

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Lokasi Penelitian**

##### **1. Sejarah Singkat SMA Walisongo**

Suatu lembaga pendidikan yang terletak di Desa Laweyan Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo, yang didirikan dan dikepalai oleh Bapak Ahsanudi, S.Pd.I. Sekolah ini berdiri tahun 2003 setelah sebelumnya didirikan MTs Walisongo oleh Bapak Ahsanudi, S.Pd.I dan berada di bawah naungan yayasan Walisongo. Yayasan ini didirikan karena waktu itu taraf pendidikan masyarakatdesan laweyan masih sangat rendah, bahkan untuk mengajak anak-anak untuk melanjutkan sekolah setelah lulus sekolah SD, Ahsanudi, S.Pd.I harus mendatangi dari rumah-rumah untuk agar anak-anak desa Laweyan berminat untuk sekolah. Untuk menarik perhatian paraorang tua dan meringankan beban biaya, yayasan ini membebaskan biaya SPP, akan tetapi awalnya masih saja banyak siswi yang tetap putus sekolah karena dinikahkan oleh orang tuanya. Seiring berjalannya waktu yayasan ini semakin lama memiliki banyak siswa dan siswi baik dari dalam desa maupun dalam desa laweyan. Sekolah ini mempunyai visi dan misi sebagai berikut :

##### **2. Visi**

Menyiapkan genereasi muda yang berakhlak mulia, berpengetahuan tinggi dan siap pakai dalam kebutuhan sumber manusia.

### 3. Misi

- a. Menyelenggarakan pembelajaran dan pembiasaan dalam menjalankan ajaran Islam secara utuh
- b. Mengoptimalkan proses pembelajaran dengan PAKEM atau CTL
- c. Maju dalam IPTEK
- d. Maju dalam perolehan prestasi akademik
- e. Keteladanan, kemandirian, kedisiplinan, keterampilan dan kepedulian sosial.

## B. Deskripsi Hasil Penelitian

### 1. Validitas Instrumen Penelitian

Hasil analisa dari item untuk variabel X, dengan menggunakan program SPSS 16.0 dan signifikansi  $\alpha = 1\%$  atau 0,01 diperoleh beberapa item yang valid dan item yang gugur sebagai berikut:

Tabel 5  
Validitas item variabel X

No	indikator	No item valid	jumlah	No item gugur	Jumlah
1	Emosional	1, 11, 12, 13, 23, 16, 17	7	28,5,	2
2	Kognitif	18, 20, 21, 22, 8, 15, 19, 24, 25	9	2,30, 4,9	4
3	fisiologis	10, 14, 26	3	7, 27, 29, 31, 3, 6	6
Total		19		12	

Dari hasil analisis item variabel X di atas, menunjukkan bahwa dari 31 item terdapat 12 item yang tidak valid atau gugur. Sedangkan hasil analisa untuk item variabel Y dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 6  
Validitas item variabel Y

No	indikator	No item valid	jumlah	No item gugur	Jumlah
1	frekuensi	8, 17, 18, 22, 24 1, 2, 13, 15, 21, 27, 29	12	-	0
2	Perhatian	12, 19,20, 28 3, 4, 6,11, 14	9	-	0
3	minat	9, 10, 25 5, 7, 16, 26	7	23	1
Total		28		1	

Dari hasil analisis item variabel Y di atas, menunjukkan bahwa dari 29 item terdapat 1 item yang tidak valid atau gugur

## 2. Reliabilitas Instrumen Penelitian

Tinggi rendahnya reliabilitas secara empirik ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas. Koefisien reliabilitas berkisar antara 0,00-1,00, jika koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Dengan menggunakan program SPSS.16.0 dapat diketahui bahwa reliabilitas item untuk variabel X adalah:

Tabel 7

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.924	19

Sedangkan untuk variabel Y adalah:

Tabel 8

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.916	28

### 3. Tingkat Stress Siswa Kelas XII SMA Walisongo Probolinggo

Setelah melakukan analisis data untuk mengetahui tingkat stress siswa kelas XII SMA Walisongo Probolinggo mempunyai mean 34.28 dan standart deviasi 9.193, seperti yang ada dalam tabel berikut:

Tabel 9

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
Tingkat stres	34.28	9.193	46
Intensitas merokok	93.8043	10.40859	46

Kategori pengukuran tingkat stres dibagi menjadi tiga yaitu, tinggi, sedang dan rendah. . Untuk mencari skor kategori diperoleh dengan pembagian sebagai berikut :

- a. Tinggi:  $X > \text{Mean} + 1. \text{SD}$   
 $X > 34.28 + 1. 9.193$   
 $X > 34.28 + 9.193$   
 $X > 43.373$
- b. Sedang:  $\text{Mean} - 1. \text{SD} \leq X \leq \text{Mean} + 1. \text{SD}$   
 $34.28 - 1. 9.193 \leq X \leq 34.28 + 1. 9.193$   
 $67.46 - 9.193 \leq X \leq 67.46 + 9.193$   
 $25.087 \leq X \leq 43.373$
- c. Rendah:  $X < \text{Mean} - 1. \text{SD}$   
 $X < 34.28 - 1. 9.193$   
 $X < 34.28 - 9.193$   
 $X < 25.087$

Tabel 10  
 skor tingkat stress

Tinggi :  $X > 43.373$

Sedang:  $25.087 \leq X \leq 43.373$

Rendah:  $X < 25.087$

Setelah diketahui nilai kategori tinggi, sedang, dan rendah. Maka akan diketahui persentasenya dengan rumus :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

$P$  = Prosentase

$f$  = Frekuensi

$N$  = Jumlah subyek

Dengan demikian maka analisis hasil persentasenya tingkat stres dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 11  
Kategorisasi skor item tingkat stress

kategori	frekuensi	prosesntase
Tinggi	3	6.5%
Sedang	38	82.6%
rendah	5	10.9%
jumlah	46	100%

#### 4. Intensitas Perilaku Merokok Siswa Kelas XII SMA Walisongo

Setelah melakukan analisis data untuk mengetahui tingkat intensitas perilaku merokok Siswa Kelas XII SMA Walisongo mempunyai mean 93.8043 dan standart deviasi 10.40859 sesuai dengan tabel hasil output SPSS versi 16.0 berikut ini:

Tabel 12

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
Tingkat stres	34.28	9.193	46
Intensitas merokok	93.8043	10.40859	46

Kategori pengukuran tingkat intensitas perilaku merokok dibagi menjadi tiga yaitu, tinggi, sedang dan rendah. . Untuk mencari skor kategori diperoleh dengan pembagian sebagai berikut :

a. Tinggi:  $X > \text{Mean} + 1. \text{SD}$

$$X > 93.80 + 1. 10.41$$

$$X > 93.80 + 10.41$$

$$X > 104.21$$

b. Sedang:  $\text{Mean} - 1. \text{SD} \leq X \leq \text{Mean} + 1. \text{SD}$

$$93.80 - 1. 10.41 \leq X \leq 93.80 + 1. 10.41$$

$$93.80 - 10.41 \leq X \leq 93.80 + 10.41$$

$$83.39 \leq X \leq 104.21$$

c. Rendah:  $X < \text{Mean} - 1. \text{SD}$

$$X < 93.80 - 1. 10.41$$

$$X < 93.80 - 10.41$$

$$X < 83.39$$

Tabel 13

Skor intensitas perilaku merokok

Tinggi	: $X > 104.21$
Sedang	: $83.39 \leq X \leq 104.21$
Rendah	: $X < 83.39$

Setelah diketahui nilai kategori tinggi, sedang, dan rendah. Maka akan diketahui persentasenya dengan rumus :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

$P$  = Prosentase

$f$  = Frekuensi

$N$  = Jumlah subyek

Dengan demikian maka analisis hasil persentasenya intensitas perilaku merokok dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 14  
Kategorisasi skor item perilaku merokok

kategori	frekuensi	prosesntase
Tinggi	10	21.7%
Sedang	32	69.6%
rendah	4	8.7%
jumlah	46	100%

##### 5. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Intensitas Perilaku Merokok pada Siswa Kelas XII SMA Walisongo Probolinggo

Korelasi aitem total terkoreksi untuk masing-masing aitem ditunjukkan oleh kolom *corrected item-total correlation* dalam SPSS. Korelasi antara tingkat stres dengan intensitas perilaku merokok, dapat diketahui setelah melakukan uji hipotesis. Untuk mengetahui hipotesis pada penelitian ini akan dianalisis dengan menggunakan *product moment*. Sedangkan metode yang digunakan untuk mengolah data adalah dengan metode statistic yang

menggunakan bantuan computer dengan program SPSS 16.0 *for windows*.

Penilaian hipotesis didasarkan pada analogi :

- a.  $H_a$  : terdapat hubungan antara tingkat stres dengan intensitas perilaku merokok pada siswa kelas XII SMA Walisongo Probolinggo
- b.  $H_o$  : tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan intensitas perilaku merokok pada siswa kelas XII SMA Walisongo Probolinggo.

Dasar pengambilan keputusan tersebut, berdasarkan pada probabilitas, sebagai berikut :

- 1) Jika probabilitas  $< 0.05$  maka  $H_a$  diterima
- 2) Jika probabilitas  $> 0.05$  maka  $H_o$  ditolak

Setelah dilakukan analisis dengan bantuan komputer program SPSS 16.0 *for windows*, diketahui hasil korelasi sebagai berikut :

Tabel 15

Correlations			
		VAR00001	VAR00002
VAR00001	Pearson Correlation	1	-.254
	Sig. (2-tailed)		.089
	N	46	46
VAR00002	Pearson Correlation	-.254	1
	Sig. (2-tailed)	.089	
	N	46	46

Hasil korelasi antara tingkat stres intensitas perilaku merokok menunjukkan angka sebesar -.254 dengan sig (p) = .089. Hal ini menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan intensitas perilaku merokok pada siswa kelas XII SMA Walisongo atau dengan kata lain  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

## C. Pembahasan

### 1. Tingkat Stres

Tinggi rendahnya suatu stres (kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari berbagai situasi dengan sumber-sumber daya sistem biologis, psikologis dan sosial seseorang).

Untuk mengukur tingkat stress, Gibson membagi menjadi tiga aspek, yaitu:

- a. Aspek emosional yaitu perasaan yang hanya dapat dirasakan oleh individu yang mengalami. Misalnya; perasaan gelisah, kecewa dan frustrasi.

- b. Aspek kognitif yang menyangkut aktifitas kognitif seperti sulit berkonsentrasi, pikiran yang meloncat–loncat.
- c. Aspek fisiologis yang menyangkut masalah–masalah fisik semacam denyut jantung yang tidak teratur, meningkatnya kadar gula dalam tubuh dan tubuh panas dingin. Aspek fisiologis dapat pula berupa perilaku yaitu perilaku yang ditampilkan oleh individu sebagai akibat stres. Contoh: makan yang berlebihan.

Stres bisa disebabkan oleh banyak faktor, menurut Hawari stres disebabkan oleh faktor keluarga, hubungan interpersonal, pekerjaan, lingkungan, keuangan, hukum, hubungan interpersonal dan penyakit fisik. Dalam penelitian ini, peneliti sengaja mengambil subjek penelitian siswa kelas XII dengan alasan karena pada kelas XII ini jadwal pelajarannya semakin padat karena ditambah dengan jam tambahan pelajaran diluar jam pelajaran sekolah. Hal ini dilakukan agar siswa lebih siap saat menghadapi ujian akhir sekolah dan ujian akhir nasional. Pada masa ini pula, siswa berada pada tahap perkembangan remaja. Pada masa ini, remaja mengalami ketegangan emosi yang meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar.<sup>1</sup>

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, tingkat stres siswa kelas XII SMA Walisongo yang berada pada level tinggi 6.5%, sedang 82.6% dan rendah 10.9. Hal ini menunjukkan bahwa rata- tingkat stres siswa kelas XII SMA Walisongo mengalami stres dalam tingkatan sedang.

---

<sup>1</sup> Elizabeth Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga), 212

Tingkat stres yang berbeda pada mahasiswa bisa saja dipengaruhi oleh manajemen stres misalnya dengan cara *mind management*, *body management* atau *situation management*.

## 2. Intensitas Perilaku Merokok

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui, tingkat intensitas merokok siswa kelas XII SMA Walisongo Probolinggo, tinggi 21.7%, sedang 69.6% dan rendah 8.7%. Jadi rata-rata siswa kelas XII SMA Walisongo Probolinggo berada dalam kategori sedang yaitu 69.6%.

Individu merokok menurut Hansen yang dikutip oleh Sarafinoperilaku merokok dipengaruhi oleh, yaitu:<sup>2</sup>

### 1) Faktor Biologis

Banyak Penelitian menunjukkan bahwa nikotin dalam rokok merupakan salah satu bahan kimia yang berperan penting pada ketergantungan merokok. Pendapat ini didukung Aditama yang mengatakan nikotin dalam darah perokok cukup tinggi.

### 2) Faktor Psikologis

Merokok dapat bermakna untuk meningkatkan konsentrasi, menghalau rasa kantuk, mengakrabkan suasana sehingga timbul rasa persaudaraan, juga dapat memberikan kesan modern dan berwibawa, sehingga bagi individu yang sering bergaul dengan orang lain, perilaku merokok sulit untuk dihindari.

---

<sup>2</sup> Auliya Akbar, "Hubungan Interaksi Sosial Dalam Kelompok Teman Sebaya Dengan Perilaku Merokok Siswa di SMP GUPPI Kecamatan Kunjang Kabupaten Kediri" (*skripsi*, Fakultas Kedokteran, 2010), 29.

### 3) Faktor Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial berpengaruh terhadap sikap, kepercayaan dan perhatian individu pada perokok. Seseorang akan berperilaku merokok dengan memperhatikan lingkungan sosialnya.

### 4) Faktor Demografis

Faktor ini meliputi umur dan jenis kelamin. Orang yang merokok pada usia dewasa semakin banyak akan tetapi pengaruh jenis kelamin zaman sekarang sudah tidak terlalu berperan karena baik pria maupun wanita sekarang sudah merokok.

### 5) Faktor Sosial-Kultural

Kebiasaan budaya, kelas sosial, tingkat pendidikan, penghasilan, dan gengsi pekerjaan akan mempengaruhi perilaku merokok pada individu

### 6) Faktor Sosial Politik

Menambahkan kesadaran umum berakibat pada langkah-langkah politik yang bersifat melindungi bagi orang-orang yang tidak merokok dan usaha melancarkan kampanye-kampanye promosi kesehatan untuk mengurangi perilaku merokok. Merokok menjadi masalah yang bertambah besar di negara-negara berkembang seperti Indonesia.

## **3. Hubungan Stres dengan Perilaku Merokok Siswa Kelas XII SMA Walisongo Probolinggo**

Stres bisa dialami oleh siapa saja, dan banyak faktor yang menyebabkan seseorang mengalami stres. Menurut Hawari, faktor-faktor yang menyebabkan stres adalah:

- a. Faktor Keluarga. Yang dimaksudkan di sini adalah faktor stres yang dialami oleh anak dan remaja yang disebabkan karena kondisi keluarga yang tidak baik (yaitu sikap orangtua), misalnya hubungan kedua orangtua yang dingin, atau penuh ketegangan, atau acuh tak acuh.
- b. Hubungan interpersonal. Gangguan ini dapat berupa hubungan dengan kawan dekat yang mengalami konflik, konflik dengan kekasih, antara atasan dan bawahan, dan lain sebagainya.
- c. Pekerjaan. Masalah pekerjaan merupakan sumber stres kedua setelah masalah perkawinan. Banyak orang menderita depresi karena masalah pekerjaan ini, misalnya pekerjaan terlalu banyak, pekerjaan tidak cocok, mutasi, jabatan, kenaikan pangkat, pensiun, kehilangan pekerjaan (PHK), dan lain sebagainya.
- d. Lingkungan hidup. Kondisi lingkungan yang buruk besar pengaruhnya bagi kesehatan seseorang, misalnya soal perumahan, pindah tempat tinggal, penggusuran, hidup dalam lingkungan yang rawan (kriminalitas) dan lain sebagainya.
- e. Problem orangtua. Permasalahan yang dihadapi orangtua, misalnya; tidak punya anak, kebanyakan anak, kenakalan anak, anak sakit, hubungan yang tidak baik dengan mertua, ipar, besan, dan lain sebagainya.

- f. Keuangan. Masalah keuangan (kondisi sosial-ekonomi) yang tidak sehat, misalnya; pendapatan jauh lebih rendah dari pengeluaran, terlibat hutang, kebangkrutan usaha, soal warisan, dan lain sebagainya.
- g. Hukum. Keterlibatan seseorang dalam masalah hukum dapat merupakan sumber stres pula, misalnya; tuntutan hukum, pengadilan, penjara, dan lain sebagainya.
- h. Perkembangan fisik dan mental. Yang dimaksudkan di sini adalah masalah perkembangan baik fisik maupun mental seseorang, misalnya; masa remaja, masa dewasa, menopause, usia lanjut, dan lain sebagainya.
- i. Penyakit fisik atau cedera. Sumber stres yang dapat menimbulkan depresi di sini adalah antara lain: penyakit, kecelakaan, operasi/pembedahan, aborsi, dan lain sebagainya.<sup>3</sup>

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, rata-rata tingkat stress siswa kelas XII SMA Walisongo berada dalam kategori sedang yaitu 82.6%. Sedangkan tingkat intensitas merokok stress siswa kelas XII SMA Walisongo berada pada level 69.6%.

Hasil korelasi antara tingkat stres dan intensitas perilaku merokok adalah -254, yang artinya ada hubungan yang negative antara tingkat stress dengan intensitas perilaku merokok.

Hal ini bisa terjadi mengingat pada masa remaja, remaja sangat dipengaruhi oleh pengaruh kelompok sebaya. Jika anggota kelompok mencoba untuk meminum alcohol, mengkonsumsi obat-obatan dan merokok,

---

<sup>97</sup> Dadang Hawari, *Al Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa* (Jakarta: PT Dana Bakti Prima Yasa, 1996)

maka remaja cenderung mengikutinya tanpa memperdulikan perasaan mereka sendiri. Ini terjadi karena remaja lebih banyak menghabiskan waktunya berada di luar rumah bersama dengan teman-teman sebayanya.<sup>4</sup> Menurut Brigham, lingkungan teman sebaya memang sangat penting bagi remaja. Kebutuhan untuk diterima dan usaha untuk menghindari penolakan kelompok teman sebaya merupakan kebutuhan yang sangat penting. Remaja tidak ingin dirinya ditolak dan menghindari sebutan “banci” atau “pengecut”. Merokok bagi remaja juga merupakan simbolisasi, symbol atas kekuasaan, kejantanan, dan kejantanan.<sup>5</sup>

Selain itu, siswa merokok bisa juga disebabkan karena alasan kepercayaan diri. Jika dalam kelompok sebaya ada yang merokok, cenderung si perokok akan mempengaruhi teman-teman lainnya untuk merokok dan akan mengejeknya jika menolak ajakannya untuk merokok.<sup>6</sup> Alasan tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Laili nur sa'adah tentang hubungan kepercayaan diri dengan perilaku merokok bahwa ada hubungan yang positif antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara perilaku merokok (variabel X) dengan kepercayaan diri (variabel Y) pada siswa di SMAN 5 Malang. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku merokok yang dilakukan oleh para siswa dapat menimbulkan rasa percaya

---

<sup>4</sup> Elizabeth Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga), 212.

<sup>5</sup> Dian Komalasari & Avin Fadilla Helmi, Factor-Faktor Perilaku Merokok pada Remaja” (*jurnal*, Universitas Islam Indonesia dan Universitas Gadjah Mada)

<sup>6</sup> Yudi, wawancara, probolinggo 24 juni 2012

diri pada diri mereka, dapat menimbulkan citra dalam dirinya serta dapat menambah jumlah teman sebayanya.<sup>7</sup>

Remaja yang sedang mengalami stres belum tentu intensitas merokoknya meningkat karena ada banyak cara setiap individu mengatasi stresnya. Cara memmanagement stres sendiri ada dua, yaitu *mind management*, *body management* dan *situation management*. *Mind management* bisa dilakukan dengan cara:

- a. *repressive coping* yaitu menghindari situasi atau pemikiran yang mengingatkan pada sesuatu yang menyebabkan stres dan melihat sisi positifnya.
- b. *Rational coping* yaitu menghadapi penyebab terjadinya stres dan bekerja keras.
- c. *Reframing* adalah menemukan cara baru atau menciptakan cara untuk berfikir tentang penyebab stres dan mengurangi ancaman.

Body management bisa dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- a. *Relaxation* adalah teknik mengurangi tekanan dengan mengendurkan otot-otot badan dalam keadaan sadar.
- b. *Biofeedback* adalah menggunakan alat monitoring external untuk mendapatkan informasi tentang fungsi tubuh dan keuntungan dari mengontrol fungsinya.
- c. *Aerobic exercise* adalah melakukan latihan untuk meningkatkan kesehatan jantung dan melakukan olah pernafasan.

---

<sup>7</sup> Laili nur sa'adah, "Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Perilaku Merokok" (*skripsi*, fakultas psikologi UIN MALIKI Malang, 2007)

Sedangkan *situation management* dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- 1) *Social support* adalah mendapatkan bantuan dari interaksi dengan orang lain.
- 2) *Humor* bisa memberikan sesuatu yang lucu sehingga mengurangi stres.<sup>8</sup>



---

<sup>8</sup> Daniel Schacter., Daniel Gilbert., & Daniel Wegner, *Psychology* (New York: worth Publishers, 2009),595-602