

BAB II

KAJIAN TEORI

A. SIKAP

Mekanisme mental yang mengevaluasi, membentuk pandangan, mewarnai perasaan dan akan ikut menentukan kecenderungan perilaku individu terhadap manusia lainnya atau sesuatu yang sedang dihadapi oleh individu, bahkan terhadap diri individu itu sendiri disebut fenomena sikap. Fenomena sikap yang timbul tidak saja ditentukan oleh keadaan objek yang sedang dihadapi tetapi juga dengan kaitannya dengan pengalaman-pengalaman masa lalu, oleh situasi di saat sekarang, dan oleh harapan-harapan untuk masa yang akan datang. Sikap manusia, atau untuk singkatnya disebut sikap, telah didefinisikan dalam berbagai versi oleh para ahli (Azwar, 2007).

Thurstone mengatakan sikap sebagai derajat afek positif atau afek negative terhadap suatu objek psikologis (dalam Azwar, 2007). Sikap atau Attitude senantiasa diarahkan pada suatu hal, suatu objek. Tidak ada sikap tanpa adanya objek (Gerungan, 2004). LaPierre mengatakan sikap sebagai suatu pola perilaku, tendensi, atau kesiapan antisipatif, predisposisi untuk menyesuaikan diri dalam situasi sosial, atau secara sederhana, sikap adalah respon terhadap stimuli sosial yang telah terkondisikan. Menurut Petty & Cacioppo secara lengkap mengatakan sikap adalah evaluasi umum yang dibuat manusia terhadap dirinya sendiri, orang lain, objek atau isu-isu (Baron, 2004).

Menurut Fishben & Ajzen, sikap sebagai predisposisi yang dipelajari untuk merespon secara konsisten dalam cara tertentu berkenaan dengan objek tertentu.

Azwar (2007), menggolongkan definisi sikap dalam tiga kerangka pemikiran. Pertama, kerangka pemikiran yang diwakili oleh para ahli psikologi seperti Louis Thurstone, Rensis Likert dan Charles Osgood. Menurut mereka sikap adalah suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan. Sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan mendukung atau memihak (favorable) maupun perasaan tidak mendukung atau tidak memihak (unfavorable) pada objek tersebut.

Kedua, kerangka pemikiran ini diwakili oleh ahli seperti Chave, Bogardus, LaPierre, Mead dan Gordon Allport. Menurut kelompok pemikiran ini sikap merupakan semacam kesiapan untuk bereaksi terhadap suatu objek dengan caracara tertentu. Kesiapan yang dimaksud merupakan kecenderungan yang potensial untuk bereaksi dengan cara tertentu apabila individu dihadapkan pada suatu stimulus yang menghendaki adanya respon .

Ketiga, kelompok pemikiran ini adalah kelompok yang berorientasi pada skema triadik (*triadic schema*). Menurut pemikiran ini suatu sikap merupakan konstelasi komponen kognitif, afektif dan konatif yang saling berinteraksi didalam memahami, merasakan dan berperilaku terhadap suatu objek. Jadi berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa sikap adalah kecenderungan individu untuk memahami, merasakan, bereaksi dan berperilaku terhadap suatu objek yang merupakan hasil dari interaksi komponen kognitif, afektif dan konatif.

B. Sikap terhadap perilaku merokok

Penelitian yang dilakukan LaPiere (1934) Selama masa depresi ekonomi pada tahun 1930-an para psikolog social pada umumnya mendefinisikan sikap dengan istilah tingkah laku, sebagai kecenderungan untuk berperilaku dengan cara tertentu dalam situasi social (Allport, 1924;dalam Baron, 2004).

Semakin kuat sikap seseorang semakin kuat juga dampak terhadap perilaku (petkova, Ajzen 1995). Kata kekuatan melibatkan beberapa factor: intensitas dari sebuah sikap (seberapa kuat reaksi emosional yang berhasil di bangkitkan oleh objek sikap tertentu), kepentingan (sejauh mana individu peduli dan secara pribadi di pengaruhi oleh sikap tersebut), pengetahuan (seberapa banyak individu mengetahui tentang objek sikap tersebut) dan kemudahan di akses (semudah apa sikap tersebut di terima oleh akal sehat dalam berbagai situasi (petty & krosnick ; dalam psikologi social)

Menurut Oskamp 1984 (dalam Susmiati; 2003) mengatakan perilaku Merokok adalah kegiatan menghisap asap tembakau yang telah menjadi cerutu kemudian disulut api. Tembakau berasal dari tanaman nicotiana tabacum. Menurutnya ada dua tipe merokok, pertama adalah menghisap rokok secara langsung yang disebut perokok aktif, dan yang kedua mereka yang secara tidak langsung menghisap rokok, namun turut menghisap asap rokok disebut perokok pasif.

Menurut Kendal & Hammen, 1998 (dalam komalasari; 2002) perilaku Merokok dilihat dari berbagai sudut pandang sangat merugikan, baik untuk diri sendiri maupun orang disekelilingnya. Dilihat dari sisi kesehatan, pengaruh

bahan-bahan kimia yang di kandung rokok seperti nikotin, CO (Karbonmonoksida) dan tar yang dapat mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat.

Remaja mulai merokok dikatakan oleh Erikson (dalam Komalasari; 2002) berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati dirinya. Dalam masa remaja ini, sering dilukiskan sebagai masa badai dan topan karena ketidaksesuaian antara perkembangan psikis dan sosial.

Dikatakan juga oleh Brigham (1991) bahwa perilaku Merokok bagi remaja merupakan perilaku simbolisasi yaitu simbol dari kematangan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap lawan jenis. Perilaku Merokok merupakan perilaku yang menyenangkan dan bergeser menjadi aktivitas yang bersifat obsesif, karena sifat nikotin adalah adiktif (ketergantungan).

Menurut teori tingkah laku terencana (*theory of planned behaviour*) yang pertama kali dinyatakan Ajzen dan Fishbein (Baron,2004) menyatakan bahwa keputusan untuk menampilkan tingkah laku tertentu adalah hasil dari proses rasional yang di arahkan pada suatu tujuan tertentu dan mengikuti urutan-urutan berfikir. Kemudian keputusan itu di refleksikan dalam tujuan tingkah laku, dimana menurut fishbein, Ajzein, dan banyak peneliti lain, seringkali dapat menjadi prediktor yang kuat terhadap cara kita akan bertingkah laku dalam situasi yang terjadi (Ajzein,1987). Berdasarkan teori ini, terdapat tiga faktor dalam intensi yaitu: *Attitudes toward a behaviour*, *Norma subjective*, *Perceived behavioural control*.

Dari beberapa pengertian merokok di atas dapat disimpulkan bahwa rokok adalah hasil olahan tembakau dan daun tar yang terbungkus, sejenis cerutu atau bentuk lainnya. Sedangkan sikap terhadap perilaku Merokok adalah perwujudan dari pemikiran yang di persepsikan yang menghasilkan kegiatan menghisap asap tembakau yang telah menjadi cerutu setelah disulut api. Rokok merupakan barang yang mengandung nikotin dan zat-zat lainnya yang mengakibatkan ketergantungan bagi orang yang memakainya. Nikotin yang terdapat dalam rokok dapat menyebabkan ketagihan bagi pemakainya karena adanya unsur kimia yang dapat menimbulkan perasaan kesenangan. Dalam kaitannya dengan sikap merokok, pada dasarnya hampir tidak ada orang tua yang menginginkan anaknya untuk jadi perokok, bahkan masyarakat tidak menuntut anggota masyarakat untuk menjadi perokok namun demikian, dalam kaitan ini secara tidak sadar, ada beberapa agen yang merupakan model dan penguat bagi para perokok.

Menurut Leventhal dan Cleary (1980) dalam Komasari (2000) ada beberapa tahapan dalam perkembangan sikap merokok, yaitu :

1) Tahap persiapan

Tahap ini berlangsung saat seseorang individu belum pernah merokok. Ditahap ini terjadi pembentukan opini pada diri individu terhadap sikap merokok. Hal ini disebabkan adanya pengaruh perkembangan sikap dan intensi mengenai rokok serta citra yang diperoleh dari sikap merokok. Informasi rokok dan perilaku Merokok diperoleh dari observasi terhadap orang tua atau orang lain seperti kerabat ataupun lewat berbagai media.

2) Tahap inisiasi

Merupakan tahap yang kritis pada seseorang individu karena merupakan tahap coba-coba dimana dia beranggapan bahwa dengan merokok kelihatan dewasa sehingga dia akan memulai mencoba beberapa batang rokok.

3) Tahap menjadi seorang perokok

Pada tahap ini seseorang individu mulai memberikan label pada dirinya sebagai seorang perokok dan dia mulai mengalami ketergantungan kepada rokok.

4) Tahap tetap menjadi perokok

Ditahap ini faktor psikologis dan mekanisme biologis digabungkan menjadi suatu pola sikap merokok. Faktor – faktor psikologis seperti kecanduan, penurunan kecemasan dan ketegangan, relaksasi yang menyenangkan, cara berteman dan stimulasi. Faktor mekanisme biologis seperti efek penguatan nikotin dan level nikotin yang dibutuhkan dalam aliran darah.

Menurut Silvan & Tomkins (Mu'tadin, 2002) ada empat tipe perilaku Merokok berdasarkan *Management of affect theory*, ke empat tipe tersebut adalah :

1. Tipe perokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif.

- a. *Pleasure relaxation*, perilaku Merokok hanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat, misalnya merokok setelah minum kopi atau makan.

- b. *Simulation to pick them up.* perilaku Merokok hanya dilakukan sekedarnya untuk menyenangkan perasaan.
- c. *Pleasure of handling the cigarette.* Kenikmatan yang diperoleh dari memegang rokok.

2. perilaku Merokok yang dipengaruhi perasaan negatif.

Banyak orang yang merokok untuk mengurangi perasaan negatif dalam dirinya. Misalnya merokok bila marah, cemas, gelisah, rokok dianggap sebagai penyelamat. Mereka menggunakan rokok bila perasaan tidak enak terjadi, sehingga terhindar dari perasaan yang lebih tidak enak.

3. perilaku Merokok yang adiktif.

Perokok yang sudah adiksi, akan menambah dosis rokok yang digunakan setiap saat setelah efek dari rokok yang dihisapnya berkurang.

4. perilaku Merokok yang sudah menjadi kebiasaan.

Mereka menggunakan rokok sama sekali bukan karena untuk mengendalikan perasaan mereka, tetapi karena sudah menjadi kebiasaan.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa perilaku Merokok pada remaja digolongkan kedalam beberapa tipe yang dapat dilihat dari banyaknya rokok yang dihisap, tempat merokok, dan fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari.

a. Aspek- aspek sikap terhadap perilaku merokok

Aspek-aspek sikap terhadap perilaku Merokok menurut Aritonang (1997), yaitu :

1. Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari

Erickson (Komasari dan Helmi, 2000) mengatakan bahwa merokok berkaitan dengan masa mencari jati diri pada diri remaja. Silvans & Tomkins (Mu'tadin, 2002) fungsi merokok ditunjukkan dengan perasaan yang dialami si perokok, seperti perasaan yang positif maupun perasaan negatif.

2. Intensitas merokok

Smet (1994) mengklasifikasikan perokok berdasarkan banyaknya rokok yang dihisap, yaitu :

- a. Perokok berat yang menghisap lebih dari 15 batang rokok dalam sehari.
- b. Perokok sedang yang menghisap 5-14 batang rokok dalam sehari.
- c. Perokok ringan yang menghisap 1-4 batang rokok dalam sehari

3. Tempat merokok

Tipe perokok berdasarkan tempat ada dua (Mu'tadin, 2002) yaitu :

- a. Merokok di tempat-tempat umum / ruang publik
 - 1) Kelompok homogen
(sama-sama perokok), secara bergerombol mereka menikmati kebiasaannya. Umumnya mereka masih menghargai orang lain, karena itu mereka menempatkan diri di *smoking area*.

- 2) Kelompok yang heterogen (merokok ditengah orang-orang lain yang tidak merokok, anak kecil, orang jompo, orang sakit, dll).

b. Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi

- 1) Kantor atau di kamar tidur pribadi. Perokok memilih tempat-tempat seperti ini yang sebagai tempat merokok digolongkan kepada individu yang kurang menjaga kebersihan diri, penuh rasa gelisah yang mencekam.

- 2) Toilet. Perokok jenis ini dapat digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi.

4. Waktu merokok

Menurut Presty (Smet, 1994) remaja yang merokok dipengaruhi oleh keadaan yang dialaminya pada saat itu, misalnya ketika sedang berkumpul dengan teman, cuaca yang dingin, setelah dimarahi orang tua, dll.

b. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan pengaruh sikap terhadap perilaku merokok

Ajzen,1987 (Baron,2004), bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi sikap terhadap perilaku merokok diantaranya:

- a. *Attitudes toward a behaviour* (sikap terhadap tingkah laku). Evaluasi positif atau negative dari tingkah laku yang di tampilkan (apakah seseorang tindakan itu akan menimbulkan konsekuensi positif atau negative)
- b. *Norma subjective* (norma subjektif) persepsi seseorang apakah orang lain akan menyetujui atau menolak tingkah laku tersebut
- c. *Perceived behavioural control* (kontrol tingkah laku yang di presepsikan) penilaian terhadap kemampuan sikap untuk menampilkan tingkah laku.

c. Dampak sikap terhadap perilaku merokok

a) Dampak positif

Merokok dapat menimbulkan dampak positif yang sangat sedikit bagi kesehatan. Graham (Kemala, 2007) menyatakan bahwa perokok

menyebutkan, dengan merokok dapat menghasilkan mood positif dan dapat membantu individu menhhdapi keadaan –keadaan yang sulit. Smet (Kemala, 2007) menyebutkan keuntungan merokok (terutama bagi perokok) yaitu mengurangi ketegangan, membantu berkonsentrasi, dukungan sosial, dan menyenangkan.

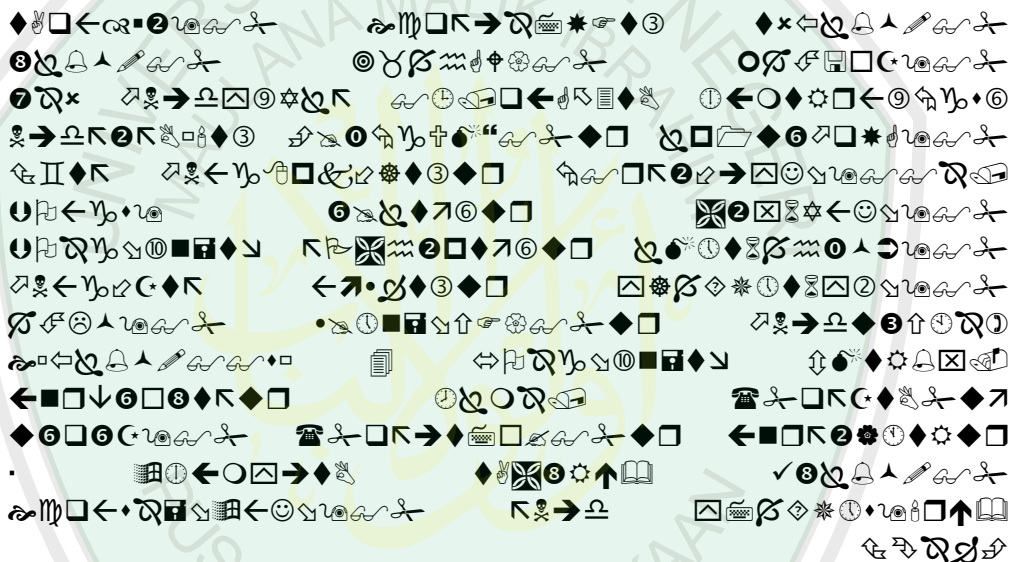
b) Dampak Negatif

Merokok dapat menimbulkan berbagai negatif yang sangat berpengaruh bagi kesehatan (Kemala, 2007). Merokok bukanlah penyebab suatu penyakit sehingga boleh dikatakan merokok tidak menyebabkan kematian, akan tetapi dapat mendorong munculnya jenis penyakit yang dapat mengakibatkan kematian. Berbagai jenis penyakit yang dapat dipicu karena merokok dimulai dari penyakit kepala sampai dengan penyakit telapak kaki, antara lain (Sitepoe, 2001) : Penyakit *kardioloovaskular*, *neoplasma* (kanker), penurunan vertilisasi (kesuburan) dan nafsu seksual, sakit maag, gondok, gangguan pembuluh darah, penghambat pengeluaran air seni, *ambliyopia* (penglihatan kabur), kulit menjadi kering, pucat dan keriput, serta polusi udara dalam ruangan (sehingga terjadi iritasi mata, hidung dan tenggorokkan) .

d. Sikap terhadap perilaku Merokok Dalam Pandangan Islam

Tubuh kita pada dasarnya adalah amanah dari Allah yang harus dijaga. Merokok hampir selalu menyebabkan gangguan pada orang lain. Asap rokok yang langsung dihisapnya berakibat negatif tidak saja pada dirinya sendiri, tetapi juga orang lain yang ada disekitarnya, karena kandungan dalam rokok termasuk zat adiktif yang menimbulkan ketagihan atau ketergantungan. Setelah pemaparan

akan bahaya rokok dan dampak negatifnya, penulis yakin bahwa tidak seorangpun bisa mengingkari bahwa rokok dapat menimbulkan bahaya bagi diri manusia dan sekitarnya. Namun anehnya walaupun banyak orang mengetahui bahayanya, mereka tetap berdalih bahwa merokok adalah tidak haram dengan alasan tidak ada satu ayat ataupun hadits yang secara tekstual mengharamkan untuk mengkonsumsi rokok. Memang tidak ada dalil khusus mengenai hukum rokok, namun dalam Al-qur'an hanya diqiaskan saja (Muhammad, 1998). Seperti pada surah Al-A'raf: 157, surat Ann-sa': 29 serta surat Al-Maaidah: 4.



Artinya: Yang menyuruh mereka mengerjakan yang ma'ruf dan melarang mereka dari mengerjakan yang mungkar dan menghalalkan bagi mereka segala yang baik dan mengharamkan bagi mereka segala yang buruk (QS. Al-A'raf : 157).



Artinya: Dan janganlah kamu membunuh dirimu; Sesungguhnya Allah adalah Maha penyayang kepadamu (QS. An-Nisaa': 29).



Artinya: Mereka menanyakan kepadamu: "Apakah yang dihalalkan bagi mereka?". Katakanlah: Dihalalkan bagimu yang baik-baik (QS. Al-Maaidah: 4).

Hukum rokok menurut imam empat (4) mazhab (Husaini, 2006) diantaranya:

1. Pendapat penganut mazhab Imam Hanafi Setiap perokok memahami dengan baik bahwa asap rokok sangat berbahaya dan tidak memiliki manfaat dan kebaikan sedikitpun. Dengan demikian, makna merokok bisa difatwakan haram.
2. Pendapat penganut mazhab Imam Syafi'i Diharamkan menjual tembakau bagi mereka yang ingin meminumnya atau memberikannya sebagai minuman bagi orang lain. Tembakau adalah seburuk-buruknya tumbuhan karena dapat melumpuhkan diri dan finansial. Seorang yang memiliki harga diri dan wibawa tidak akan pernah menggunakannya.
3. Pendapat penganut mazhab Imam Hambali Syaikh Abdullah bin Syaikh mengungkapkan, "dari perkataan Rasulullah para ahli ilmu difahami pengharaman tembakau yang banyak digunakan pada masa ini".
4. Pendapat penganut mazhab Imam Maliki Syaikh Ibrahim Al-Laqany mengharamkannya secara terang-terangan. Perlu difahami bahwa empat (4) pendapat diatas dikemukakan sebelum data ilmiah tentang bahaya rokok pada kesehatan tubuh manusia dan sekitarnya belum terungkap.

Menurut Setiawan (2003) pandangan Islam tentang rokok sebagian aliran menganggap perokok sebagai suatu perilaku yang buruk. Tembakau (*tabacco*) atau rokok mulai terlihat dan digunakan oleh sebagian penduduk dunia pada abad ke sepuluh Hijriah. Berawal dari sinilah berbagai aliran berbicara dan menjelaskan hukumnya menurut Syar'i, hasilnya terdapat berbagai macam pendapat, sebagian aliran mengharamkannya, sebagian mengatakan wajib, sebagian memakruhkan, sebagian membolehkan, dan ada aliran modern yang mempunyai pendapat sendiri. Diantara pendapat para aliran tersebut antara lain:

- 1. Aliran yang mengatakan hukum rokok haram, diantaranya Syaikhul Islam Ahmad As Sanhuri, Syaikhul Al Malikiyah Ibrahim, Abdul Ghaits Al Qasyasyi, sebagian pengikut Imam mazhab dan Najmuddin bin Badruddin, dengan alasan bahwa rokok dianggap berbahaya dan berdampak negatif (dampak terhadap tubuh dan keuangan).

- a) Dampak terhadap tubuh. Efek yang terkandung dalam rokok dapat membahayakan kesehatan tubuh siperokok maupun orang yang ada disekitarnya, seperti terjadinya penyakit jantung, paru-paru, kanker dan lain sebagainya. Dari sinilah maka hukum rokok adalah haram.

Firman Allah:



Artinya: Dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan (QS. Al-Baqarah: 195).

b) Dampak terhadap keuangan. Artinya dengan membeli rokok kita telah menghambur-hamburkan uang dengan sia-sia (pemborosan), sama halnya dengan membakar uang.

Firman Allah:

﴿يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ قُمْ فَأَنذِرْ ۚ وَالَّذِينَ كَفَرُوا لَا يَسْمَعُونَ ۚ لَأَسْفِكَنَّ دُمُوعَهُمْ فِي أَفْوَاهِهِمْ فَسَالُونَ نَارًا فِي بُحُورِهِمْ ۚ وَالَّذِينَ كَفَرُوا لَا يَسْمَعُونَ ۚ لَأَسْفِكَنَّ دُمُوعَهُمْ فِي أَفْوَاهِهِمْ فَسَالُونَ نَارًا فِي بُحُورِهِمْ ۚ وَالَّذِينَ كَفَرُوا لَا يَسْمَعُونَ ۚ لَأَسْفِكَنَّ دُمُوعَهُمْ فِي أَفْوَاهِهِمْ فَسَالُونَ نَارًا فِي بُحُورِهِمْ ۚ﴾

Artinya: Sesungguhnya pemboros-pemboros itu adalah Saudara- saudara

syaitan dan syaitan itu adalah sangat ingkar kepada Tuhannya (QS. Al Isra': 27).

﴿وَلَا تُؤْتُوا عِبْرَتَكُمْ إِلَىٰ قومٍ كَفَرُوا حتى يَفْتِنَهُمْ فِي دِينِهِمْ وَمَا يَحْتَضِرُونَهُمْ لعلهم يَأْتُواكُم بغير إِذْنٍ وَإِنَّهم لَكَاذِبُونَ ۚ﴾

Artinya: Dan janganlah kamu serahkan kepada orang-orang yang belum

sempurna akal nya, harta (mereka yang ada dalam kekuasaanmu) yang dijadikan Allah sebagai pokok kehidupan (QS. An-Nisa': 5).

2. Hukum rokok dapat dikatakan wajib menurut sebagian ulama' pengikut imam mazhab diantaranya Ibnu Taimiyah, jika dalam keadaan darurat dimana seseorang benar-benar membutuhkan rokok untuk kemaslahatannya yang dikhawatirkan jika tidak mengkonsumsi maka menimbulkan mudharat seperti mengkonsumsi rokok untuk pengobatan (Abdullah, 1996). Hal ini berpegang pada kaidah ushuliyah:

Artinya: keadaan-keadaan darurat membolehkan sesuatu yang dilarang (Fathurrahman, 1997).

3. Aliran yang mengatakan hukum rokok menurut syar'i adalah makruh yaitu Syaikh Abu Sahal Muhammad bin Al Wa'idz Al Hanafi, dengan alasan:

- a. Dapat mengganggu orang yang ada disekitarnya karena baunya yang kurang enak, dan hukum mengkonsumsinya adalah makruh, diqiyaskan dengan makan bawang merah dan bawang putih (Arifin, 1993).
 - b. Rokok dapat membuat orang lalai dalam beribadah maupun kegiatan yang lainnya.
4. Aliran yang mengatakan hukum rokok menurut syar'i adalah mubah (boleh) yaitu Al 'Alamah Asyeikh Abdul Ghani Annablisi dan Syeikh Mustafa Assuyuti Arrahbani, dengan alasan yang menurut kaidah ushuliyah: "Asal dari segala sesuatu itu adalah mubah (boleh) sebelum ada dalil Syar'i yang sharih yang mengharamkannya", sebab telah jelas disebutkan di dalam Al-Qur'an, salah satunya adalah:

﴿ مَا حَرَّمَ اللَّهُ فَوْجًا مِّنْ دِمَائِهِمْ وَمَا حَرَّمَ اللَّهُ مَا كَفَرَ بِهِمْ وَأَنَّ اللَّهَ تَعَالَىٰ عَظِيمٌ ﴾

Artinya: Sesungguhnya Allah Hanya mengharamkan bagimu bangkai,

darah, daging babi, dan binatang yang (ketika disembelih) disebut (nama) selain Allah. Tetapi barangsiapa dalam keadaan terpaksa (memakannya) sedang dia tidak menginginkannya dan tidak (pula) melampaui batas, Maka tidak ada dosa baginya. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang (QS. Al-Baqaroh: 173).

5. Pendapat aliran modern.

Syeikh Hasanain Makhluf (mantan Mufti Mesir), mengatakan bahwa asal dari hukum merokok adalah mubah kemudian menjadi haram dan makruh karena beberapa hal, diantaranya adalah adanya dampak negatif yang ditimbulkan oleh rokok baik mudharatnya sedikit atau banyak terhadap diri dan harta dan membawa

ke kerusakan. Jika hal tersebut di atas terjadi oleh siperokok maka hukum merokok adalah makruh bahkan haram dan apabila tidak ada salah satu di antara mudharat tersebut di atas maka hukum merokok adalah halal. Assyeikh Mahmud Syaltut (Syaiikhul Azhar) dalam fatawanya mengatakan: meskipun tembakau tidak memabukkan dan tidak merusak akal namun mempunyai dampak yang sangat negatif yang dirasakan oleh perokok terhadap kesehatannya dan juga dirasakan oleh perokok pasif.

Uraian singkat di atas cukuplah kiranya membuktikan bahwa merokok tidak saja memberikan mudharat bagi pelakunya, tetapi juga bagi orang lain yang ada disekitarnya. Walaupun rokok ada manfaatnya namun lebih banyak mudharatnya, sedangkan membelanjakan harta untuk rokok termasuk dalam kategori pemborosan. Dengan demikian segala sesuatunya dilihat dari perspektif kesejahteraan umat manusia, apa yang merugikan dihilangkan dan apa yang bermanfaat dikonfirmasi. Dari berbagai alasan tersebut di atas, maka Islam hanya menganjurkan yang baik-baik saja menurut yang diperintahkan oleh Allah.

B. SELF CONFIDENT

a. Pengertian *Self Confident* (Kepercayaan Diri)

Self Confident (kepercayaan diri) adalah suatu sifat dimana seseorang merasa yakin terhadap dirinya sendiri. Keyakinan itu meliputi yakin terhadap kemampuannya, yakin terhadap pribadinya, dan yakin terhadap keyakinan hidupnya. Pada dasarnya batasan ini menekankan pada kemampuan individu menilai dan memahami apa-apa yang ada pada dirinya tanpa rasa ragu-ragu dan bimbang. Hasan (dalam Iswidharmanjaya, 2004), mengatakan bahwa kepercayaan

diri adalah percaya akan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri dan menyadari kemampuan yang dimiliki, serta dapat memanfaatkannya secara tepat.

Self confident adalah yakin pada kemampuan-kemampuan sendiri, yakin pada tujuan hidupnya, dan percaya bahwa dengan akal budi orang akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan. Orang yang percaya diri mempunyai harapan-harapan yang realistis, dan mampu menerima diri serta tetap positif meskipun sebagian dari harapan-harapan itu tidak terpenuhi (Davies, 2004). Pendapat di atas diperkuat dengan definisi kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Barbara (2005), yaitu sesuatu yang harus mampu menyalurkan segala yang kita ketahui dan segala yang kita kerjakan. Dalam pengertian ini rasa percaya diri karena kemampuan dalam melakukan atau mengerjakan sesuatu. Sehingga rasa percaya diri baru muncul setelah seseorang melakukan suatu pekerjaan secara mahir dan melakukannya dengan cara yang memuaskan hatinya. Oleh sebab itu, menurut Barbara (2005) rasa *self confidence* bersumber dari hati nurani, bukan dibuat-buat. Rasa *self confident* berasal dari tekad dari diri sendiri untuk melakukan segala yang diinginkan dan dibutuhkan dalam hidup seseorang yang terbina dari keyakinan diri sendiri.

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Kepercayaan diri ditunjukkan oleh suatu keyakinan bahwa seseorang dapat menyebabkan sesuatu terjadi sesuai dengan harapannya.

Menurut Lauster (2005) *self confident* (kepercayaan diri) merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang

bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung-jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan untuk berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya. Sementara Tosi, dkk (Barbara,2005) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam diri seseorang bahwa ia mampu meraih kesuksesan dengan berpijak pada usaha sendiri.

Menurut Lauster (2005) rasa percaya diri bukan merupakan sifat yang diturunkan (bawaan) melainkan diperoleh dari pengalaman hidup, serta dapat diajarkan dan ditanamkan melalui pendidikan, sehingga upaya-upaya tertentu dapat dilakukan guna membentuk dan meningkatkan rasa percaya diri. Dengan demikian kepercayaan diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar di dalam interaksi seseorang dengan lingkungannya.

Menurut seorang psikolog Miskell (1939) mendefinisikan kepercayaan diri, menurutnya kepercayaan diri adalah penilaian yang relatif tetap tentang diri sendiri, mengenai kemampuan, bakat, kepemimpinan, inisiatif dan sifat-sifat lain, serta kondisi-kondisi yang mewarnai perasaan manusia. Rini (Lauster,2005) mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Hartley (2000) dalam bukunya *Menumbuhkan rasa percaya diri Anak*, *The Concise Oxford Dictionary* mendefinisikan *Confident* (kepercayaan diri) sebagai benar-benar yakin; penghargaan yang pasti, dan keberanian. Seseorang tidak akan dapat

mengembangkan kepercayaan dirinya jika ia tidak mempercayai dirinya atau tidak memiliki harapan teguh bahwa sikap orang lain dapat dipercaya dan dapat diprediksi. Kepercayaan diri secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk dapat mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya (Hakim, 2002). Lain halnya dengan Maslow (1971) menurutnya bahwa kepercayaan diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri (eksplorasi segala kemampuan dalam diri). Dengan *self confident* seseorang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri.

Sementara itu, kurang percaya diri dapat menghambat pengembangan potensi diri. Jadi, orang yang kurang *self confident* akan menjadi seorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Kepercayaan diri adalah paspornya menuju kehidupan yang lebih bahagia dan lengkap, yang memastikan bahwa anak bisa belajar, bermain, santai dan berkomunikasi dengan lebih baik (Hartley, 2000). Adler (dalam Lauster, 2005) mengatakan bahwa kebutuhan diri remaja yang paling penting adalah kebutuhan akan kepercayaan diri dan rasa superioritas. Kepercayaan diri tidak hanya berasal dari didikan orang tua saja atau bawaan dari lahir, tetapi kepercayaan diri didapat dengan latihan.

b. Ciri-ciri Individu yang Memiliki Kepercayaan Diri

Seorang ahli psikologi yang bernama Lauster (dalam Asmadi Alsa, 2006) memaparkan beberapa ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri, yaitu :

a) Percaya pada kemampuan sendiri

Suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut. Kemampuan adalah potensi yang dimiliki seseorang untuk meraih atau dapat di artikan sebagai bakat, kreativitas, kepandaian, prestasi, kepemimpinan dan lain-lain yang dipakai untuk mengerjakan sesuatu. Kepercayaan atau keyakinan pada kemampuan yang ada pada diri seseorang adalah satu sifat orang yang percaya diri, apabila orang yang percaya diri telah menyakini kemampuan dirinya dan sanggup untuk mengembangkan rasa percaya diri akan timbul apabila kita melakukan kegiatan yang bisa kita lakukan. Artinya keyakinan dan rasa percaya diri itu timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu dengan kemampuan yang ada pada dirinya.

b) Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan

Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk menyakini tindakan yang di ambil. Individu terbiasa menentukan sendiri tujuan yang dicapai, tidak selalu harus bergantung pada orang lain untuk menyelesaikan masalah yang dia hadapi, serta mempunyai banyak energi dan semangat karena mempunyai motivasi yang tinggi untuk bertindak mandiri dalam mengambil keputusan seperti yang dia inginkan dan butuhkan.

c) Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri

Adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri sendiri. Sikap menerima diri apa adanya itu akhirnya dapat tumbuh berkembang sehingga orang percaya diri dan kelebihannya. Seseorang memiliki kepercayaan diri, jika mendapat kegagalan biasanya mereka tetap dapat meninjau kembali sisi positif dari kegagalan itu. Setiap orang pasti mengalami kegagalan baik kebutuhan, harapan dan cita-cita. Untuk menyikapi kegagalan dengan baik diperlukan sebuah keteguhan hati dan semangat untuk bersikap positif

d) Berani mengungkapkan pendapat

Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang menghambat pengungkapan tersebut. Individu dapat berbicara di depan umum tanpa adanya rasa takut, berbicara dengan memakai nalar secara fasih, dapat berbincang-bincang dengan orang dari segala usia dan segala jenis latar belakang. Serta menyatakan kebutuhan secara langsung dan terus terang, berani mengeluh jika merasa tidak nyaman dan datang berkampanye di depan orang banyak.

Ditambahkan lagi oleh Maslow (1971) seorang ahli psikolog mengenai ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri adalah orang yang memiliki kemerdekaan psikologis, yaitu:

- a) Kebebasan mengarahkan pilihan dan mencurahkan tenaga
- b) Berdasarkan keyakinan pada kemampuan dirinya
- c) Melakukan hal-hal yang produktif

- d) Menyukai pengalaman baru
- e) Suka menghadapi tantangan
- f) Pekerja yang efektif dan bertanggung jawab

Lain halnya dengan Hakim (2002) mengatakan bahwa ciri-ciri orang yang memiliki rasa kepercayaan diri adalah:

- a. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu.
- b. Memiliki potensi dan kemampuan yang memadai.
- c. Mampu menetralsisir ketegangan yang muncul dalam berbagai situasi.
- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi dalam berbagai situasi.
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya.
- f. Memiliki kecerdasan yang cukup.
- g. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup.
- h. Memiliki keahlian atau ketrampilan lain yang menunjang penampilannya karena pada dasarnya manusia adalah makhluk yang mulia.
- i. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- j. Memiliki latar belakang keluarga yang baik.
- k. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan dalam menghadapi cobaan hidup.
- l. Selalu bereaksi positif didalam menghadapi berbagai masalah Orang yang memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi biasanya memiliki ciri-ciri yang bertanggung jawab terhadap keputusan yang telahia buat dan mampu mengoreksi kesalahan.

Sedangkan orang yang kurang *self confident* cenderung tidak menarik, kurang menunjukkan kemampuan, dan jarang menduduki jabatan kepemimpinan

serta selalu merasa kurang puas dengan apa yang ada pada dirinya. Dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, biasanya orang yang memiliki kepercayaan diri akan lebih mudah berbaur dan beradaptasi di banding dengan orang yang tidak memiliki kepercayaan diri. Karena orang yang *self confident* memiliki pegangan yang kuat, mampu mengembangkan motivasi, dia juga sanggup belajar dan bekerja keras untuk kemajuan, serta penuh keyakinan terhadap peran yang dijalannya (Iswidharmanjaya, 2004).

Sifat-sifat orang yang *self confident* dapat menjadi modal seseorang untuk menjadi lebih percaya diri. Menurut Iswidharmanjaya (2004) menjelaskan bahwa ada beberapa kriteria sifat-sifat orang yang self confident diantaranya adalah:

a. *Percaya pada Kemampuan Dirinya Sendiri*

Kemampuan adalah potensi yang dimiliki seseorang untuk meraih sesuatu atau dapat diartikan sebagai bakat, kreativitas, kepandaian, prestasi, kepemimpinan, dan lain sebagainya yang dipakai untuk mengejar sesuatu. Kepercayaan atau keyakinan pada kemampuan yang ada pada diri seseorang adalah salah satu sifat orang yang percaya diri. Apabila orang yang *self confident* telah meyakini kemampuan dirinya dan sanggup untuk mengembangkannya, ia akan menerima dirinya secara tulus tanpa membanding-bandingkan dengan orang lain. Artinya, orang lain bukan tolok ukur dari keberhasilan yang dimilikinya, karena manusia memiliki ukuran masing-masing. Ukuran keberhasilan masing-masing orang tergantung dari kapasitas dan kemampuan mereka. Dari pernyataan diatas, di perkuat lagi oleh Barbara (2005) bahwa jika rasa kepercayaan diri itu didasarkan pada kemampuan yang kita miliki, rasa *self confident* itu hanya akan timbul bila kita melakukan kegiatan yang bisa kita lakukan. Artinya, keyakinan

dan rasa *self confident* itu hanya timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu dengan kemampuan yang ada pada dirinya.

b. Tidak Konformis

Konformis adalah sikap atau kecenderungan seseorang yang hanya menjadi pengikut sebuah kelompok, menaati peraturan mereka secara total, dan tidak berani menyatakan pendapat dan sikap sendiri, karena memiliki rasa takut akan ditinggalkan serta dikucilkan oleh teman-teman satu kelompoknya.

c. Berani Menerima dan Menghadapi Penolakan

Bagi sebagian besar orang, pengalaman ditolak adalah suatu mimpi buruk. Penolakan yang dilakukan orang lain tidak selalu berarti ia tidak suka dengan kita, melainkan kadang apa yang kita berikan tidak sesuai dengan harapannya. Tetapi jika rasa *self confident* kita tinggi, kita bisa mengamati dari sisi yang lebih positif bahwa suatu penolakan adalah pelajaran yang berharga untuk menuju kesempurnaan, setiap penolakan disikapi dengan dada yang lapang dan berusaha untuk memperbaiki kekurangannya.

d. Bisa Mengendalikan Diri

Pengendalian diri dapat diartikan dengan emosi. Emosi adalah segala macam perasaan yang ada dalam diri seseorang, yang mencakup berbagai perasaan seperti senang, sedih, marah, terharu ataupun kesal. Untuk mengendalikan emosi, diperlukan suatu kontrol yang kuat dalam diri seseorang agar dapat berfikir logis. Pengendalian diri juga dipengaruhi oleh suasana hati. Suasana hati sering juga disebut dengan istilah mood. Pribadi yang *self confident* mampu mengendalikan diri dengan selalu berfikir obyektif dan realistis. Obyektif dalam melihat sesuatu secara terarah dan realistis yang artinya melihat sesuai

dengan kenyataan yang ada. Biasanya orang yang *self confident* memiliki ambisi yang normal, artinya ambisinya disesuaikan dengan kemampuan yang ada dalam dirinya.

e. Maju Terus

Orang-orang yang *self confident* adalah orang yang bersemangat dan selalu berusaha bekerja keras, tidak mudah menyerah pada nasib. Kegagalan dianggap sebagai keberhasilan yang tertunda dan sebagai semangat untuk menyempurnakan dan berusaha meraih hasil yang lebih bagus.

f. Positif Thinking

Positif thinking adalah kata yang tepat dalam menyikapi diri serta saat berinteraksi dengan orang lain. Positif thinking harus dimulai dari diri sendiri, apabila seseorang telah mampu menerima kekurangan dan kelebihan yang ada dalam diri sendiri. Sikap menerima diri apa adanya itu akhirnya dapat tumbuh berkembang sehingga orang *self confident* akhirnya bisa menghargai orang lain dengan segala kekurangan dan kelebihannya.

g. Realistis

Realistis adalah sikap menerima diri sendiri apa adanya karena realistis merupakan sikap yang di nilai penting yang harus dimiliki oleh orang yang percaya diri. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri, jika mendapat kegagalan biasanya mereka tetap dapat meninjau kembali sisi positif dari kegagalan itu. Setiap orang pasti pernah mengalami kegagalan, baik kebutuhan, harapan, dan cita-citanya. Untuk menyikapi kegagalan dengan bijak diperlukan sebuah keteguhan hati dan semangat untuk bersikap positif. Maka dari itu orang yang *self confident* biasanya akan membuang jauh perasaan yang tidak nyaman dan

membebani pikiran akibat sebuah kegagalan yang menyimpannya. Untuk itulah sikap realistis tetap di jaga di dalam benak orang-orang yang percaya diri. Dari beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa memiliki rasa kepercayaan diri itu sangatlah penting kita tidak hidup sendirian melainkan kita hidup bersosialisasi dengan orang lain baik yang kita kenal maupun yang belum kita kenal. Kita harus mempunyai keyakinan bahwa kita mempunyai kemampuan. Orang yang konformis adalah orang yang tidak mempunyai pendirian dan kecenderungan mencari pengakuan serta penerimaan dari kelompoknya. *Self confident* membuat seseorang merasa nyaman dengan dirinya sendiri meskipun dirinya tidak terlalu pandai dan rajin atau tidak sehebat orang lain. Seseorang yang dapat menerima diri apa adanya tidak akan mudah dipengaruhi oleh yang lain. Anak yang *self confident* merupakan hasil dari didikan orang tua yang selalu menanamkan rasa *self confident* pada anaknya.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi (*Self Confident*) Kepercayaan Diri

Menurut Rogers (dalam Iswidarmanjaya, 2004) kepercayaan diri timbul bukan karena faktor keturunan atau bawaan melainkan karena proses memahami diri sendiri, menerima adanya kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya. Proses memahami diri sendiri diawali sejak usia dini. Tentunya pola asuh orang tua sangat berperan besar. Pola asuh yang diberikan meliputi kasih sayang, perhatian, penerimaan, serta yang paling penting adalah kelekatan emosi dengan orang tua secara tulus. Jadi, guru yang paling utama dalam pembentukan rasa *self confident* adalah orang tua.

Menurut Middle Brook (dalam Fatimah) ada empat faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, yaitu:

(1) Pola Asuh

Pola asuh sangat berpengaruh dalam pembentukan suatu kepribadian. Karena pada pola asuh terdiri dari tiga macam yaitu otoriter, demokratis dan permisif.

(2) Jenis Kelamin.

Perlakuan orang tua terhadap anak laki-laki dan perempuan berbeda. Pada umumnya anak laki-laki lebih dari anak perempuan, peran perempuan secara sosial dikondisikan sekitar rumah tangga, suami, dan anak. Perempuan banyak dibatasi dengan banyak hal sedangkan laki-laki banyak mendapat kebebasan dan kemudahan. Perbedaan ini mengakibatkan adanya perbedaan nilai dan penilaian terhadap diri sendiri mempunyai pengaruh besar pada kepercayaan diri seseorang.

(3) Pendidikan

Mereka yang mempunyai pendidikan tinggi memiliki ego yang efektif dan otonom. Dengan demikian pendidikan membuat individu semakin tinggi akan pengetahuan dan pengalaman yang akhirnya menjadikannya mantap dalam berbuat atau memutuskan sesuatu, hal ini akan berpengaruh pada kepercayaan dirinya.

(4) Penampilan Fisik

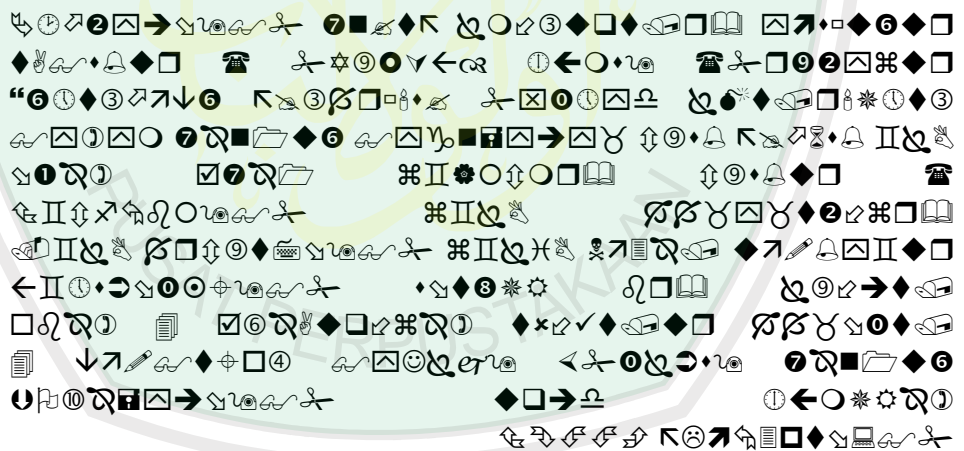
Penampilan fisik juga mempunyai porsi yang khusus dalam mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Seseorang yang mempunyai penampilan fisik yang kurang menarik cenderung akan menarik diri dari komunitas sosial umum, ia lebih senang bergaul dengan individu yang sama dengannya dari segi fisik. Pembatasan

diri dalam pergaulan merupakan indikasi bahwa individu tersebut memiliki kepercayaan diri yang kurang baik.

d. Self confident dalam Pandangan Islam

Untuk mendapatkan suatu kepercayaan kepada diri sendiri, seseorang harus melalui sebuah proses terlebih dahulu yaitu dengan mempercayai adanya Allah SWT. Dialah maha segala-galanya yang menguasai alam seluruh jagad raya. Hanya padanyalah manusia diharuskan untuk berserah diri. Adapun proses untuk mempercayai Tuhan adalah iman. Iman adalah kepercayaan yang dimiliki secara dominan oleh setiap orang yang dipimpin oleh Wahyu Ilahi. Dibawah ini terdapat ayat yang menunjukkan definisi konsep iman.

Firman Allah:



Artinya: Dan ia menaikkan kedua ibu-bapanya ke atas singgasana. dan mereka (semuanya) merebahkan diri seraya sujud kepada Yusuf. dan Berkata Yusuf: "Wahai ayahku inilah ta'bir mimpiku yang dahulu itu; Sesungguhnya Tuhanku Telah menjadikannya suatu kenyataan. dan Sesungguhnya Tuhanku Telah berbuat baik kepadaku, ketika dia membebaskan Aku dari rumah penjara dan ketika membawa kamu dari dusun padang pasir, setelah syetan merusakkan (hubungan)

antaraku dan saudara-saudaraku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Lembut terhadap apa yang dia kehendaki. Sesungguhnya dialah yang Maha mengetahui lagi Maha Bijaksana (QS. Yusuf: 100).

Manusia diciptakan oleh Allah menjadi makhluk yang paling sempurna, karena manusia diberi akal, yang mana makhluk Allah lainnya tidak diberi. Kepercayaan diri merupakan bentuk dari konsep diri yang positif. Mensyukuri nikmat Allah yang telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebegus-bagusnya merupakan salah satu wujud dari rasa percaya diri. Seperti yang terkandung dalam Al-Qur'an surat At-Tin; 4:



Artinya Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya (QS. At-Tin: 4).

Jadi, bahwasanya Allah menciptakan manusia dengan bentuk yang sempurna dibanding dengan makhluk Allah yang lainnya. Maka sebagai manusia kita patut bersyukur atas segala nikmat yang telah diberikan-Nya kepada kita. Allah menciptakan manusia dalam keadaan bersih (fitrah) dengan membawa beberapa potensi, hingga lingkungannya kelak yang akan membentuknya menjadi baik atau buruk baik lingkungan masyarakat maupun orang tua. Allah tidak membedakan antara manusia yang satu dengan manusia yang lainnya, kecuali ketaqwaan kepada Allah. Jadi tidak ada manusia yang lebih sempurna atau lebih bagus dari manusia lain, kecuali derajat ketaqwaan mereka kepada Allah. Manusia terlahir ke dunia telah menyandang gelar sebagai pemimpin (pemenang), berjuta-juta calon manusia yang terkandung dalam sperma laki-laki ketika proses pembuahan, dan

hanya satu atau dua yang hanya benar-benar menjadi manusia (bayi) dengan menyisihkan jutaan saingan. Dan diturunkannya manusia ke bumi ini untuk menjadi pemimpin.

Sebagaimana firman Allah:



﴿يَا أَيُّهَا الْمَلَأَى الْأُبْهَامَ الَّذِينَ كَفَرُوا الَّذِينَ اتَّخَذُوا الْأَنْبِيَاءَ الْمُرْسَلِينَ إِهْوَاءَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا فَيَمْنَعُونَهُمْ أَيُّهُمْ﴾

Artinya: Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat: "Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi." mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui" (QS. Al-Baqarah: 30).

Dari firman Allah tersebut muncul persepsi diri pada manusia yang diharapkan memunculkan rasa *self confident* pada setiap individu didukung dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki oleh manusia serta keyakinan akan penciptaan Allah bahwa manusia diciptakan dengan segala kelebihan dan kekurangan. Alqur'an tidak membangun kualitas manusia tipe pemurung, dan terbelakang, namun bermaksud menjadikan manusia sebagai kholifah yang berdayaguna dan mampu menaklukkan dunia dengan iman sebagai analisa nilai. Untuk mengupayakan bina nafs diperlukan adanya kearifan penalaran yang

dikaitkan dengan hadirnya keimanan, kejujuran, keikhlasan dan sebagainya. Menurut Hamka (1982) bahwa unsur yang mampu memberikan sikap *self confidence* kepada manusia adalah:

- a. Tauhid. Merupakan bentuk dasar dari iman, yang mana tauhid mengakui bahwa Tuhan Esa didalam kekuasaan-Nya. Segala kekuasaan yang ada di dalam alam ini hanyalah pinjaman belaka dari Tuhan. Apabila ada keyakinan selain Tuhan tempatnya takut, maka rusaklah tauhidnya dan binasalah imannya.
- b. Takdir, yaitu mengakui baik dan buruk, sakit dan senang tidaklah akan terjadi kalau tidak dengan izin Allah. Dengan takdir manusia yakin bahwa Tuhan senantiasa akan memberi petunjuk kebenaran. Jadi, jelaslah bahwa orang Islam sepatutnya percaya pada diri sendiri, kerana kekuatan yang ada pada diri manusia digantungkan kepada kekuatan Allah SWT. Individu yang kurang self confident biasanya memiliki rasa takut, perasaan tidak berani, cemas yang berlebihan dan sebagainya dalam menghadapi berbagai permasalahan. Untuk menghilangkan rasa takut diperlukan suatu keyakinan. Dengan iman dan keyakinan yang kuat maka rasa takut akan sirna sehingga dapat menghadapi kenyataan dan mengambil langkah-langkah yang penuh percaya diri. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa untuk mendapatkan suatu kepercayaan kepada diri sendiri, seseorang harus melalui sebuah proses terlebih dahulu yaitu dengan mempercayai adanya Allah SWT. Dialah maha segala-galanya yang menguasai alam seluruh jagad raya. Setelah kita mempercayai adanya Tuhan maka muncullah rasa kepercayaan pada diri

kita. Kepercayaan diri merupakan adanya sikap individu yang yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertindak laku sesuai dengan yang diharapkannya dan tidak mudah terpengaruh oleh orang lain. Orang yang *self confident* adalah orang yang selalu mensyukuri segala nikmat yang diberikan oleh Allah dengan segala kekurangan dan kelebihanannya. Orang yang *self confident* tidak mudah patah semangat dalam meraih cita-citanya. Ia akan cenderung tetap berusaha sekuat tenaga sampai usahanya membuahkan hasil.

C. HUBUNGAN ANTARA SIKAP TERHADAP PERILAKU MEROKOK DENGAN *SELF CONFIDENT*

Perilaku Merokok merupakan masalah kesehatan karena dapat menimbulkan berbagai penyakit bahkan kematian. Remaja perokok pada umumnya berpendapat merokok merupakan hal yang umum, di kalangan remaja, meskipun merokok itu adalah kebiasaan buruk, namun merokok terlihat gaul, meningkatkan kejantanan, terasa nyaman dan mengurangi stress. Remaja perokok mengatakan tidak merokok sama dengan tidak jantan, dan mereka tahu bahwa lebih mudah mencegah daripada berhenti merokok.

Hal ini disebabkan karena adanya kandungan rokok yaitu pada tembakau yang bersifat adiktif (kecanduan). perilaku Merokok di kalangan remaja biasanya dipengaruhi oleh perasaan positif, dengan merokok seseorang merasakan penambahan rasa yang positif. Perasaan yang positif pada merokok itu biasanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan dan dilakukan sekedarnya untuk menyenangkan perasaan. perilaku Merokok juga dapat dipengaruhi oleh perasaan negatif. Banyak orang yang merokok untuk mengurangi perasaan negatif,

misalnya bila dia marah, cemas, gelisah, rokok dianggap sebagai penyelamat. Mereka menggunakan rokok bila perasaan tidak enak terjadi, sehingga terhindar dari perasaan yang lebih tidak enak. Rokok adalah barang yang mengandung nikotin dan zat-zat lainnya yang mengakibatkan ketergantungan bagi orang yang memakainya. Nikotin yang terdapat dalam rokok dapat menyebabkan ketagihan bagi pemakainya karena adanya unsur kimia yang dapat menimbulkan perasaan kesenangan. Tembakau atau rokok termasuk zat adiktif karena menimbulkan ketagihan dan ketergantungan, sama halnya dengan naza (narkotika, alkohol, dan zat adiktif). Pola hubungan dalam keluarga yang penuh dukungan disertai norma dan sanksi yang jelas merupakan faktor yang dapat mencegah remaja untuk berteman dengan sebaya yang bersikap merokok. Namun sebaliknya, remaja yang mengenakan hukuman fisik dan verbal dengan cara mengkritik berlebihan serta adanya kekerasan di keluarga menjadi faktor negatif bagi remaja untuk berteman dengan teman sebayanya. Bagi sebagian remaja perokok, merokok membangkitkan kepercayaan, ketenangan, rasa memimpin, meningkatkan kewibawaan dan lain-lain.

Merokok adalah simbol persahabatan dan keakraban, merokok juga sebagai kunci pencarian ide-ide cemerlang, pembuat inspirasi, dapat menenangkan fikiran, mengurangi rasa gelisah, mengurangi stress dan lain sebagainya. Merokok akan merasa lebih dewasa dan dapat menimbulkan ide-ide atau inspirasi. Faktor-faktor psikologis dan fisiologis inilah yang banyak mempengaruhi kebiasaan merokok dikalangan remaja. Banyak alasan yang memicu remaja merokok, karena ikut-ikutan teman, semata-mata karena ingin saja (iseng), agar lebih tenang apalagi waktu berpacaran, ada yang merasa karena gagah, merasa bebas, dan supaya

kelihatan seperti orang dewasa. Sebelum seseorang bisa disebut sebagai pria dewasa, maka dia harus merokok.

Merokok akhirnya menjadi jalan yang harus dilewati sebelum seseorang diterima sebagai orang dewasa. Dalam keseharian, budaya seperti itu muncul dalam bentuk penyebutan banci buat anak-anak muda yang tidak merokok. Selain sebagai jalan menuju dewasa, merokok buat pria menjadi ciri seorang lelaki sungguhan dan akhirnya menjadi sarana pergaulan bagi para remaja (Nainggolan, 2001). Kebiasaan merokok pada sebagian orang, umumnya dipicu oleh citra dalam diri tiap individu dan juga pergaulan dalam lingkungan masyarakatnya. Remaja merokok pada umumnya karena sekedar ikut-ikutan orang yang lebih dewasa darinya atau sekedar ingin mengikuti trend. Keluarga memiliki peranan yang sangat besar dalam membentuk perilaku Merokok yang ada pada diri tiap anggotanya. Selain itu, peranan media informasi dalam mengiklankan rokok yang mempromosikan pemeran utama yang dikagumi oleh penonton ditampilkan sebagai sosok perokok aktif, hal ini juga dapat membentuk kebiasaan merokok dalam diri penonton, khususnya para anak muda (Husaini, 2006). Rokok menjadi gaya hidup dan citra diri seseorang yang sehat.

Remaja adalah target utama dalam usaha memperluas pasar bagi produknya, karena remaja yang merokok akan terbawa terus sampai dewasa dan menjadikannya sebagai image. Rokok dapat membuat orang yang menghisapnya merasa tenang dan percaya diri, begitulah pengakuan dari sebagian perokok (Mangoenprasodjo, 2005). Remaja mulai merokok dikatakan oleh Erikson (dalam Komalasari; 2002) berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya yaitu masa ketika mereka sedang mencari jati

dirinya. Dalam masa remaja ini, sering dilukiskan sebagai masa badai dan topan karena ketidaksesuaian antara perkembangan psikis dan sosial.

Menurut Fatia (2005) banyak alasan orang merokok, ada yang karena gengsi, gaya hidup, iseng, atau hanya ingin terlihat macho (keren) dan gaul. Efek yang dirasakan kebanyakan para perokok itu adalah efek sugesti yang bersifat psikologis. Efek secara psikologis memang dapat langsung dirasakan. Perasaan terlihat lebih macho (keren), lebih percaya diri, lebih tenang, dan efek-efek menyenangkan lainnya. Namun selain efek tersebut ada efek lain yang perlahan menyusup di balik tubuh, yaitu suatu penyakit yang ditimbulkan oleh rokok, salah satunya adalah serangan jantung, batuk, dan kanker. Adit (2002) menambahkan rokok ditampilkan makin sering dan luas ke masyarakat sebagai symbol kejantanan. Akibatnya jelas, merokok menjadi gaya tersendiri bagi banyak orang.

Bagi remaja rokok adalah suatu tahap seorang anak menuju dewasa. Bagi anak-anak muda jika tidak merokok dikatakan banci oleh sebagian anak muda lainnya. Gengsi, kelihatan macho (keren), atau ingin dianggap dewasa, merupakan serangkaian alasan remaja merokok, sebagaimana dikemukakan Mangunegoro (dalam Mangunprasodjo, 2005): merokok dapat mendatangkan berbagai kenikmatan. Banyak perokok yang mengaku tidak bisa berhenti merokok karena merokok dapat menenangkan pikiran. Padahal semakin banyak rokok yang terisap, perokok akan mengalami berbagai penyakit, ujanya. Benda kecil berbahan utama tembakau ini dapat menyenangkan bagi sebagian orang yang merokok, tetapi menyebarkan bagi orang yang tidak merokok. Menurut pengakuan sebagian para perokok, rokok dapat membuat orang yang

menghisapnya merasakan ketenangan dan percaya diri. Namun sebaliknya bagi mereka yang bukan perokok terpaksa ikut menghisap asapnya (Mangunprasodjo).

Tubuh kita pada dasarnya adalah amanah dari Allah yang harus dijaga. Merokok dapat menyebabkan orang lain terganggu. Asap rokok yang langsung dihisapnya berakibat negatif tidak saja pada dirinya sendiri, tetapi juga orang lain yang ada disekitarnya, karena kandungan dalam rokok termasuk zat adiktif yang menimbulkan ketagihan atau ketergantungan. Berbuat sesuatu yang dapat menimbulkan bahaya (mudharat) bagi diri sendiri apalagi orang lain, adalah hal yang tidak disenangi menurut syariat. Sebagaimana firman Allah SWT:



Artinya: Hai orang-orang yang beriman, sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan panah, adalah termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan- perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan.(QS. Al-Maa-idah: 90).

Cukuplah kiranya membuktikan bahwa kebiasaan merokok merupakan suatu perbuatan yang dapat membahayakan diri sendiri maupun orang yang ada disekitarnya karena adanya kandungan yang berbahaya dari rokok tersebut. Walaupun rokok ada manfaatnya namun lebih banyak mudharatnya. Merokok merupakan salah satu perbuatan yang mengarah pada pekerjaan membinasakan, karena rokok menurut ilmu kedokteran dapat mengakibatkan penyakit kanker.

Dari berbagai alasan tersebut di atas, maka Islam hanya menganjurkan yang baik-baik saja menurut yang diperintahkan oleh Allah.

D. HIPOTESIS PENELITIAN

Hipotesis adalah suatu jawaban sementara yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul

Hipotesis dalam penelitian ini adalah

Ada Hubungan Antara Sikap Terhadap Perilaku Merokok Dengan *Self Confident* Mahasiswa Perokok Psikologi UIN Maliki Malang.

