individu dengan kondisi fisik yang baik akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi dari pada individu yang kondisi fisiknya kurang baik (Terwoto, 2010).

b. Keluarga

Peran sebuah keluarga sangat mempengaruhi harga diri seorang anak. Dalam pertama kalinya seorang anak akan belajar untuk mengenal orang tua yang telah mendidik dan membesarkannya serta sebagai bahan sosialisasi dalam hidup bermasyarakat di dunia luar. Dengan cara keluarga berperilaku adil dan mendidik yang demokratis kepada anaknya maka akan meningkatkan harga diri dari anak tersebut, memberikan kepada anak kesempatan untuk lebih aktif (Ghufron & Risnawati, 2010).

c. Kondisi Kesehatan

Gangguan kesehatan (sakit) juga dapat mempengaruhi harga diri pada individu dan keluarga (Ghufron & Risnawati, 2010).

d. Lingkungan

Santrock, (2003) mengatakan lingkungan dapat memberikan dampak yang baik antara remaja dengan orang tua, teman sebayanya, dan lingkungan sekitar dapat meningkatkan kepercayaan dalam penerimaan harga diri dan penerimaan social. Terbentuknya harga diri yang baik di hasilkan dari interaksi seorang individu dengan lingkungan, penerimaan, penghargaan dan perilaku orang lain terhadap individu bersangkutan.

e. Prestasi

Remaja akan memiliki harga diri yang sangat tinggi ketika mereka mendapat komponen yang mereka anggap penting. Komponen yang di

anggap penting oleh remaja antara lain adalah keterampilan di bidang akademis. Memiliki prestasi yang bagus juga dapat meningkatkan harga diri yang tinggi pada remaja (Santrock, 2003).

f. **Pengalaman Masa Lalu**

Jika di masa lalu individu memiliki pahitnya hidup, rintangan, frustrasi dan konflik yang pernah di alaminya di masa yang lalu, ini merupakan kegagalan penyesuaian diri di waktu dewasa. Sebaliknya jika seseorang mendapat banyak keberhasilan dan kebahagiaan dalam penyesuaian nya saat masa kanak-kanak maka individu tersebut akan melewati rintangan tersebut dengan positif dan optimis (Willis, 2012).

## **B. Perilaku Merokok**

### **1. Definisi**

*a) Rokok*

Rokok adalah suatu zat adiktif yang berbahaya bagi kesehatan penggunanya dan masyarakat yang berada di sekitarnya (PP.RI.No.19, 2003). Peraturan Pemerintah (PP) No. 19 tahun 2003 tentang pengamanan rokok bagi kesehatan, rokok adalah hasil dari pengolahan yang berbahan dasar tembakau yang berbentuk bungkus, cerutu dan bahan lainnya.

Merokok adalah suatu kegiatan yang dilakukan individu dengan cara membakar ujungnya dan menghisap asapnya dari ujung sebaliknya, baik membakar menggunakan rokok batang maupun menggunakan pipa (Sitepeo, 2002). Rokok adalah suatu benda yang tergolong beracun yang

memberikan efek rileks dan sugesti yang membuat seseorang lebih percaya diri.

**b) *Perilaku Merokok***

Perilaku merokok adalah individu yang membakar rokok dan menghirup asapnya ke dalam tubuh dan menghembuskannya kembali ke lingkungan luar (Armstrong, 1990). Maka perilaku merokok adalah individu yang mengkonsumsi rokok yang menghisap asapnya lalu di keluarkan kembali ke lingkungan dan dapat di hirup oleh individu lain (Nasution, 2007).

**2. Klasifikasi**

Menurut Mu'tadin (2002), membagi kategori perilaku merokok dari banyak rokok yang di hisap setiap harinya, sebagai berikut :

a. Perokok sangat berat

Perokok dikatakan sangat berat apabila menghisap > 31 batang per hari dengan waktu setiap harinya dan menghisap pertama kali 5 menit setelah bangun tidur di pagi hari.

b. Perokok berat

Untuk kategori perokok berat biasanya memerlukan waktu 6-30 menit sebelum merokok setelah bangun tidur dan setiap harinya menghabiskan 21-30 batang.

c. Perokok sedang

Untuk kategori sedang biasanya perokok memiliki kebiasaan yang normal untuk menghisap batang rokok yaitu sekitar 11-21 batang rokok setiap harinya dan selang setelah bangun tidur selama 31-60 menit.

d. Perokok ringan

Untuk perokok ringan biasanya mereka menghisap rokok dengan takaran di bawah rata-rata atau biasa kita sebut jarang mengkonsumsi, sekitar 10 batang untuk setiap harinya dengan waktu 60 menit setelah bangun tidur di pagi hari.

**3. Faktor yang mempengaruhi dari perilaku merokok**

Komalasari dan Helmi (2000) mengatakan bahwa faktor dari perilaku merokok terbagi atas dua, yaitu:

a) Faktor internal

Faktor ini melibatkan dari diri individu karena rasa keingintahuan atau hanya sebagai penghilang rasa bosan dan rasa sakit. Merokok dapat memberikan gambaran kepada pemakainya bahwa individu merasa lebih baik dari pada orang lain. Beberapa individu melakukan kegiatan merokok untuk alasan menghilangkan rasa stress yang ada di dalam diri mereka.

b) Faktor eksternal

Soetjningsih (2004), faktor lingkungan yang mempengaruhi dari perilaku merokok yaitu:

1) Pengaruh orang tua

Pengaruh orang tua sangat besar bagi tingkah laku anak pada masa mendatang, terutama pada saat orang tua mencontohkan perilaku merokok pada anak. Karena sebagian besar anak meniru kegiatan orang tuanya yang dilakukan di rumah (Mu'tadin, 2002)

2) Pengaruh teman

Mu'tadin (2002), terdapat berbagai fakta yang menyimpulkan bahwa jika seorang individu merokok maka semakin besar kejadian merokok pada teman-temannya merupakan seorang yang berperilaku merokok begitu juga sebaliknya, jadi jika seorang remaja bergabung dengan kelompok tertentu yang sebaya maka individu tersebut akan memiliki perilaku sama seperti yang dilakukan kelompok tersebut sesuai dengan norma yang berlaku di dalam kelompok tersebut

3) Pengaruh iklan

Terpengaruh dari acara media elektronik dan media masa yang menggambarkan bahwa dengan merokok dapat meningkatkan rasa percaya diri dan merasa lebih berwibawa. Hal ini yang membuat remaja sering tepikat untuk mengikuti berperilaku merokok karena dari pengaruh iklan tersebut (Mu'tadin, 2002). Produsen rokok di jaman sekarang sudah mulai memutar otak untuk mengesahkan produk yang mereka ciptakan dengan cara mendekati masyarakat, dengan cara menjadi pihak yang peduli dengan keadaan masyarakat sekitar dengan memberikan beasiswa pendidikan (Joko, 2008).

#### **4. Tipe-tipe dari perilaku merokok**

Elsner (2006), perilaku merokok dibagi menjadi 2 bagian, yaitu:

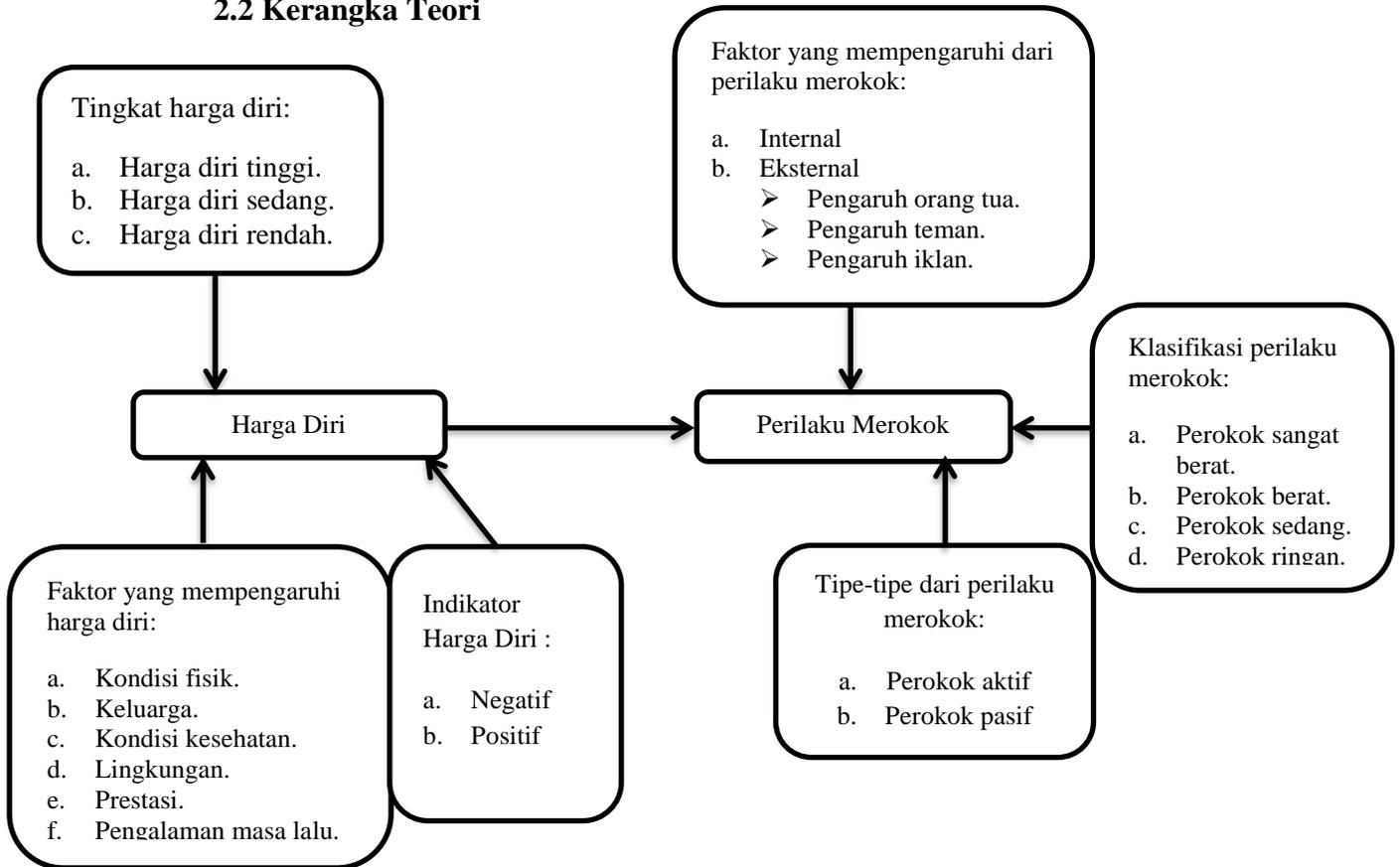
1. Perokok aktif

Suatu tindakan yang dilakukan dengan sengaja oleh seorang individu untuk melakukan kegiatan merokok dengan cara menghisap asapnya.

2. Perokok pasif

Adalah individu yang melakukan tindakan menghirup asap rokok dengan cara tidak sengaja ketika mereka berada di lingkungan umum atau di lingkungan khusus perokok.

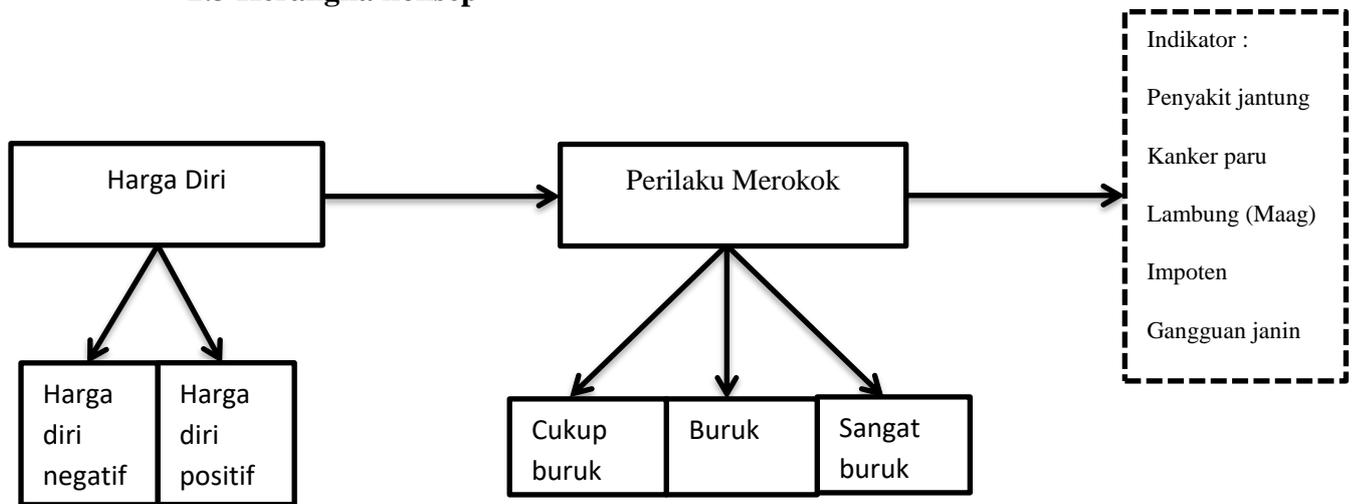
## 2.2 Kerangka Teori



**Gambar 1.** Kerangka teori

Sumber : (Stuart, 2013); (Potter & Perry, 2005); (Gunawan & Setyono, 2007); (NANDA, 2010); (Terwoto, 2010); (Ghufron & Risnawati, 2010); (Santrock, 2003); (Willis, 2012); (PP.RI.No.19, 2003); (Sitepo, 2002); (Armstrong, 1990); (Nasution, 2007); Mu'tadin (2002); Komala Sari dan Helmi (2000); Soetjningsih (2004); Elsner (2006).

### 2.3 Kerangka konsep



**Gambar 2.** Kerangka konsep penelitian

#### Keterangan:

 = tidak diteliti

 = diteliti

### 2.4 Hipotesis penelitian

Ada hubungan antara harga diri dengan perilaku merokok pada mahasiswa S1 kesehatan.