

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU
MEROKOK PADA MAHASISWI**

SKRIPSI

AULIA SUKMA PUTRI

13.40.0136



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2017**

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU
MEROKOK PADA MAHASISWI**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Disusun oleh:

AULIA SUKMA PUTRI

13.40.0136



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2017

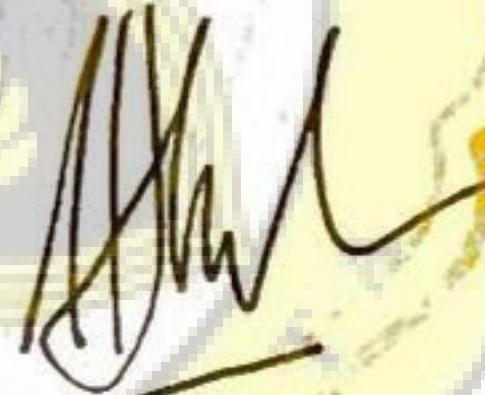
HALAMAN PENGESAHAN

**Dipertahankan di Depan Dosen Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Khatolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk
Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana
Psikologi**

**Pada Tanggal:
20 September 2017**



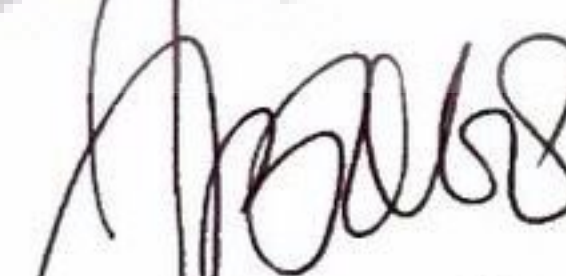
Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Khatolik Soegijapranata
Dekan,




(Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes)

Dewan Penguji :

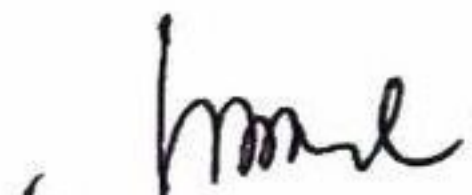
1. Dr. Y. Bagus Wismanto, MS


(.....)

2. Drs. Y. Sudiantara, Bth., MS


(.....)

3. Dr. Endang Widyorini, MS


(.....)

HALAMAN PERSEMBAHAN



Teruntuk Mama, satu langkah kecil untuk membuat mama
bangga...😊

MOTTO

“Akulah Kapten Hidupku. Akulah yang bertanggung jawab atas kebahagiaan dan ketidakhahagiaan diriku sendiri. Akulah yang duduk di kursi pengemudi menuju takdirku” – Sean Covey



**“Janganlah kamu berduka cita, sesungguhnya Allah bersama kita”
(QS. At- Taubah: 40)**

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas limpahan dan kasih-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswi”

Penelitian ini disusun guna melengkapi tugas dan syarat kelulusan Program Strata I Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak akan selesai dengan baik tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Ibu Dr. Endang Widyorini, MS selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dan memberikan bimbingan serta pengarahan dalam penulisan skripsi ini.
3. Ibu Dra. Emiliana Primastuti, M.Si, selaku dosen wali yang telah mendampingi dan membimbing peneliti selama menyelesaikan studi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
4. Ibu Dra. Suparmi, M.Si, bapak Dr. Y. Bagus Wismanto, MS dan bapak Drs. Y. Sudiantara, MS, selaku dosen penguji sidang skripsi yang memberi masukan dan saran yang membangun.
5. Segenap Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat sehingga memperkaya referensi dalam penelitian skripsi ini.
6. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah banyak membantu untuk segala urusan administrasi.

7. Keluarga besar penulis, terkhusus Ayah, Bunda, Mama, dan Kakakku Andre dan Adell yang mengajarkan penulis untuk tetap kuat, tabah dan bahagia sehingga penulis mampu menyelesaikan perkuliahan dan tugas akhir dengan lancar.
8. Bapak Kuriake Kharismawan, S.Psi, Psi, yang telah menjadi figur ayah sekaligus sahabat penulis, dan selalu ada ketika penulis merasa ragu dengan dirinya sendiri.
9. Sahabat-sahabatku geng “The Brengkies” yang ada ketika penulis perang dunia dan ketika berada di atas dunia, Sita, Hani, Eksi, Octa, Mariska, dan Saras. Tidak ada kata yang bisa menggambarkan kenangan gila dan dorongan untuk segera pergi sebagai sarjana dari kalian.
10. Dimas Kresna Amando Putra, terimakasih sudah menjadi kekasih, kakak, sahabat, rekan kerja yang selalu ada, mengimbangi, meninggi dan merendah untuk penulis.
11. Sahabat paling aneh dan lugu, Fadhia Hapsari, yang dengan nasihat, ide, gossip, dan diksi yang unik sehingga memberi penulis inspirasi serta melupakan sejenak masalah-masalah di sekitar penulis.
12. Teman-teman CTR, Eksi, Octa, Epic, Papito, Osy, Indro, Yuka, Nilam, Titin, Ais, Mbokek, bapak Abi, Tasya, Jhejhe, Azizi, Bayu, Obet, Welly, Diah, Mesa, Rheyna, Ko Rangga, Mas Silver, Boceng, Iyem dan adik kesayanganku Jojo, terimakasih atas dinamikanya, sungguh pengalaman yang tidak terlupakan untuk menangani kasus bencana sosial. Mari mengepakkan sayap lebih lebar dan terbang lebih tinggi !
13. Teman-teman kelas 03 2013, terkhusus Asep, Epic, Papito, Indro, Gerrit, Camar, Oca, Aldi, Comot, Saka, Putra, Lian, Vicka, Monic, Bante dan Adhi. Terimakasih telah menjadi kelas

paling *recek* dan paling hebat, seru, akrab, dan kompak dalam melaksanakan kejahatan.

14. Sahabat semasa SMA, Angganoy, Deniya, Icha, Ojan, Wira, Putek, dan Tyara. Teman dikala susah dan senang dan menjaga seluruh aib penulis hingga semester akhir.
15. Rekan-rekan sesama pejuang skripsi, Danis, Sony, dan Wulan. Terimakasih atas nasihat-nasihat cerdasnya yang menarik penulis dari masalah yang penulis buat sendiri.
16. Mbak Hani, Bu Nurwati, Bu Nursidah, selaku *Cleaning Service* gedung Fakultas Psikologi yang selalu menemani penulis ketika menyelesaikan skripsi di fakultas. Gosip, canda ringan, dan keramahan yang diberikan sangat berkesan bagi penulis.
17. Teman-teman *Co-Trainer*, Bapak Tikno, dan SPV ATGW 2015 yang telah menempa *softskill* penulis sehingga penulis dapat jauh berkembang, terimakasih atas suka dukanya.
18. Berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, yang telah mendukung, memberikan pembelajaran, dan telah menerima penulis.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca supaya penulis dapat lebih baik dalam melakukan penelitian selanjutnya.

Semarang, 5 September 2017

Penulis

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA MAHASISWI

Aulia Sukma Putri

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku merokok pada mahasiswi. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku merokok pada mahasiswi. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *Snowball Incidental Quota Sampling* dengan total subyek 30 mahasiswi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan alat ukur berupa skala kontrol diri dan skala perilaku merokok. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan teknik analisis *product moment* dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis diperoleh $r_{xy} = -0,651$ dengan $p < 0,01$ yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan perilaku merokok pada mahasiswi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

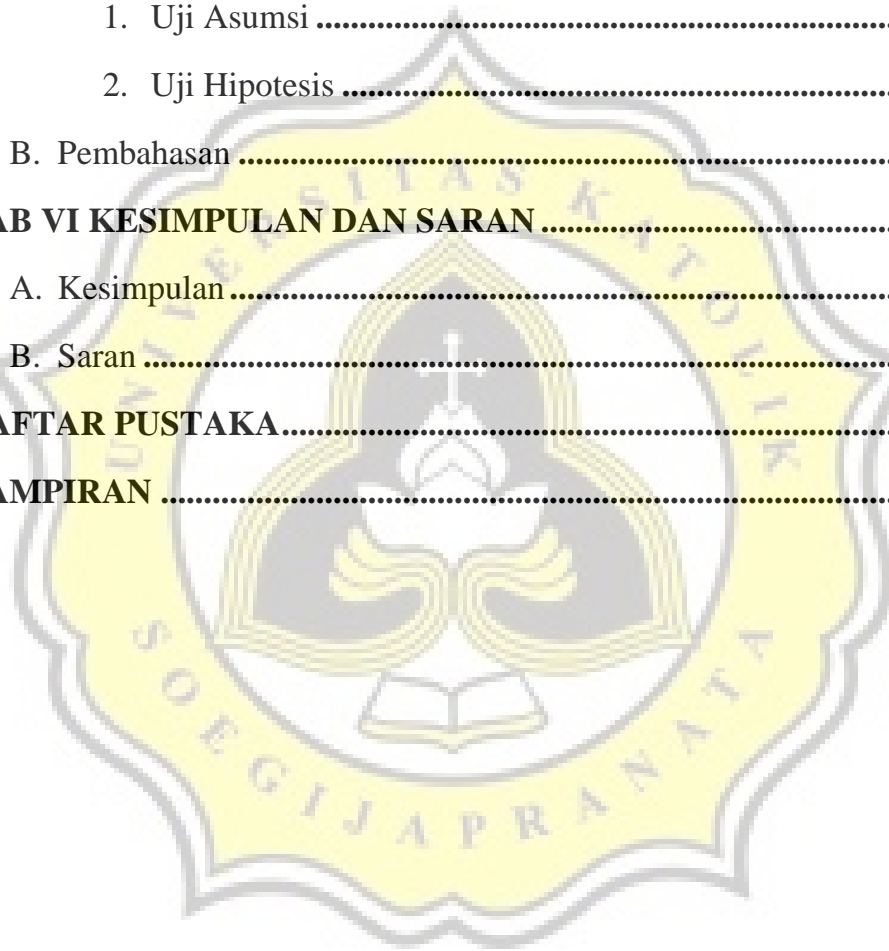
Kata kunci: Kontrol diri, Perilaku Merokok.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
UCAPAN TERIMAKASIH	vi
ABSTRAKSI	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I: PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	9
C. Manfaat Penelitian	9
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Perilaku Merokok	10
1. Pengertian Perilaku Merokok	10
2. Tahapan Menjadi Perokok.....	13
3. Aspek-Aspek Perilaku Merokok	15
4. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Perilaku Merokok pada Wanita.....	17
B. Kontrol Diri	20
1. Pengertian Kontrol Diri	20
2. Aspek-Aspek Kontrol Diri	21
C. Kerangka Teori	23

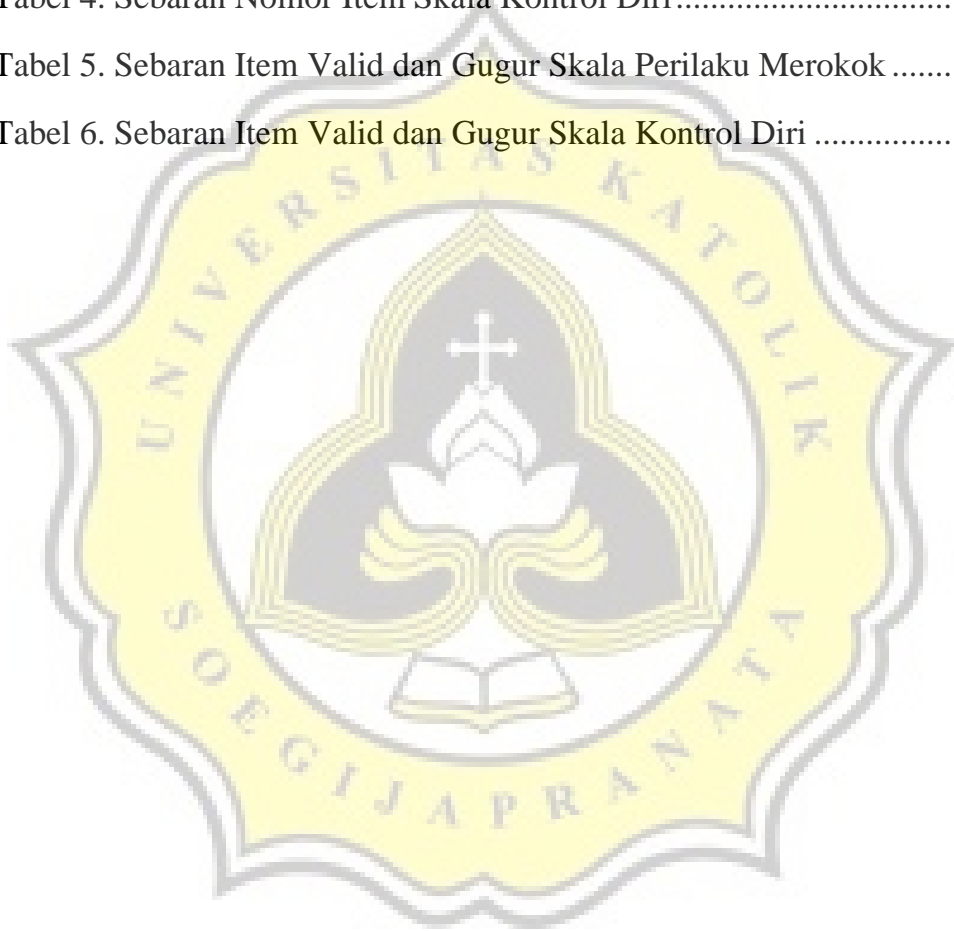
D. Hipotesis	29
BAB III: METODE PENELITIAN	30
A. Metode Penelitian yang Digunakan.....	30
B. Identifikasi Variabel Penelitian	30
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	30
1. Definisi Operasional Perilaku Merokok.....	31
2. Definisi Operasional Kontrol Diri	31
D. Subjek Penelitian	31
1. Populasi	32
2. Teknik Pengambilan Sampel.....	32
E. Metode Pengumpulan Data	33
1. Alat Pengumpulan data.....	33
2. Blueprint dan Cara Penilaian.....	33
a. Skala Perilaku Merokok	33
b. Skala Kontrol Diri.....	35
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	36
1. Validitas Alat Ukur.....	36
2. Reliabilitas Alat Ukur.....	37
G. Metode Analisis Data	37
BAB IV PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN.....	38
A. Orientasi Kanchah Penelitian	38
B. Persiapan Pengumpulan Data	40
1. Penyusunan Skala Penelitian	40
2. Tahap Perijinan Penelitian	42
3. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	43

C. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	44
1. Validitas dan reliabilitas Skala Perilaku Merokok	44
2. Validitas dan reliabilitas Skala Kontrol Diri	45
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Hasil Penelitian	46
1. Uji Asumsi	46
2. Uji Hipotesis	47
B. Pembahasan	48
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA.....	56
LAMPIRAN	61



DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blueprint</i> Skala Perilaku Merokok	34
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala Kontrol Diri	36
Tabel 3. Sebaran Nomor Item Skala Perilaku Merokok.....	41
Tabel 4. Sebaran Nomor Item Skala Kontrol Diri.....	42
Tabel 5. Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Perilaku Merokok	45
Tabel 6. Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Kontrol Diri	45



DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Bagan Kerangka Pikir Penelitian..... 28



DAFTAR LAMPIRAN

A. SKALA PENELITIAN.....	62
A-1 Skala Perilaku Merokok	63
A-2 Skala Kontrol Diri	66
B. DATA PENELITIAN.....	68
B- Data Penelitian Perilaku Merokok.....	69
B-2 Data Penelitian Kontrol Diri.....	70
C. UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS PUTARAN I.....	72
C-1 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Perilaku Merokok.....	73
C-2 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kontrol Diri.....	75
D. UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS PUTARAN II.....	77
D-1 Validitas dan Reliabilitas Skala Perilaku Merokok.....	78
D-2 Validitas dan Reliabilitas Skala Kontrol Diri.....	80
E. UJI ASUMSI	
E-1 Uji Normalitas.....	83
E-2 Uji Linieritas	86
F. ANALISIS DATA.....	88
G. PERIJINAN	90
F-1 Surat Ijin Penelitian.....	91
F-2 Surat Bukti Penelitian	93
F-3 Surat Pernyataan Keaslian Skripsi	94