

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara stres dengan perilaku merokok pada remaja. Hal tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi antara stres dengan perilaku merokok dengan  $r_{xy} = 0,399$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Artinya semakin tinggi stres maka cenderung semakin tinggi pula perilaku merokok pada remaja, begitu juga sebaliknya semakin rendah stres maka cenderung semakin rendah pula perilaku merokok pada remaja. Sedangkan dari hasil kategorisasi dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja yang merokok memiliki perilaku merokok kategori sedang sebesar 65,40%, kategori rendah sebesar 23,80%, dan kategori tinggi sebesar 10,80%. Dari 130 remaja yang menjadi subjek penelitian, sebanyak 70,77% persen memiliki stres kategori sedang, 23,08% memiliki stres kategori rendah, dan 6,15% memiliki stres kategori tinggi.

Koefisien determinasi (*R Squared*) sebesar  $R^2 = 0,159$  menunjukkan bahwa stres memberikan sumbangan efektif sebesar 15,9% terhadap tingginya perilaku merokok pada remaja. Dengan demikian, sebesar 84,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti, seperti faktor biologis dan faktor lingkungan berupa paparan iklan, pengaruh orang tua, dan pengaruh teman sebaya.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut :

1. Bagi remaja

Hasil dari penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara stres dengan perilaku merokok pada remaja. Oleh karena itu disarankan kepada remaja agar lebih memahami kondisi tubuh ketika stres sehingga dapat melakukan pengelolaan stres dan mengalihkannya pada hal bermanfaat.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasar penelitian yang telah dilakukan, variabel stres menyumbang sebesar 15,9% terhadap perilaku merokok, sementara 84,1% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Oleh sebab itu, bagi peneliti selanjutnya yang berminat mengambil tema yang sama, disarankan untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang diperkirakan dapat mempengaruhi perilaku merokok pada remaja. Peneliti selanjutnya disarankan mengkaji faktor lain yang dapat menyebabkan remaja merokok seperti faktor biologis berupa ketergantungan nikotin dan genetik, juga faktor lingkungan berupa pengaruh orang tua, pengaruh teman sebaya, dan paparan iklan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aradea, T. (2018). Hubungan stres kerja dan perilaku merokok pada wanita yang bekerja. *Skripsi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Arora, A. (2008). *5 langkah mencegah dan mengatasi stres*. Jakarta: PT. Buana Ilmu Populer Kelompok Gramedia.
- Astuti, K. (2012). Gambaran perilaku merokok pada remaja di kabupaten Bantul. *Jurnal Insight*, 25(1), 77-87.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Dasar-dasar psikometrika edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R.A & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Bawuna, N. H., Rottie, J., & Onibala, F. (2017). Hubungan antara tingkat stres dengan perilaku merokok pada mahasiswa fakultas teknik universitas sam ratulangi. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 1-9.
- Booker, C., Gallaher, P., Unger, J., Ritt-Olson, A., & Johnson, A. (2004). Stressful life events, smoking behavior, and intentions to smoke among a multiethnic sample of sixth graders. *Ethnicity and Health*, 9(4), 369-397.
- Cahyadi, E., Mursyida., & Marghilatillah, C. (2018). Hubungan antara persepsi tingkat kepercayaan diri dengan perilaku merokok pada mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama Aceh Besar. *Jurnal Aceh Medika*, 2(1), 5-13.
- Chaplin, J.P. (2006). *Kamus lengkap psikologi* (Diterjemahkan oleh Kartono, K). Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Coster, P. (2012). *Teen faq smoking*. London: Britannica Digital Learning.
- Emma, C., Wit., H.D. (2010). Effects of acute psychosocial stress on cigarette craving and smoking. *Nicotine & Tobacco Research*, 12(4), 449-453.
- Fikriyah, S., & Febrijanto, Y. (2012). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada mahasiswa laki-laki di asrama putra. *Jurnal Stikes*, 5(1), 99-109.
- Finkelstein, D. M., Kubzansky, L. D., & Goodman, E. (2006). Social status, stress, and adolescent smoking. *Journal of Adolescent Health*, 39(5), 678-685.

- García-Rodríguez, O., Suárez-Vázquez, R., Santonja-Gómez, F. J., Secades-Villa, R., & Sánchez-Hervás, E. (2011). Psychosocial risk factors for adolescent smoking: a school-based study. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 11(1), 23-33.
- Gayatri, A., Susanto, A.D., & Setiawati, A. (2012, Januari). Nicotine replacement therapy. *Cermin Dunia Kesehatan-189*, 39(1), 25-30. Diambil dari [http://www.kalbemed.com/Portals/6/09\\_189Nicotine%20Replacement%20Therapy.pdf](http://www.kalbemed.com/Portals/6/09_189Nicotine%20Replacement%20Therapy.pdf) (Diakses pada Juni 2018).
- Green, D.E. (1977). Psychological factors in smoking. *NIDA Research Monograph*, 17, 149-156.
- Hadi, S. (2000). *Metode research jilid I*. Yogyakarta: Andi.
- Halim, N.A.B.A. (2013). Faktor-faktor psikologis yang menentukan perilaku merokok pada mahasiswi kedokteran di Universitas Hasanuddin tahun 2013. (*Skripsi*). Diambil dari Repository Universitas Hasanuddin. (Diakses pada Oktober 2017).
- Hasanah, A.U. (2011). Hubungan antara dukungan orang tua, teman sebaya dan iklan rokok dengan perilaku merokok siswa laki-laki MAN 2 Boyolali. *Gaster Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 695-705.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *HTTS 2016: suarakan kebenaran, jangan bunuh dirimu dengan candu rokok*. Diambil dari <http://www.depkes.go.id/article/print/16060300002/https-2016-suarakan-kebenaran-jangan-bunuh-dirimu-dengan-candu-rokok.html> (Diakses pada April 2017).
- Komalasari, D., & Helmi, A.F. (2000). Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*, 3(1), 37-47.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stres, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lestary, H., & Sugiharti, S. (2011). Perilaku berisiko remaja di Indonesia menurut survey kesehatan reproduksi remaja Indonesia (SKRRI) Tahun 2007. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 1(3 Agt), 136-144.
- Looker, T., & Gregson, O. (2005). *Managing stress: mengatasi stres secara mandiri*. Yogyakarta: Baca.
- Mönks, J., Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. (2014). *Psikologi perkembangan pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

- Mu'tadin, Z. (2002). Remaja dan rokok. Diambil dari <http://www.epsikologi.com/remaja.050602>. (Diakses pada Maret 2017).
- Nasution, I.K. (2007). Perilaku merokok pada remaja. (*Skripsi*). Diambil dari Repository Universitas Sumatera Utara. (Diakses pada April 2017).
- Negeri, P.M.P.S.S. (2017). Hubungan antara konformitas terhadap perilaku merokok pada siswa SMP Negeri 1 Loa Janan. *eJournal Psikologi*, 5(1), 96-106.
- Prawitasari, J.E. (2012). *Psikologi terapan melintas batas disiplin ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Priyatno. (2010). *Teknik mudah dan cepat melakukan analisis data penelitian dengan spss*. Yogyakarta: Gaum Medis.
- Rahman, M.M. (2009). *Stres dan penyesuaian diri remaja*. Yogyakarta: Ide Press.
- Rohman, A. (2009). *Hubungan antara tingkat stres dan status sosial ekonomi orang tua dengan perilaku merokok pada remaja*. Diambil dari <http://psikologi.or.id/psikologi-sosial/hubungan-antara-tingkat-stres-dan-status-sosial-ekonomi-orang-tua-dengan-perilaku-merokok-pada-remaja-2.htm> (Diakses pada Juni 2018).
- Sanjiwani, N.L.P.Y., & Budisetyani, I. (2014). Pola asuh permisif ibu dan perilaku merokok pada remaja di SMAN 1 Semarang. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(2), 344-352.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja edisi 11 jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Saputro, B.M., & Soeharto, T.N.E.D. (2012). Hubungan antara konformitas terhadap teman sebaya dengan kecenderungan kenakalan pada remaja. *Jurnal INSIGHT*, 10(1), 1-15.
- Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2014). *Health psychology: biopsychosocial interactions 7th edition*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Sari, A.T.O., Ramdhani, N., & Eliza, M. (2003). Empati dan perilaku merokok di tempat umum. *Jurnal Psikologi*, No. 2, 81–90.
- Sinulingga, S. R. (2016). Perilaku merokok dan kenyamanan pasien pada ruang tunggu BPS Tarigan Pangkalpinang. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 224-227.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Semarang: PT. Grasindo.
- Solehah, S.M., & Mulyana, O.P. (2018). Perbedaan empati ditinjau dari intensitas merokok pada siswa SMK. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 1-6.

- Sriani, K.I., Fakhriadi, R., & Rosadi, D. (2016). Hubungan antara perilaku merokok dan kebiasaan olahraga dengan kejadian hipertensi pada laki-laki usia 18-44 tahun. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 3(1), 1-6.
- Subanada, I.B. (2008). *Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Sundberg, N.D., Winebarger, A.A., & Taplin, J.R. (2007). *Psikologi klinis (edisi keempat) perkembangan teori, praktik, dan penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Taylor, S.E. (2012). *Health psychology*. London: McGraw-Hill Education.
- Taylor, S.E., Peplau, L.A & Sears, D.O. (2009). *Psikologi sosial edisi XII*. Jakarta: Kencana.
- Trisnolerah., Joseph, W.B.S., Kapantow, N.H. (2016). Hubungan antara tingkat stres dan pola asuh orang tua dengan kebiasaan merokok pada siswa kelas X dan XI di SMK Negeri 2 Manado. *Jurnal PHARMACON*, 5(2), 114-121.
- Vaora, M., Sabrian, F., Dewi, Y.I. (2012). Hubungan kebiasaan merokok remaja dengan gangguan pola tidur. (*Jurnal Online*). Diambil dari <http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSTIK/article/view/3523/3418>. (diakses pada Oktober 2017).
- Walgito, B. (2010). *Pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: Andi.
- Wismanto, Y.B., & Sarwo, Y.B. (2007). *Strategi penghentian perilaku merokok*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata.
- Wulan, D. K. (2012). Faktor psikologi yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Humaniora*, 3(2), 504-511.
- Wulandari, H. (2011). Hubungan usia, pola asuh orang tua, dan lingkungan sosial dengan kejadian merokok pada remaja di dusun widoro bangunharjo sewon bantul yogyakarta. (*Naskah Publikasi*). Diambil dari <http://digilib.unisayogya.ac.id/1070/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20HESTI%20WULANDARI.pdf>. (Diakses pada Juni 2018).