

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan kontrol diri dengan perilaku merokok pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ada dua, yaitu ada hubungan positif antara stres akademik dengan perilaku merokok dan ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku merokok pada mahasiswa. Subjek penelitian ini berjumlah 100 orang dengan karakteristik mahasiswa dan mahasiswi perokok aktif. Pengambilan data penelitian ini menggunakan Skala Stres Akademik, Skala Kontrol Diri dan Skala Perilaku Merokok. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi ganda. Berdasarkan hasil analisis *product moment* antara stres akademik dengan perilaku merokok diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,321 dengan $p=0,001$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara stres akademik dengan perilaku merokok. Hasil analisis data antara kontrol diri dengan perilaku merokok diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar -0,538 dengan $p=0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku merokok. Hasil analisis regresi ganda diperoleh $r=0,560$ dengan $p=0,000$ yang berarti bahwa terdapat hubungan antara stres akademik dan kontrol diri dengan perilaku merokok. Kontrol diri yang rendah pada mahasiswa berhubungan dengan tingkat stres akademik yang dialami sehingga meningkatkan resiko perilaku merokok menjadi tinggi. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa stres akademik dan kontrol diri bersama-sama berkontribusi 31,3 % terhadap perilaku merokok dan sisanya sebesar 68,7% dipengaruhi faktor lain seperti teman sebaya, lingkungan, pola asuh orang tua, dan iklan rokok.

Kata kunci: Perilaku Merokok, Stres Akademik, Kontrol Diri.

Abstract

This research aims to determine the relationship between academic stress and self control with smoking behavior in college students. There are two hypotheses proposed in the study, namely there is a positive relationship between academic stress and smoking behavior and there is a negative relationship between self-control and smoking behavior in college students. The subjects of this research were 100 people with the characteristics of active smokers and college students. Retrieval of this research data using academic stress scale, self-control scale and smoking behavior scale. The data analysis technique used is anaylisis regresion. Based on the results of data analysis between academic stress and smoking behavior, the correlation coefficient (R) of 0.321 with $p = 0.001$ ($p < 0.01$). These results indicate that there is a significant positive relationship between academic stress and smoking behavior. The results of data analysis between self-control and smoking behavior obtained correlation coefficient (R) of -0.538 with $p = 0,000$ ($p < 0.01$). The results of multiple regression analysis obtained $r = 0.560$ with $p = 0.000$, meaning that there is a relationship between academic stress and self-control with smoking behavior. Low self-control in college students is associated with the level of academic stress experienced so that it increases the risk of smoking behavior being high. These results indicate that there is a significant negative relationship between self control and smoking behavior. The acceptance of the hypothesis in this research shows that academic stress and self-control together contribute 31,3% to smoking behavior and the remaining 68,7% is influenced by other factors such as peers, the environment, parenting parents, and cigarette advertising.

Keywords: *Smoking Behavior, Academic Stress, Self-contro*

