

**PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU MEROKOK
PADA PENGURUS PONDOK PESANTREN
AL-AMIEN PRENDUAN
SUMENEP - MADURA**

SKRIPSI



Oleh:

**RENDY TUBAGUS FADLY
NIM. 10410075**

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2015

**PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU MEROKOK
PADA SANTRI PENGURUS PONDOK PESANTREN
AL-AMIEN PRENDUAN
SUMENEP - MADURA**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi
salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

RENDY TUBAGUS FADLY

NIM : 10410075

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2015**

**PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU MEROKOK
PADA SANTRI PENGURUS PONDOK PESANTREN
AL-AMIEN PRENDUAN
SUMENEP - MADURA**

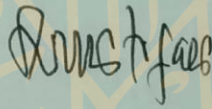
SKRIPSI

Oleh

**Rendy Tubagus Fadly
NIM : 10410075**

Telah Disetujui Oleh :

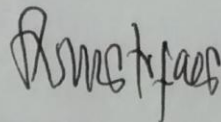
Dosen Pembimbing



**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag
NIP. 19730710200031002**

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang**



**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag
197307102000031002**

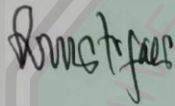
SKRIPSI

**PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU MEROKOK
PADA SANTRI PENGURUS PONDOK PESANTREN
AL-AMIEN PRENDUAN
SUMENEP - MADURA**

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal, 6 Januari 2016

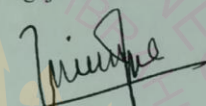
Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

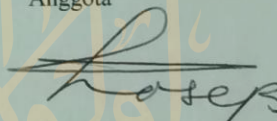


Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag
NIP. 197307102000031002

**Anggota Penguji Lain
Penguji Utama**



Dr. Retno Mangestuti, M.Si
NIP. 197502202003122004
Anggota



H. Aris Yuana Yusuf, Lc, MA
NIP. 197307092000031002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar

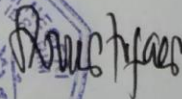
Sarjana Psikologi

Tanggal, 6 Januari 2016

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag
197307102000031002

SURAT PERYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rendy Tubagus Fadly

NIM : 10410075

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Merokok Pada Santri Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep - Madura”** benar-benar merupakan karya sendiri dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia bertanggung jawab.

Malang, 16 Desember 2015



Rendy Tubagus Fadly
NIM. 10410075

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan Puji syukur kepada Allah subhanahu wata'ala, atas segala nikmat hidup dan kesempatan untuk memperoleh ilmu yang bermanfaat. Sebelumnya untuk memperoleh gelar Sarjana syarat wajib adalah menyelesaikan skripsi. Selama masa pendidikan banyak hal telah saya dapat mulai dari ilmu secara umum, sahabat, teman, pengalaman hidup dan masih banyak lagi yang lain. Dalam menyelesaikan tugas ini akhir ini banyak teman dan sahabat serta dosen-dosen yang telah banyak membantu terutama Sri Hendriyani dan Enchib Sibly orang tua saya yang selalu memberikan doa dan motivasi dan masukan yang baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis sangat ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Sri Hendriyani dan Enchib Sibly, Orang Tua yang membrikan dukungan doa, dukungan psoikologis maupun materil terutama selalu memberi nasehat serta motivasi yang sangat bermanfaat.
2. Dosen pembimbing yang selalu sabar serta memberi masukan agar skripsi ini selesai dengan baik.
3. Dosen-dosen Fakultas Psikologi yang telah mengajarkan ilmu-ilmu mereka.
4. Sahabat yang luar biasa selama hampir 6 tahun kita selalu tinggal satu atap, Agan Irwan, Agan Choy, Mas Bro ESBE, Bapak Okky, "Pak Dhe" Denis. Banyak hal yang telah kita lakukan bersama-sama walaupun kita tidak satu jurusan kalian yang terbaik

5. Teman-teman seperjuangan, sahabat seangkatan kalian luar biasa, jangan pernah lupakan kita semua terutama Fikri , Sri Mey, Qween, dan masih banyak yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.
6. “Bidadari Surga” ku yang dengan keras kepala kau selalu menyemangati, membantu dan mengingatkanku untuk segera menyelesaikan penelitian.



MOTTO

“Where there is a will, there is a way”

“Dimana ada keinginan, pasti ada jalan”

"من جدّ وجد"

“barang siapa bersungguh-sungguh, pasti akan tercapai (keinginannya)”



KATA PENGANTAR

Dengan menyebut Asma Allah yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, Puji syukur, *Alhamdulillahirabbil'alamin* penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas berkat, rahmat, taufik dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Merokok Pada Santri Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep - Madura”. *Shalawat* beriring salam untuk tuntunan dan suri tauladan kita Rasulullah Nabi Muhammad *Shallallahu'alaihiwasallam* beserta keluarga dan sahabat beliau yang senantiasa menjunjung tinggi nilai-nilai Islam yang sampai saat ini dapat diikuti oleh orang-orang muslim hingga hari akhir nanti.

Penelitian ini bertujuan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana bagi mahasiswa program S1 jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Malang. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Selesainya penelitian ini dengan baik berkat dukungan, motivasi, petunjuk dan bimbingan dari berbagai pihak dan keluarga. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Mudjia Raharjo, selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Bapak, Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M.Ag selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang dan Dosen Pembimbing, terima kasih atas segala nasehat, petunjuk serta kesabaran selama membimbing peneliti, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

3. Bapak Andik Rony irawan, M. Si selaku dosen wali yang telah membimbing penulis dari awal sampai akhir dalam belajar di fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Semua Bapak dan Ibu Dosen Psikologi UIN MALIKI Malang yang telah memberikan pengajaran dan memberikan banyak ilmu dengan baik. Semua ilmu yang telah diajarkan semoga bermanfaat dunia dan akhirat.
5. Seluruh Staff Perpustakaan Pusat UIN MALIKI Malang dan Perpustakaan Umum Kota Malang yang telah membantu dalam menemukan buku yang diperlukan.
6. Kepada Mudir Ma'had TMI Putra yang telah menerima memberi kesempatan dan bantuanya kepada peneliti untuk melakukan penmelitian. Beserta kepada *Asatidz* yang turut memabantu dan adik-adik santri pengurus.
7. Dan masih banyak lagi pihak-pihak lain dan teman-teman yang turut membantu dan memberikan dorongan untuk menyelesaikan penelitian ini.

Malang, 22 Desember 2014

Rendy Tubagus Fadly
10410075

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
ملخص	xvi
 BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Manfaat Penelitian.....	11
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kontrol Diri.....	13
1. Pengertian Kontrol Diri.....	13
2. Aspek-aspek Kontrol Diri.....	16
3. Jenis-jenis Kontrol Diri.....	18
4. Teknik Kontrol Diri.....	19
5. Kontrol Diri Sebagai Terapi Psikologi.....	20
6. Kontrol Diri dalam Perspektif Islam.....	22
7. Perkembangan Kontrol Diri.....	23
8. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	27
B. Perilaku Merokok.....	28
1. Pengertian Perilaku Merokok.....	28
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok.....	30
3. Aspek Perilaku Merokok.....	34
4. Dampak Perilaku Merokok.....	36
5. Tahapan Perilaku Merokok.....	37
6. Perilaku Merokok dalam Perspektif Islam.....	44
C. Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Merokok.....	46
D. Hipotesis.....	49
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	50
B. Variabel Penelitian.....	50

C. Definisi Operasional.....	51
D. Populasi dan Sampel.....	52
1. Populasi.....	52
2. Sampel.....	53
E. Metode Pengumpulan Data	54
1. Skala	54
2. Wawancara.....	55
3. Dokumentasi.....	56
4. Observasi.....	57
F. Instrumen Penelitian.....	57
G. Validitas dan Reliabilitas.....	60
H. Analisis Data.....	62
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Objek Penelitian.....	67
1. Sejarah Singkat Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan.....	69
2. Kurikulum Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan	71
B. Deskripsi Subjek Penelitian.....	71
C. Hasil Penelitian.....	75
1. Uji Hasil Validitas	75
2. Uji Hasil Reliabilitas.....	76
D. Analisa Data	77
1. Analisis Data Kontrol Diri.....	77
2. Analisis Data Perilaku Merokok	80
3. Hasil Uji Hipotesis	82
E. Pembahasan.....	85
1. Tingkat Kontrol Diri pada Santri Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan putra	85
2. Tingkat Perilaku Merokok pada Santri Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan putra.....	89
3. Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Merokok pada Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan putra	91
F. Keterbatasan Penelitian.....	94
 BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran.....	95
DAFTAR PUSTAKA.....	96
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

1. Tabel 3.1 Blue print Skala Kontrol Diri	59
2. Tabel 3.2 Blue Print Skala Perilaku Merokok.....	60
3. Table 3.3 Norma Kategorisasi.....	64
4. Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Skala Kontrol Diri.....	75
5. Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Skala Perilaku Merokok	76
6. Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas	77
7. Table 4.4 Hasil Output dan Standar Deviasi Kontrol Diri.....	77
8. Tabel 4.5 Norma Kategorisasi Tingkat Variabel	78
9. Tabel 4.6 Kategorisasi Tingkat Kontrol Diri	78
10. Tabel 4.7 Hasil Prosentase Variabel Kontrol Diri	79
11. Tabel 4.8 Hasil Output Mean dan Standar Deviasi Perilaku Merokok .	80
12. Table 4.9 Kategorisasi Tingkat Perilaku Merokok	81
13. Table 4.10 Hasil Prosentase Variabel Perilaku Merokok.....	81
14. Table 4.11 Hasil Uji Normalitas Kontrol Diri dan Perilaku Merokok..	83
15. Table 4.12 Perincian Analisis Regresi	83

DAFTAR GAMBAR

1. Gambar 4.1 Grafik Tingkat Kontrol Diri Pengurus 79
2. Gambar 4.2 Diagram Tingkat Perilaku Merokok..... 82



ABSTRAK

Rendy Tubagus Fadly, 10410075, Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Merokok Pada Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep - Madura. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015.

Kontrol diri merupakan jalinan yang secara utuh (*Integrative*) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Kontrol diri cukup berpengaruh dalam pembentukan perilaku remaja. Dengan kata lain, remaja yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya. Jika seseorang tidak mampu mengatasi segala tekanan dan mengontrol dirinya, maka yang terjadi adalah perilaku melanggar hak orang lain, salah satunya perilaku merokok.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok pada pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan. Pengambilan data menggunakan Skala Kontrol Diri dan Skala perilaku merokok yang disebarlang langsung kepada subjek penelitian. Skala Kontrol Diri terdiri dari 37 *aitem valid* dengan $\alpha = 0,897$ dan Skala Perilaku Merokok terdiri dari 35 *aitem valid* dengan $\alpha = 0,908$.

Penelitian ini menggunakan analisis data deskriptif kuantitatif yang dianalisis dengan menggunakan uji normalitas dan analisis regresi. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan memiliki tingkat kontrol diri tingkat sedang dengan prosentase 63.4%. Hasil serupa diperoleh pengurus Pondok Pesantren al-Amien Prenduan untuk tingkat perilaku merokok dengan prosentase 65.9%. Hasil perhitungan statistik menunjukkan bahwa adanya pengaruh negatif kontrol diri terhadap perilaku merokok terlihat pada angka regresi $R^2 = 0,699$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga hipotesis dapat diterima.

Kata Kunci : Kontrol diri dan Perilaku Merokok

ABSTRACT

Fadly, Rendy T, 10410075, Effect of Self Control again Smoking Behavior Of Organizer Al-Amien Prenduan Boarding School Sumenep – Madura, *Thesis*, Faculty of Psychology at the State Islamic University (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015.

Self-control is the fabric of the whole (Integrative) by individuals to their environment. Individuals with high self-control very concerned about the proper ways to behave under varying situations. Self-control is quite influential in the formation of adolescent behavior. Otherwise, adolescents who have high self-control will be able to organize and direct its behavior. If someone is not able to cope with all the pressure and control himself, then there is the behavior of violating the rights of others, one of them smoking behavior.

The purpose of this study was to know correlation between self-control and smoking behavior on Al Amien Prenduan boarding school. Retrieving data using Self-Control Scale and Scale smoking behavior were distributed directly to the subject of research. Self-Control scale is composed of 36 items valid with $\alpha = 0.897$ and Smoking Behaviour Scale is composed of 35 valid items with $\alpha = 0.908$.

This research uses descriptive quantitative data analysis were analyzed using regression. Results of this analysis showed a negative effect of self-control again smoking behavior seen in figure $R^2 = 0,699$, $p = 0,000$ ($p < 0.05$), so the hypothesis can be accepted.

Keywords: Self-control and Smoking Behavior

ملخص

فضلي، رندي توباغوس. ١٠٤١٠٠٧٥. تأثير ضبط النفس على سلوك التدخين لمجلس التنفيذ بمعهد الأمين برندوان سومنب مادورا. المقال. قسم علم النفس جامعة الاسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج ٢٠١٦

ضبط النفس هو كله التداخل (التكاملية) الأفراد الملتزمين بالبيئة. يحتفظ الأفراد بالتحكم الذاتي عالية جداً بالطرق السليمة التصرف في الحالات التي تختلف. ضبط النفس مؤثرة جداً في تشكيل سلوك المراهقين. وبعبارة أخرى، المراهقين الذين يمارسون الرقابة الذاتية العالية سوف تكون قادرة على تنظيم وتوجيه السلوك. إذا كان شخص غير قادر على التعامل مع كل الضغوط والسيطرة على نفسه، ثم ما يحدث السلوك ينتهك حقوق الآخرين، واحد منهم سلوك التدخين.

أهداف هذا البحث وهو لمعرفة تأثير ضبط النفس على سلوك التدخين لمجلس التنفيذ بمعهد الأمين برندوان سومنب مادورا. واستخدام الباحث في جمع البيانات وهي مقياس التحكم الذاتي ومقياس سلوكيات التدخين ينتشر مباشرة على ميدان البحث. كان ضبط النفس يتكون على ٣٦ من بنود الصدق $a: 0,897$ و مقياس من سلوك التدخين يتكون على ٣٥ من بنود الصدق $a: 0,908$.

استخدم هذا البحث الطريقة تحليل البيانات الوصفي بمدخل الكمي تم تحليلها باستخدام اختبار الحياة الطبيعية وتحليل الانحدار. وتشير نتائج هذا التحليل أن مجلس التنفيذ بمعهد الأمين برندوان سومنب مادورا لديه مستوى معتدل من ضبط النفس مع نسبة ٦٣,٤ % . الحصول على نتائج مماثلة أن مجلس التنفيذ بمعهد الأمين برندوان سومنب مادورا لديه مستوى معتدل من سلوك التدخين مع نسبة ٦٥,٩ %. نتائج حساب الإحصائيات تظهر أن وجود التأثير السلبي لسلوك التدخين من ضبط النفس نظر في عدد من الانحر $R^2 = 0,699$ مع $p < 0,05$, $P =$ ذلك أن الفرضية يمكن أن يكون مقبولا.

مفتاح الكلمة : ضبط النفس و سلوك التدخين

ABSTRAK

Rendy Tubagus Fadly, 10410075, Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Merokok Pada Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep - Madura. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015.

Kontrol diri merupakan jalinan yang secara utuh (*Integrative*) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Kontrol diri cukup berpengaruh dalam pembentukan perilaku remaja. Dengan kata lain, remaja yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya. Jika seseorang tidak mampu mengatasi segala tekanan dan mengontrol dirinya, maka yang terjadi adalah perilaku melanggar hak orang lain, salah satunya perilaku merokok.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok pada pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan. Pengambilan data menggunakan Skala Kontrol Diri dan Skala perilaku merokok yang disebarakan langsung kepada subjek penelitian. Skala Kontrol Diri terdiri dari 37 *aitem valid* dengan $\alpha = 0,897$ dan Skala Perilaku Merokok terdiri dari 35 *aitem valid* dengan $\alpha = 0,908$.

Penelitian ini menggunakan analisis data deskriptif kuantitatif yang dianalisis dengan menggunakan uji normalitas dan analisis regresi. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan memiliki tingkat kontrol diri tingkat sedang dengan prosentase 63.4%. Hasil serupa diperoleh pengurus Pondok Pesantren al-Amien Prenduan untuk tingkat perilaku merokok dengan prosentase 65.9% Hasil perhitungan statistik menunjukkan bahwa adanya pengaruh negatif kontrol diri terhadap perilaku merokok terlihat pada angka regresi $R^2 = 0,699$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga hipotesis dapat diterima.

Kata Kunci : Kontrol diri dan Perilaku Merokok

ABSTRACT

Fadly, Rendy T, 10410075, Effect of Self Control again Smoking Behavior Of Organizer Al-Amien Prenduan Boarding School Sumenep – Madura, *Thesis*, Faculty of Psychology at the State Islamic University (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015.

Self-control is the fabric of the whole (Integrative) by individuals to their environment. Individuals with high self-control very concerned about the proper ways to behave under varying situations. Self-control is quite influential in the formation of adolescent behavior. Otherwise, adolescents who have high self-control will be able to organize and direct its behavior. If someone is not able to cope with all the pressure and control himself, then there is the behavior of violating the rights of others, one of them smoking behavior.

The purpose of this study was to know correlation between self-control and smoking behavior on Al Amien Prenduan boarding school. Retrieving data using Self-Control Scale and Scale smoking behavior were distributed directly to the subject of research. Self-Control scale is composed of 36 items valid with $\alpha = 0.897$ and Smoking Behaviour Scale is composed of 35 valid items with $\alpha = 0.908$.

This research uses descriptive quantitative data analysis were analyzed using regression. Results of this analysis showed a negative effect of self-control again smoking behavior seen in figure $R^2 = 0,699$, $p = 0,000$ ($p < 0.05$), so the hypothesis can be accepted.

Keywords: Self-control and Smoking Behavior

ملخص

فضلي، رندي توباغوس. ١٠٤١٠٠٧٥. تأثير ضبط النفس على سلوك التدخين لمجلس التنفيذ
بمعهد الأمين برندوان سومنب مادورا. المقال. قسم علم النفس جامعة الاسلامية الحكومية
مولانا مالك إبراهيم مالانج ٢٠١٦

ضبط النفس هو كله التداخل (التكاملية) الأفراد الملتزمين بالبيئة. يحتفظ الأفراد
بالتحكم الذاتي عالية جداً بالطرق السليمة التصرف في الحالات التي تختلف. ضبط النفس
مؤثرة جداً في تشكيل سلوك المراهقين. وبعبارة أخرى، المراهقين الذين يمارسون الرقابة الذاتية
العالية سوف تكون قادرة على تنظيم وتوجيه السلوك. إذا كان شخص غير قادر على التعامل
مع كل الضغوط والسيطرة على نفسه، ثم ما يحدث السلوك ينتهك حقوق الآخرين، واحد منهم
سلوك التدخين.

أهداف هذا البحث وهو لمعرفة تأثير ضبط النفس على سلوك التدخين لمجلس التنفيذ
بمعهد الأمين برندوان سومنب مادورا. واستخدام الباحث في جمع البيانات وهي مقياس التحكم
الذاتي ومقياس سلوكيات التدخين ينتشر مباشرة على ميدان البحث. كان ضبط النفس يتكون
على ٣٦ من بنود الصدق $a: 0,897$ و مقياس من سلوك التدخين يتكون على ٣٥ من
بنود الصدق $a: 0,908$.

استخدم هذا البحث الطريقة تحليل البيانات الوصفي بمدخل الكمي تم تحليلها
باستخدام اختبار الحياة الطبيعية وتحليل الانحدار. وتشير نتائج هذا التحليل أن مجلس التنفيذ
بمعهد الأمين برندوان سومنب مادورا لديه مستوى معتدل من ضبط النفس مع نسبة ٦٣,٤
%. الحصول على نتائج مماثلة أن مجلس التنفيذ بمعهد الأمين برندوان سومنب مادورا لديه
مستوى معتدل من سلوك التدخين مع نسبة ٦٥,٩%. نتائج حساب الإحصائيات تظهر أن
وجود التأثير السلبي لسلوك التدخين من ضبط النفس نظر في عدد من الانحر $R^2 = 0,699$
مع $P = (p < 0,05)$ ذلك أن الفرضية يمكن أن يكون مقبولا.

مفتاح الكلمة : ضبط النفس و سلوك التدخين

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Merokok merupakan salah satu bentuk perilaku negatif yang sering dilakukan oleh remaja. Hal ini berawal dari sekedar memenuhi gengsi dan ingin dipandang *gentle* oleh lingkungan social (Mangoenprasodjo, 2005: 39), hingga akhirnya perilaku merokok menjadi sebuah kebiasaan. Berdasarkan hasil sensus penduduk oleh Badan Pusat Statistik tahun 2010, jumlah penduduk Indonesia adalah 237.556.363 orang. Sebanyak 28% dari jumlah penduduk tersebut atau sekitar 65 juta orang merupakan perokok aktif. Fakta ini menjadikan Indonesia sebagai peringkat ketiga dunia Negara dengan perokok terbesar. Artinya, setiap 4 orang Indonesia, terdapat seorang perokok. Sebanyak 34% dari 65 juta orang adalah orang dewasa dan 13,5%-nya adalah para remaja. Ini merupakan kenyataan yang mengejutkan karena para remaja Indonesia sebagian besar telah menjadi budak rokok (Christina, 2011, dalam www.lovingourenvironment.com. Diakses tanggal 15 April 2015 pukul 09.44).

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) *University of Washington* pada tahun 2012, menyatakan adanya penurunan jumlah perokok di Indonesia menjadi sebanyak 52 juta orang perokok. Sebanyak 57% pria Indonesia digolongkan sebagai perokok aktif dan tercatat sebagai kedua tertinggi di dunia. Wanita Indonesia, memperlihatkan prevalensi merokok sebanyak 3,6%. Angka yang sangat kecil dibandingkan para pria perokok (Nurchayani, 2014, dalam

lifestyle.okezone.com diakses tanggal 15 April 2015). Namun pada tahun 2014, jumlah perokok di Indonesia meningkat signifikan sehingga Indonesia menjadi Negara dengan jumlah perokok terbanyak di dunia. Tercatat 66 juta orang sebagai perokok aktif yang didominasi oleh anak muda (Zamzami, 2014, dalam www.republika.co.id diakses tanggal 6 April 2015).

Rokok adalah benda beracun yang memberi efek santai dan sugesti merasa lebih jantan. Di balik kegunaan atau manfaat rokok yang secuil itu terkandung bahaya yang sangat besar bagi orang yang merokok maupun orang di sekitar perokok yang bukan perokok (Jaya, 2009: 37). Rokok mengandung kurang lebih 4000 elemen, 200 diantaranya berbahaya bagi kesehatan. Racun utama pada rokok adalah *tar*, *nikotin*, dan *karbon monoksida*. *Tar* adalah substansi hidrokarbon yang bersifat lengket dan menempel di paru-paru. *Nikotin* adalah zat adiktif yang mempengaruhi syaraf dan peredaran darah. Zat ini bersifat karsinogen dan mampu memicu kanker paru-paru yang mematikan. *Karbon monoksida* adalah zat yang mengikat *hemoglobin* dalam darah, membuat darah tidak mampu mengikat oksigen (Jaya, 2009: 49).

Pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, CO (Karbon monoksida) dan *tar* yang dapat mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat. Asap rokok mengandung sekitar 60% gas dan uap yang terdiri dari 20 jenis gas, diantaranya gas monoksida yang merupakan gas yang sangat berbahaya karena persentasenya yang tinggi dalam aliran darah seorang perokok aktif mampu menyedot persediaan gas oksigen yang sangat dibutuhkan oleh setiap individu untuk bernafas. Selain itu

asap rokok mengandung jutaan zat kimiawi yang sangat beragam, yang dihasilkan dari perubahan kertas sigaret yang awalnya berwarna putih pucat menjadi warna kuning (Aiman, 2006: 21).

Disamping itu, kecanduan merokok juga berdampak negatif bagi kesehatan psikologis perokok tersebut, penelitian yang dilakukan oleh J. G. Johnson (2000, dalam Nevid, 2005, 19) melaporkan bahwa merokok pada remaja dapat meningkatkan resiko gangguan kecemasan terutama pada masa remaja akhir dan dewasa awal. Kondisi psikologis lainnya yang disebabkan oleh merokok adalah tidak bergairah, merasa pikiran buntu, mudah marah, bosan dan bingung tanpa sebab ketika kepuasan untuk merokoknya tidak terpenuhi (Nugraheni, 2012, dalam life.viva.co.id diakses tanggal 11 Februari 2015). Oleh karena itu terdapat undang-undang yang mengatur kawasan tanpa rokok antara lain; fasilitas pelayanan kesehatan, tempat proses belajar mengajar, tempat anak bermain, tempat ibadah, angkutan umum, tempat kerja dan tempat umum yang ditetapkan (DEPKES RI, 2009 : 43 Diunduh tanggal 17 Juli 2014). Begitu pula di pondok pesantren, banyak pondok pesantren yang melarang keras merokok di lingkungan pondok pesantren, di antaranya pondok pesantren al-Amien Prenduan karena merokok merupakan perilaku yang merugikan diri sendiri dan orang lain, di samping itu, merokok merupakan pelanggaran disiplin.

Merokok di lingkungan pondok pesantren Al-Amien Prenduan merupakan pelanggaran besar, sehingga hukuman bagi pelanggar aturan pondok pesantren yang berkenaan dengan merokok berdasarkan kebijakan

MPO dan para kiyai adalah pemanggilan orang tua, cukur gondul dan membuat surat pernyataan untuk tidak mengulangi pelanggaran tersebut yang ditandatangani oleh mudir ma'had atau direktur lembaga (wawancara Majelis Pertimbangan Organtri, 11/12/2014).

Peraturan terkait larangan dan hukuman merokok sudah diketahui oleh seluruh santri, meski demikian tidak semua santri menaati peraturan tersebut. Subjek 1 mengatakan bahwa masih banyak santri merokok di lingkungan pondok pesantren, tidak terkecuali santri yang menjadi pengurus pondok. Pengurus memiliki peluang untuk melanggar aturan terutama merokok, karena mereka memiliki kesempatan untuk melakukan pelanggaran. Sebagai contoh pada saat santri anggota tertidur, santri pengurus diperbolehkan untuk tidur lebih larut, di waktu senggang tersebutlah santri pengurus merokok. Contoh peluang lainnya adalah ketika santri pengurus antri mendapat giliran untuk mandi sebelum berangkat ke masjid untuk shalat maghrib berjama'ah (wawancara subjek 1, 19/07/2014). Mereka tidak merasa takut namun tidak juga berani merokok di lingkungan pondok, selama tidak ada ustadz yang mengetahui apa yang mereka lakukan. Bahkan salah satu santri telah mendapat sanksi akibat melanggar disiplin merokok namun ia mengaku bahwa rokok sudah menjadi kebutuhan sehari-hari (wawancara subjek 2, 19/07/2014).

Santri pengurus membeli rokok ketika santri pengurus mendapatkan ijin keluar dari pondok dengan alasan membeli alat-alat keperluan bagiannya dalam kepengurusan ISMI, sebagai contoh bagian warung siswa, yakni bagian yang bertugas untuk menyediakan kebutuhan seluruh santri. Ketika stok barang

habis maka santri pengurus bagian ini diperbolehkan untuk belanja, saat itulah mereka memanfaatkan kesempatan untuk membeli rokok (wawancara MPO, 11/12/2014), atau menitipkan pesanan kepada tukang kebun atau tukang becak di lingkungan pondok pesantren (Wawancara subjek 5, tanggal 17 Oktober 2014).

Suatu perilaku dapat menjadi kebiasaan karena adanya upaya untuk mencoba, Smet (1994) dalam Nasution mengatakan pada umumnya perilaku merokok pertama dimulai pada saat usia remaja, dari sejumlah studi menemukan penghisapan rokok pertama dimulai pada usia 11-13 tahun (Nasution, 2007: 1). Pendapat tersebut diperkuat oleh hasil wawancara peneliti terhadap tiga subjek. Subjek pertama mengatakan bahwa ia pertama kali menghisap rokok ketika ia berada di kelas 1 Madrasah Tsanawiyah (kelas VII atau berusia 13 tahun), sedangkan pengakuan subjek kedua dan ketiga mereka menghisap rokok sebelum usia mereka 13 tahun (wawancara, 19/12/2014).

Setelah percobaan merokok untuk kali pertama, ada beberapa faktor lagi yang membuat remaja nyaman dan mempertahankan perilakunya. Diantaranya adalah konformitas atau ikut-ikutan dengan teman sebaya, dan agar remaja tersebut bisa diterima oleh teman-temannya. Subjek ketiga mengaku bahwa ia merasa tidak dapat diterima oleh lingkungan sebayanya jika ia tidak mengikuti apa yang temannya lakukan. Menurutnya rokok adalah lambang kejantanan bagi lelaki (wawancara subjek 3, 19/07/2014).

Salah satu santri pengurus mengungkapkan bahwa ketika mendapat ajakan untuk merokok, ia merasa bahwa dirinya diterima oleh temannya,

namun ia juga merasa takut untuk melanggar disiplin yang telah ditetapkan. Ketika ditanya mengapa ia menerima ajakan temannya, ia menjawab ikut-ikutan saja (wawancara subjek 4, 17/10/2014).

Perilaku individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor internal maupun faktor eksternal. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi perilaku individu adalah kontrol diri. Santrock (2001) mengatakan bahwa pembentukan perilaku remaja dipengaruhi oleh kontrol diri. Dengan kata lain, remaja yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya, salah satunya perilaku merokok. Subjek 2 telah mencoba rokok sebelum ia masuk ke dalam lingkungan pondok pesantren al-Amien Prenduan yang mengakibatkan menjadi pecandu rokok. Ketika memasuki lingkungan pondok pesantren ia tidak bisa menghentikan kebiasaan merokoknya, sehingga walaupun ia telah mendapat hukuman atas pelanggaran mengenai rokok yang ia lakukan, ia tetap merokok (wawancara subjek 2, 19/07/2014). Pengakuan tersebut dapat menjadi bukti bahwa subjek 2 memiliki kontrol diri yang rendah, karena ia tidak dapat menahan keinginannya untuk merokok. Skinner mengemukakan bahwa tingkah laku disebabkan dan dipengaruhi oleh variable eksternal, namun betapapun kuatnya stimulus dan penguat eksternal, manusia masih dapat mengubahnya memakai proses kontrol diri (*self control*). Pengertian kontrol diri ini bukan mengontrol kekuatan di dalam “*self*”, tetapi bagaimana “*self*” mengontrol variable-variabel luar yang menentukan perilaku (Alwisol, 2012: 329).

Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan sekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari *stressor-stressor* lingkungan (Ghufron, 2010: 21).

Menurut Averill, terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*) yakni tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kontrol kognitif (*cognitive control*) Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan, dan mengontrol keputusan (*decisional control*) adalah kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya (Ghufron, 2010: 29-31).

Skinner mengatakan dengan menggunakan teknik kontrol diri, seseorang dapat merubah pengaruh stimulus eksternal. Teknik ckontrol diri tersebut adalah; a) Memindah atau menghindar (*removing* atau *avoiding*), yakni menghindar dari situasi pengaruh, atau menjauhkan situasi pengaruh

sehingga tidak lagi diterima sebagai stimulus; b) penjenuhan (*satiation*), adalah membuat diri jenuh dengan tingkah laku, sehingga tidak lagi bersedia melakukannya; c) stimuli yang tidak disukai (*aversive stimuli*), menciptakan stimulus yang tidak menyenangkan yang ditimbulkan bersamaan dengan stimulus yang ingin dikontrol; d) memperkuat diri (*reinforce oneself*), member reinforemen kepada diri sendiri, terhadap “prestasi” dirinya; yang terakhir adalah e) perilaku takhyul (*superstitious behavior*), suatu respon dapat berhubungan dengan penguatnya secara kebetulan, tanpa menunjukkan hubungan sebab akibat yang jelas. Walaupun respon itu tidak nyata-nyata menghasilkan reinforemen yang dimaksud, ternyata hubungannya sangat kuat (Alwisol, 2012: 329).

Sedangkan Albert Bandura menjadikan kontrol diri sebagai terapi untuk mewujudkan regulasi diri yang baik, terapi kontrol diri ini terdiri dari tiga proses, yakni; a) grafik-grafik behavioral, adalah pengamatan diri yang mengharuskan individu secara terus-menerus mengawasi perilakunya sendiri, baik sebelum maupun setelah proses terapi dilakukan. Cara ini mencakup hal-hal yang sederhana seperti menghitung berapa batang rokok yang dihabiskannya dalam sehari sampai hal-hal yang lebih rumit seperti membuat catatan harian mengenai perilaku sehari-hari. Dengan pendekatan catatan harian ini, individu tersebut dapat melacak detail perilakunya sehari-hari; b) perencanaan lingkungan, yakni menjadikan salah satu catatan harian individu sebagai patokan untuk mengubah kondisi lingkungannya. Misalnya, menghilangkan atau menghindari faktor-faktor yang dapat menghasilkan

perilaku negatif, seperti untuk menghentikan kebiasaan merokok, dapat dengan menyingkirkan asbak, menghindari bergaul dengan perokok; c) perjanjian-diri, yakni pemberian imbalan terhadap diri sendiri ketika berhasil melaksanakan rencana-rencana yang telah disusun rapi, serta mempersiapkan diri untuk menerima hukuman ketika gagal menjalankannya. Perjanjian ini dapat dilakukan dengan menulis dihadapan orang lain yang dinyatakan secara jelas. Sebagai contoh, “jika saya berhasil berhenti merokok selama satu minggu, saya akan membeli *smartphone* baru, namun jika gagal, saya akan membuat *review* jurnal internasional” (Boeree, 2007: 272).

Kontrol diri dalam Islam sangat dianjurkan bagi setiap muslim agar dapat merealisasikannya dalam kehidupan sehari-hari, mereka diwajibkan untuk selalu berintropeksi atas segala apa yang telah dilakukannya terutama masalah-masalah yang berhubungan dengan orang lain, Allah berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.(Q. S Al- Harsy Ayat 18).

Ayat lainnya menyatakan bahwa setiap orang dianjurkan untuk mengontrol diri agar selalu terhindar menjerumuskan diri dalam kehancuran, serta berperilaku baik. Allah berfirman:

...وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ ۚ وَأَحْسِنُوا ... ﴿١٩﴾

...dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah..(Q. S Al-Baqarah Ayat 195)

Kontrol diri diperlukan guna membantu santri pengurus dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan mengatasi berbagai hal merugikan mungkin terjadi yang berasal dari luar (Ghufron, 2010: 23). Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada pengurus yang satu dengan pengurus lainnya tidaklah sama. Ada pengurus yang memiliki tingkat kontrol diri yang rendah dan ada pula pengurus yang memiliki tingkat kontrol diri yang baik. Pengurus yang memiliki kontrol diri yang baik mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilakunya yang membawa kepada konsekuensi positif.

Penelitian terdahulu dengan judul Hubungan antara *Self Esteem* dengan Perilaku Merokok Siswa Laki-laki di MTs. Al-Huda Gondang menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan, artinya semakin tinggi tingkat *self esteem*, semakin rendah tingkat perilaku merokok siswa laki-laki MTs tersebut (Zulfa, 2011: 80).

Berdasarkan pandangan teoritis dan realita di atas, maka maksud dari penelitian ini adalah untuk mencari tahu mengenai pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Putra Prenduan Sumenep - Madura.

B. Rumusan Masalah

Dari gambaran di atas, yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat kontrol diri pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep - Madura?
2. Bagaimana tingkat merokok pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep - Madura?
3. Apakah ada pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep - Madura?

C. Tujuan

Dari rumusan masalah di atas, yang menjadi tujuan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat kontrol diri pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep -Madura.
2. Untuk mengetahui tingkat merokok pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep - Madura.
3. Untuk mengetahui adanya pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep - Madura.

D. Manfaat

Disamping memiliki tujuan-tujuan tertentu, penelitian ini mencakup dua manfaat utama, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis:

1. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan dalam bidang Psikologi khususnya dan menambah khazanah pengetahuan dan wawasan sosial pada umumnya

2. Manfaat praktis

a. Peneliti

Sebagai bahan informasi untuk belajar memahami faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada santri yang menjadi pengurus.

b. Pesantren

Menjadi wacana untuk mengatasi warga pondok pesantren dari ketergantungan terhadap rokok pada umumnya, dan dapat dijadikan pedoman agar lebih memperhatikan santri untuk pemberian bimbingan lebih lanjut pada khususnya.

c. Pengurus

Penelitian ini diharapkan dapat membantu santri pengurus untuk mengetahui seberapa besar tingkat kontrol diri mereka serta memberi informasi tentang penguat kontrol diri terhadap perilaku merokok.

d. Fakultas Psikologi

Memberi masukan sebagai acuan atau bahan pertimbangan untuk penelitian lebih lanjut.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu *conform* dengan orang lain dan menutupi perasaannya (Ghufron, 2010: 21-22).

Calhoun dan Acocella mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang, dengan kata lain kontrol diri merupakan serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri (Calhoun & Acocella, 1995: 130).

Golfried dan Merbaum mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan (Ghufron, 2010: 22).

Sydney dan Gangestad yang dikutip oleh Ghufon, (2010: 22) mengatakan bahwa konsep mengenai kontrol diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan masyarakat yang sesuai dengan isyarat situasional dalam bersikap dan berpendirian yang efektif.

Menurut Mahoney dan Thoresen (dalam Ghufon 2010: 22-23), kontrol diri merupakan jalinan yang secara utuh (*Integrative*) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan merubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersifat hangat dan terbuka.

Ketika berinteraksi dengan orang lain, seseorang akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat bagi dirinya, yaitu perilaku yang dapat menyelamatkan interaksinya dari akibat negatif yang disebabkan karena respons yang dilakukannya. Kontrol diri diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi berbagai hal merugikan yang mungkin terjadi yang berasal dari luar (Ghufon, 2010: 23). Calhoun dan Acocella (1995: 130-131) mengemukakan dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol diri secara kontinu. Pertama, individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus

mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik dari dirinya. Ketika berusaha memenuhi tuntutan, dibuatkan pengontrolan diri agar dalam pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang.

Hurlock mengemukakan bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Menurut konsep ilmiah, pengendalian diri berarti mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Konsep ilmiah menitikberatkan pada pengendalian. Tetapi, tidak sama artinya dengan penekanan. Ada dua kriteria yang menentukan apakah kontrol emosi dapat diterima secara sosial atau tidak. Kontrol emosi dapat diterima bila reaksi masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun reaksi positif saja tidaklah cukup karena perlu diperhatikan kriteria lain, yaitu efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis individu. Artinya, dengan mengontrol emosi kondisi fisik dan psikis individu harus membaik.

Hurlock (dalam Ghufon, 2010: 23-24) menyebutkan tiga kriteria emosi. Dibawah ini adalah tiga kriteria emosi tersebut:

- a. Dapat melakukan kontrol diri yang bias diterima secara sosial.
- b. Dapat memahami seberapa banyak kontrol diri yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.

c. Dapat menilai situasi secara kritis sebelum meresponnya dan memutuskan cara bereaksi terhadap situasi tersebut.

Emosi merupakan bagian dari aspek afektif yang memiliki pengaruh besar terhadap kepribadian dan perilaku seseorang. Emosi bersifat fluktuatif dan dinamis, artinya perubahan emosi sangat tergantung pada kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri (Dariyo, 2007: 180).

Berkaitan dengan pengertian kontrol diri, beberapa psikolog penganut behaviorisme memberikan batasan-batasan. Batasan tersebut adalah sebagai berikut. Seseorang menggunakan kontrol dirinya bila demi tujuan jangka panjang, individu dengan sengaja menghindari melakukan perilaku yang biasa dikerjakan atau yang segera memuaskannya yang kurang biasa atau menawarkan kesenangan yang tidak segera dirasakan (Calhoun & Acocella, 1995: 158).

Berdasarkan penjelasan diatas, maka kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu kemampuan pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin tinggi kontrol diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku.

2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Menurut Averill (dalam Ghufon, 2010: 29-31), terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol

kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*).

a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*).

Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengesalikasi situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau peraturan perilaku dengan menggunakan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua

komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*).

Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. Mengontrol Keputusan (*Desensional Control*)

Merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kontrol diri terdiri atas kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan antisipasi suatu peristiwa atau kejadian, kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian dan kemampuan mengambil keputusan.

3. Jenis-jenis Kontrol Diri

Menurut Block dan Block (dalam Ghufon, 2010: 31), ada tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu:

a. *Overcontrol*

Merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus.

b. *Unred Control*

Merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang masak.

c. *Appropriate Control*

Merupakan kontrol diri individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

4. Teknik Kontrol Diri

Skinner (dalam Alwisol, 2012: 329) mengatakan bahwa ada lima jenis teknik kontrol diri, yaitu:

a. *Removing / Avoiding*

Menghindar dari suatu pengaruh atau menjauhkan situasi pengaruh sehingga tidak lagi diterima sebagai stimulus. Pengaruh teman sebaya yang jahat dihilangkan dengan menghindar dari mereka.

b. *Station*

Membuat diri jenuh dengan suatu tingkah laku, sehingga tidak lagi melakukannya. Seorang perokok menghisap rokok secara terus menerus secara berlebihan, sampai akhirnya menjadi jenuh, sigaret dan pematik api tidak lagi merangsangnya untuk menghisap rokok.

c. *Aversive Stimuli*

Menciptakan stimulus yang tidak menyenangkan yang timbul bersamaan dengan stimulus yang ingin dikontrol. Pemabuk yang ingin menghindari alkohol mengumumkan keinginannya kepada teman disekitarnya. Setiap kali dia minum alkohol dia akan menanggung resiko dikritik lingkungan dan malu karena kegagalannya.

d. *Reinforce One Self*

Memberikan *reinforcement* kepada diri sendiri, terhadap “prestasi” dirinya. Janji untuk membeli celana baru atau nonton film (dengan uang tabungan sendiri) kalau ternyata dapat belajar dan berprestasi. Kebalikan dari memperkuat diri adalah menghukum diri (*self punishment*), bisa berwujud mengunci diri dalam kamar sampai memukulkan kepala ke dinding berulang kali.

e. *Superstitious Behavior*

suatu respon dapat berhubungan dengan penguatnya secara kebetulan, tanpa menunjukkan hubungan sebab akibat yang jelas. Walaupun respon itu tidak nyata-nyata menghasilkan reinforcemen yang dimaksud, ternyata hubungannya sangat kuat.

5. Kontrol Diri sebagai Terapi Psikologi

Albert Bandura menjadikan kontrol diri sebagai terapi untuk mewujudkan regulasi diri yang baik, terapi kontrol diri ini terdiri dari tiga proses (Boeree, 2007: 272), yakni:

a. Grafik-grafik Behavioral

Grafik-grafik behavioral adalah pengamatan diri yang mengharuskan individu secara terus-menerus mengawasi perilakunya sendiri, baik sebelum maupun setelah proses terapi dilakukan. Cara ini mencakup hal-hal yang sederhana seperti menghitung berapa batang rokok yang dihabiskannya dalam sehari sampai hal-hal yang lebih rumit seperti membuat catatan harian mengenai perilaku sehari-hari. Dengan pendekatan catatan harian ini, individu tersebut dapat melacak detail perilakunya sehari-hari.

b. Perencanaan Lingkungan

Yakni menjadikan salah satu catatan harian individu sebagai patokan untuk mengubah kondisi lingkungannya. Misalnya, menghilangkan atau menghindari faktor-faktor yang dapat menghasilkan perilaku negatif, seperti untuk menghentikan kebiasaan merokok, dapat dengan menyingkirkan asbak, menghindari bergaul dengan perokok

c. Perjanjian-Diri

Yakni pemberian imbalan terhadap diri sendiri ketika berhasil melaksanakan rencana-rencana yang telah disusun rapi, serta mempersiapkan diri untuk menerima hukuman ketika gagal menjalankannya. Perjanjian ini dapat dilakukan dengan menulis dihadapan orang lain yang dinyatakan secara jelas. Sebagai contoh, “jika saya berhasil berhenti merokok selama satu minggu, saya akan

membeli *smartphone* baru, namun jika gagal, saya akan membuat *review* jurnal internasional”.

6. Kontrol Diri dalam Prespektif Islam

Kontrol diri dalam Islam sangat dianjurkan bagi umat Muslim agar dapat merealisasikannya dalam kehidupan sehari-hari, mereka diwajibkan untuk selalu berintrospeksi atas segala apa yang telah dilakukannya terutama masalah-masalah yang berhubungan dengan orang lain, firman Allah:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendanya setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan” (Q.S. Al-Hasyr ayat 18)

Ayat ini menyatakan bahwa bagi orang-orang mu'min agar selalu bertakwa kepada Allah dan selalu memperhatikan apa yang telah mereka perbuat sebagai bekal di akhirat nanti. Ayat lainnya menyatakan bahwa setiap orang dianjurkan untuk mengontrol diri agar selalu terhindar menjerumuskan diri dalam kehancuran, serta berperilaku baik. Allah berfirman:

وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا ... ﴿١٩٥﴾

...dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah..(Q. S Al-Baqarah Ayat 195)

Najati (1993: 57-60) berpendapat tentang betapa pentingnya kontrol diri pada setiap manusia. Seorang *mu'min* hendaklah dapat mengendalikan dan menguasai emosi dan keimanan yang mendalam kepada Allah dan tindakan mengikuti metode yang digariskan-Nya bagi kita dalam Al-Qur'an dan diuraikan oleh Rasulullah SAW, akan memberikan kita kemauan, kekuatan dan kehendak yang memungkinkan kita untuk bisa mengendalikan dan menguasai emosi-emosi kita.

Berdasarkan pengendalian diri diatas, santri pengurus akan mampu menjaga agar pikirannya selalu sejalan dengan rukun iman sehingga akan terhindar dari hal-hal yang dilarang oleh agama.

7. Perkembangan Kontrol Diri

Vesta dkk dalam (Ghufron, 2010: 26) mengungkapkan bahwa perilaku anak awalnya dikendalikan oleh kekuatan eksternal. Secara perlahan-lahan kontrol eksternal tersebut diinternalisasikan menjadi kontrol internal. Salah satu cara menginternalisasikan kontrol dengan melalui kondisioning klasikal. Langkah penting dalam perkembangan bayi adalah proses belajar melalui kondisional klasikal. Orang tua mempunyai nilai yang tinggi karena bayi secara instingtif mengasosiasikan orang tuanya sebagai stimulus yang menyenangkan, seperti makanan, kehangatan dan pengasuhan.

Menurut Kopp, bayi mempunyai kontrol terhadap perilakunya yang bersifat refleks, segera setelah dilahirkan. Misalnya, bayi secara refleks memejamkan mata sebagai proses respon terhadap cahaya terang. Pada

tahun pertama, bayi mengalami kemajuan dalam hal kontrol diri. Bayi mulai memenuhi perintah merupakan suatu langkah maju dalam perkembangan kontrol diri. Bayi memodifikasi perilakunya sebagai respon terhadap perintah. Antara usia 18-24 bulan muncul *true self control* pada anak. Pada usia 24 bulan anak akan melakukan apa yang dilakukan oleh kedua orang tuanya (Ghufron, 2010: 26-27).

Kontrol diri akan muncul pada tahun ke tiga ketika anak sudah mulai menolak segala sesuatu yang dilakukan untuknya dan menyatakan keinginannya untuk melakukan sendiri. Kontrol eksternal pada awalnya didapatkan anak melalui instruksi verbal dari orang tuanya. Pada usia ini dilakukannya sendiri dengan meniru perintah yang sama untuk dirinya sendiri. Anak akan menginternalisasikan kontrol mengarahkan perilakunya dengan diam-diam melalui pikiran, tanpa banyak bicara. Oleh karena itu, kontrol verbal terhadap perilaku anak yang awalnya berasal dari kekuatan eksternal menjadi berasal dari dirinya (Ghufron, 2010: 27).

Setelah tiga tahun kontrol diri menjadi lebih terperinci dari pengalaman. Anak mengembangkan strategi untuk menekan gangguan sewaktu melakukan pekerjaan dan menunda hadiah langsung yang menarik untuk memperoleh hadiah lebih besar atau lebih penting. Menurut Calhoun dan Acocella (Ghufron: 2010: 28), kedudukan orang tua bernilai tinggi sehingga persetujuan dan ketidaksetujuan secara emosional memberikan ganjaran dan hukuman bagi anak. Oleh karena itu, persetujuan dan ketidaksetujuan orang tua mempunyai kekuatan untuk

membujuk anak menunda kepuasan segera untuk kepentingan yang lebih besar, yaitu ganjaran jangka panjang.

Kontrol diri dilakukan guna mengurangi perilaku berlebihan yang dapat memberikan kepuasan dengan segera. Kontrol diri dilakukan guna mengurangi perilaku berlebihan yang dapat memberikan kepuasan dengan segera (Ghufron, 2010: 31). Anak belajar menunda kepuasan dengan melewati segera yang lebih kecil dan memutuskan untuk menunggu ganjaran yang lebih besar, perilaku ini disebut juga sebagai *Delay gratification procedure*, yaitu istilah yang diberikan Berndt pada suatu prosedur yang digunakan oleh anak ketika dihadapkan pada dua perilaku yang sama-sama memberikan ganjaran . Pada usia empat belas tahun diri menjadi sifat kepribadian dengan nilai prediksi jangka panjang. Menurut Mischel, anak usia empat belas tahun yang dapat menunda kepuasan, pada usia empat belas tahun akan lebih lancar berbicara, lebih percaya diri, lebih mampu mengatasi frustrasi, dan lebih mampu menahan godaan. Kemampuan mengontrol diri berkembang seiring bertambahnya usia, salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai remaja adalah mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompok darinya dan kemudian mau membentuk perilaku agar sesuai dengan harapan social tanpa harus dibimbing, diawasi, disorong dan diancam seperti hukuman yang dialami ketika anak-anak (Ghufron, 2010: 28).

Disamping itu, Hurlock (1997: 213) berpendapat bahwa kemampuan mengontrol diri juga berkembang seiring dengan kematangan emosi.

Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remajanya tidak meledakkan emosinya di hadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Dariyo (2007: 180) menambahkan, emosi merupakan bagian dari aspek afektif yang memiliki pengaruh besar terhadap kepribadian dan perilaku seseorang. Emosi bersifat fluktuatif dan dinamis, artinya perubahan emosi sangat tergantung pada kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri.

Berdasarkan teori Piaget dalam Ghufon (2010: 29), remaja telah mencapai tahap pelaksanaan formal dalam kemampuan kognitif. Oleh karenanya remaja mampu mempertimbangkan suatu kemungkinan untuk menyelesaikan suatu masalah dan mempertanggungjawabkannya. Ketika seorang individu mulai memasuki masa dewasa, ia akan mampu menjadi individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat.

Berdasarkan keterangan tersebut, santri dapat dikatakan telah memiliki kontrol diri yang cukup. Hal tersebut karena mereka sudah memasuki masa remaja tengah, dimana jenjang usia santri pengurus berada antara 16 tahun sampai usia 19 tahun, disamping itu mereka sebagai pengurus dituntut untuk memiliki kontrol diri yang baik agar mereka dapat mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompok dan kemudian mau membentuk perilakunya agar sesuai dengan harapan sosial serta dapat mengatasi berbagai hal.

8. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Sebagaimana faktor psikologis lainnya, kontrol diri dipengaruhi pula oleh beberapa faktor. Secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari internal (dalam diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu).

a. Faktor internal

Faktor internal yang turut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambahnya usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol dirinya.

b. Faktor eksternal

Menurut Hurlock, faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orang tua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap kekonsistensian ini akan diinternalisasi anak. Di kemudian akan menjadi kontrol diri baginya (Ghufron, 2010: 32).

B. Perilaku Merokok

1. Pengertian Perilaku Merokok

Menurut Bambang Kesowo (2003) rokok adalah hasil olahan tembakau yang terbungkus, sejenis cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rustica* dan sejenisnya. Sedangkan menurut Aditama (2006: 29) asap rokok mengandung sekitar 4000 bahan kimia, 43 diantaranya bersifat karsinogen. Pengaruh asap rokok dapat mengakibatkan infeksi pada paru dan telinga serta kanker paru.

Perilaku merokok atau dalam istilah asing dikenal dengan *tobacco smoking* telah mendapat berbagai definisi untuk menemukan artinya secara tepat, beberapa definisi yang telah diungkapkan untuk memakai arti kata dari “*smoking*” atau merokok (Nasution, 2007: 5).

Menurut Husaini (2006: 21) merokok berarti membakar tembakau dan daun tar, lalu menghisap asap yang dihasilkannya. Menurut Purwadaminta dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, perilaku merokok adalah sebuah aktifitas menghisap rokok, sedangkan rokok itu sendiri adalah gulungan tembakau yang berbalut nipah atau kertas. Sedangkan Armstrong dalam Indri Nasution (2007: 6) berpendapat bahwa perilaku merokok adalah menghisap asap tembakau yang dibakar ke dalam tubuh dan menghembuskannya kembali ke luar. Komalasari dan Avin (2002: 4) mengatakan bahwa perilaku merokok adalah aktifitas subjek yang berhubungan dengan perilaku merokoknya, yang diukur melalui intensitas merokok, waktu merokok, dan fungsi merokok sehari-hari.

Menurut Kendal dan Hammen dalam Komalasari (2002: 1) perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang sangat merugikan, baik untuk diri sendiri maupun orang di sekelilingnya. Dilihat dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, CO (Karbonmonoksida) dan *tar* yang dapat mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat. Asap rokok mengandung sekitar 60% adalah gas dan uap yang terdiri dari 20 jenis gas, diantaranya gas monoksida yang merupakan gas yang sangat berbahaya karena persentasenya yang tinggi dalam aliran darah seorang perokok aktif mampu menyedot persediaan gas oksigen yang sangat dibutuhkan oleh setiap individu untuk bernafas. Selain itu asap rokok mengandung jutaan zat kimiawi yang sangat beragam, yang dihasilkan dari perubahan kertas sigaret yang awalnya berwarna putih pucat menjadi warna kuning (Husaini, 2006: 21).

Menurut Safarino dalam Komalasari (2002: 2), akibat yang ditimbulkan oleh perokok pasif lebih berbahaya daripada perokok aktif karena daya tahan terhadap zat-zat yang berbahaya sangat rendah. Bagi para perokok, meskipun sudah diketahui akibat negatif merokok tetapi jumlah perokok semakin bertambah dan usia perokok semakin muda.

Erikson dalam Komalasari (2002: 2) mengungkapkan remaja mulai merokok berkaitan dengan adanya krisis 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. Begitu pula teori Brigham dalam kutipan Komalasari (2002: 2) bahwa perilaku merokok bagi remaja merupakan perilaku simbolisasi, yaitu symbol dari kematangan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap lawan jenis.

Tembakau atau rokok termasuk zat adiktif karena menimbulkan ketagihan dan ketergantungan, samalahnya dengan narkoba dan alkohol sehingga mereka yang sudah ketagihan tembakau atau rokok bila pemakaiannya dihentikan secara langsung akan timbul sindrom putus tembakau, atau ketagihan tembakau. Gejala ketagihan tembakau atau rokok seperti perasaan tidak enak di mulut, emosi tidak stabil, terlihat sedikit gelisah, gangguan konsentrasi, mengantuk dan nyeri kepala.

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok adalah suatu tindakan menghisap dan menghembuskan gulungan kertas berisi irisan tembakau dari tumbuhan *nicotine tobacum*.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok

Determinan perilaku sebagai faktor penentu manusia merupakan resultansi dari berbagai faktor baik internal maupun eksternal. Faktor internal dalam hal ini adalah keyakinan, niat, percaya diri. Sedangkan faktor eksternal atau faktor lingkungan yaitu lingkungan fisik dan lingkungan sosial. Betapa banyak remaja yang merokok hanya karena memiliki teman perokok berat. Kadang kala seseorang merokok karena menghadapi tekanan hidup dan menjadikannya sebagai sarana untuk

melarikan diri dari masalah yang dihadapinya hingga akhirnya dan tanpa disadarinya, merokokpun menjadi satu kebiasaan dalam dirinya.

Kebiasaan merokok pada sebagian orang umumnya dipicu oleh citra dalam diri tiap individu dan juga pergaulan dalam masyarakatnya. ABG (*Anak Baru Gede*) umumnya merokok karena sekedar ikut-ikutan orang yang lebih dewasa darinya. Kadang ABG ini merokok karena sekedar ingin mengikuti *trend* yang ada di sekitarnya (Husaini, 2006: 27). Mangoenprasodjo (2005: 39) menambahkan bahwa gengsi, terlihat macho (keren), atau ingin dianggap dewasa, merupakan serangkaian alasan remaja merokok.

Sementara Kar dalam Susmiati (2003: 21) mengemukakan terbentuknya perilaku merokok tergantung dari beberapa fungsi yaitu; (1) niat atau *behavior intention* seseorang untuk merokok. Niat dipengaruhi oleh kepentingan pribadi; (2) dukungan social masyarakat sekitar atau *social support*, yang mendorong seseorang untuk merokok; (3) informasi atau *accessibility of information*. Kurangnya informasi karena ketidaktahuan tentang bahaya rokok menyebabkan dia merokok; (4) otonomi pribadi atau *personal outonomy* dalam mengambil tindakan atau mengambil keputusan untuk merokok atau tidak; (5) situasi atau *action situation* yaitu situasi yang memberi kemungkinan untuk merokok. Menurut Adit (2002: 1) merokok bagi remaja sering diidentikkan dengan kegagahan atau kejantanan dan kedewasaan bahkan merasa dirinya sudah

mandiri. Salah satu cara agar mereka dianggap dewasa adalah dengan merokok.

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. Menurut Wetheral (2001: 69) ada beberapa alasan seseorang melakukan perilaku merokok diantaranya; (a) kebutuhan; (b) keisengan dan; (c) stress.

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 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: 17).

Ditambahkan oleh Mu'tadin (2002, dalam www.e-psikologi.com, diakses tanggal 15 Juli 2014), bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok pada remaja diantaranya:

a. Pengaruh Orang Tua

Orang tua sangat berpengaruh sekali dalam pembinaan perilaku anak-anaknya. Remaja akan mudah terpengaruh untuk berperilaku merokok jika melihat orang tua merokok. Remaja yang berasal dari keluarga yang kurang bahagia., dimana orang tua tidak begitu memperhatikan anak-

anaknya juga dapat memicu remaja untuk berperilaku merokok, dibanding anak-anak yang berasal dari keluarga bahagia.

b. Pengaruh Teman

Semakin banyak remaja merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok dengan alasan agar remaja tersebut dapat diterima di lingkungannya dan tidak dikatakan banci oleh sebagian anak muda lainnya.

c. Faktor Kepribadian

Perilaku merokok pada remaja berkaitan dengan adanya krisis aspek psikososial yang dialami pada masa perkembangannya, karenanya remaja akan mudah terpengaruh untuk berperilaku merokok jika melihat iklan di media massa dan elektronik yang menampilkan gambaran masa kini bahwa perokok adalah lambang kejantanan atau glamour. Ditambahkan lagi oleh Nainggolan (2001: 20) bahwa papan-papan iklan serta rayuan suara nikmatnya rokok melalui siaran radio atau televisi, sangat membujuk seseorang untuk merokok.

Berbagai pandangan masyarakat mengenai perilaku merokok, diantaranya:

a. Aspek Positif Merokok

Menurut Mu'tadin (2002), aspek positif dari perilaku merokok terutama berkaitan dengan masalah relaksasi, yakin diri, serta membuat pikiran terasa lebih cemerlang dan kenikmatan. Ditambahkan lagi oleh Aditama (1992 www.mailarchive.com. diakses tanggal 15 April 2015 pukul 10.11) bahwa

rokok dapat menghadirkan khayalan, rokok dapat menenangkan pikiran, rokok dapat menghadirkan teman, rokok dapat menjadi teman, rokok dapat mengendurkan otot-otot yang tegang, serta dapat menghadirkan kepuasan.

b. Aspek Negatif Merokok

Meski semua orang tahu akan bahaya yang ditimbulkan rokok, perilaku merokok tidak pernah surut dimata para merokok. Seorang perokok akan merasakan efek kecanduan nikotin yang terkandung dalam rokok, dimana rokok dapat memuaskan hasrat si perokok. Efek yang terkandung dalam rokok itulah yang akan merasakan tidak nyaman tanpa adanya rokok.

3. Aspek Perilaku Merokok

Aspek-aspek perilaku merokok menurut Aritonang (1997, dalam Nasution, 2007, 16) yaitu:

a. Fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari

Erickson mengatakan bahwa merokok berkaitan dengan masa pencarian jati diri remaja, sedangkan Silvens dan Tomkins mengatakan fungsi rokok ditunjukkan dengan perasaan yang dialami oleh perokok tersebut, seperti perasaan positif maupun negatif

b. Intensitas merokok

Perokok berdasarkan jumlah rokok yang dihisapnya, yaitu:

- 1) Perokok berat yang menghisap rokok lebih dari 15 batang rokok dalam sehari.
- 2) Perokok sedang yang menghisap rokok 5-14 batang rokok dalam sehari.

- 3) Perokok ringan yang masih menghisap rokok 1-4 batang rokok dalam sehari.

c. Tempat merokok

Tipe merokok berdasarkan tempat ada dua, yaitu

- 1) Merokok di tempat-tempat umum atau ruang publik
 - a) Kelompok homogen (sama-sama perokok), secara bergerombol mereka menikmati kebiasaannya. Umumnya mereka masih menghargai orang lain, karena itu mereka menempatkan diri di *smoking area*.
 - b) Kelompok heterogen, merokok ditengah orang-orang lain yang tidak merokok.
- 2) Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi
 - a) Kantor atau 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.
 - b) Toilet. Perokok jenis ini dapat digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi

d. Waktu merokok

Menurut Presty (dalam Nasution, 2007: 17), remaja yang merokok dipengaruhi oleh keadaan yang dialaminya pada saat itu, misalnya ketika sedang berkumpul dengan teman, cuaca yang dingin, setelah dimarahi, dan lain-lain.

4. Dampak Perilaku Merokok

Ogden (2000 dalam Nasution, 2007, 17) berpendapat bahwa terdapat dua dampak perilaku merokok, yaitu:

a. Dampak Positif

Merokok menimbulkan dampak positif yang sangat sedikit bagi kesehatan. Individu perokok menyebutkan dengan merokok dapat menghasilkan mood positif dan dapat membantu individu menghadapi keadaan-keadaan yang sulit, serta dengan merokok (terutama bagi perokok) dapat mengurangi ketegangan, membantu berkonsentrasi, dukungan sosial dan menyenangkan

b. Dampak Negatif

Merokok dapat menimbulkan berbagai dampak negatif yang sangat berpengaruh bagi kesehatan. Merokok bukanlah penyebab suatu penyakit, tetapi dapat memicu suatu jenis penyakit sehingga boleh dikatakan merokok tidak menyebabkan kematian, tetapi dapat mendorong munculnya jenis penyakit yang dapat mengakibatkan kematian. Berbagai jenis penyakit yang dapat dipicu karena merokok dimulai dari penyakit di kepala sampai dengan penyakit di telapak kaki, antara lain; penyakit kardiovaskular, neoplasma, (kanker), saluran pernafasan, peningkatan tekanan darah (hiper tensi), memperpendek umur, penurunan fertilitas (kesuburan) dan hasrat seksual, sakit mag, gondok, gangguan pembuluh darah, penghambat pengeluaran air seni, ambliopia (pengelihatn kabur), kulit menjadi kering, pucat dan

keriput, serta polusi udara dalam ruangan sehingga terjadi iritasi pada mata, hidung dan tenggorokan.

Disamping itu, kecanduan merokok juga berdampak negatif bagi kesehatan psikologis perokok tersebut, penelitian yang dilakukan oleh J. G. Johnson (2000, dalam Nevid, 2005, 19) melaporkan bahwa merokok pada remaja dapat meningkatkan resiko gangguan kecemasan terutama pada masa remaja akhir dan dewasa awal. Kondisi psikologis lainnya yang disebabkan oleh merokok adalah tidak bergairah, merasa pikiran buntu, mudah marah, bosan dan bingung tanpa sebab ketika kepuasan untuk merokoknya tidak terpenuhi (Nugraheni, 2012, dalam life.viva.co.id diakses tanggal 11 Februari 2015).

5. Tahapan Perilaku Merokok

Pada dasarnya perilaku merokok merupakan sebuah perilaku yang kompleks yang melibatkan beberapa tahap. Perilaku merokok pada remaja umumnya melalui serangkaian tahapan yang ditandai oleh frekuensi dan intensitas merokok yang berbeda pada setiap tahapnya dalam Maman, 2009 dalam maman.wordpress.com diakses tanggal 17 Juli 2014), dan seringkali puncaknya adalah menjadi tergantung pada nikotin. Menurut Leventhal dan Cleary (1980 dalam Maman, 2009 dalam maman.wordpress.com diakses tanggal 17 Juli 2014) terdapat 4 tahap dalam perilaku merokok sehingga seorang individu benar-benar menjadi perokok, yaitu:

a. Tahap *Prepatory*

Pada tahap ini, seorang individu mendapatkan gambaran yang menyenangkan mengenai merokok. Anak-anak mengembangkan sikap terhadap rokok dan sebelum mencobanya mereka sudah mempunyai gambaran seperti apa merokok itu. Sikap ini merupakan sesuatu yang penting dalam perkembangan kebiasaan merokok nantinya.

Anak-anak muda yang menganggap diri mereka sebagai orang yang bebas mungkin merokok bukan untuk menuruti tekanan teman sebaya. Anak muda yang merokok untuk pertama kalinya karena dorongan teman-temannya mungkin memiliki alasan yang berbeda pada tahap persiapan. Beberapa dari mereka mungkin merasa cemas dan tidak mampu sehingga mereka merokok untuk bisa diterima secara sosial dan menjadi bagian dari gang. Beberapa orang mulai mencoba rokok adalah untuk mengendalikan emosi seperti kecemasan kerja. Merokok mungkin dianggap dapat meningkatkan performansi dalam ujian dan memperbesar kesempatan seseorang untuk meraih prestasi akademik. Hal-hal tersebut mungkin merupakan sesuatu yang penting bagi orang-orang yang mulai merokok pada usia-usia remaja akhir atau dewasa awal, suatu jenis perilaku merokok yang banyak ditemui pada mahasiswa kedokteran dan mahasiswa-mahasiswa lainnya.

Secara ringkas, tahap ini merupakan tahap dimana individu mendapatkan gambaran yang menyenangkan tentang rokok dengan

cara mendengar, membaca melihat atau dari hasil bacaan. Hal-hal tersebut menimbulkan minat untuk merokok.

b. Tahap *Intitation*

Tahap initiation adalah tahap ketika seseorang benar-benar merokok untuk pertama kalinya. Tahap ini merupakan tahap kritis bagi seseorang untuk menuju tahap *becoming a smoker*. Pada tahap ini, seorang individu akan memutuskan untuk melanjutkan percobaannya atau tidak. Meskipun rasa serak yang timbul ketika pertama kali mencoba rokok merupakan faktor penting yang mendasari keputusan ini, tampaknya tidak mungkin bahwa perbedaan individu dalam hal respon fisiologis terhadap rokok dan terhadap rasa panas dapat dipandang sebagai alasan utama bagi mereka yang ingin berhenti dan tidak menginginkannya. Timbulnya rasa sakit tidaklah cukup jadi alasan untuk menghentikan atau meneruskan sebuah perilaku, bagaimana rasa sakit itu didapatkan hendaknya juga dijelaskan, contohnya, tanda berupa rasa sakit dan tanda bahaya pada diri seseorang merupakan hal penting yang mendorongnya untuk mencari nasihat medis dan menganggap dirinya sedang menghadapi sebuah risiko. Sensasi berbahaya yang dirasakan oleh tubuh namun ditafsiri sebagai sesuatu yang tidak berbahaya lama-lama akan menjadi sesuatu yang biasa dan berakibat pada diabaikannya sensasi tersebut. Hal tersebut memainkan peran penting dalam adaptasi perilaku merokok.

Seiring dengan berjalannya waktu, jelas akan ada perkembangan toleransi yang bersifat fisiologis terhadap efek merokok. Pengalaman merokok, menjadi waspada, santai, dan segar yang dialami sehari-hari dapat menjadi fakta yang nyata bahwa merokok memang bermanfaat. Rasa sakit yang tidak terlalu kentara yang timbul ketika pertama kali mencoba rokok, seperti rasa terbakar, rasa kesat, sengatan rasa panas dan asap rokok, mungkin ditafsiri sebagai bukti bahwa merokok memang tidak berbahaya. Keyakinan anak-anak bahwa merokok berbahaya bagi orang lain dan orang-orang yang lebih tua dan bukan bagi diri mereka mungkin timbul dari pengalaman adaptasi (penyesuaian).

c. Tahap *Becoming a Smoker*

Salber dkk (dalam Maman, 2009, maman.wordpress.com diakses tanggal 17 Juli 2014) menyatakan bahwa merokok empat batang rokok sudah cukup membuat orang untuk merokok pada masa dewasa dan dapat membuat mereka jadi tergantung melalui percobaan berulang dan pemakaian secara teratur. Data menunjukkan bahwa 85%-90% orang yang merokok empat batang rokok akan merokok secara teratur yang secara tidak langsung berarti bahwa percobaan merokok pada masa remaja akan mendorong mereka untuk merokok ketika dewasa, baik ketika usia muda mereka ingin atau tidak ingin menjadi perokok. Namun jelas bahwa banyak anak muda tidak sampai menghabiskan empat batang rokok.

Sesungguhnya data yang ada tampak mendukung hipotesis bahwa dibutuhkan 2 tahun atau lebih untuk menjadi seorang perokok berat (yang terus-menerus merokok) dihitung dari waktu pertama kali merokok atau hanya kadang-kadang mencoba rokok: ini adalah tahap *becoming a smoker*. Persentase pelajar yang merokok bertambah secara bertahap (7% pada kelas 7 menjadi 46% pada kelas 11) dan jumlah rokok yang dikonsumsi juga meningkat secara bertahap (1 batang seminggu 20 batang sehari), dengan peningkatan yang cukup tinggi pada kelas 10, perempuan merokok 5-9 batang per hari dan pria merokok 10-19 batang per hari.

Dapat diartikan tahap ini dimana jika individu telah mengkonsumsi rokok sebanyak empat batang sehari maka ada kecenderungan untuk menjadi perokok aktif.

d. Tahap *Maintenance of Smoking*

Pada tahap ini merokok sudah menjadi bagian dari cara pengaturan diri (*self-regulating*) seseorang dalam berbagai situasi dan kesempatan. Merokok dilakukan untuk memperoleh efek fisiologis yang menyenangkan (Leventhal & Cleary, 1980 dalam Maman, 2009 dalam maman.wordpress.com diakses tanggal 17 Juli 2014). Efek dari perilaku merokok terutama berkaitan dengan relaksasi dan kenikmatan sensoris. Nesbitt (dalam Maman, 2009 dalam maman.wordpress.com diakses tanggal 17 Juli 2014) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa orang yang merokok merasa rileks saat merokok karena mereka

mengatribusikan semua gejala yang muncul saat merokok ke dalam rokoknya. Senada dengan Nesbitt, Daniel Horn, Direktur *The National Clearing House for Smoking and Health* yang melakukan survei atas 5000 orang untuk mengetahui alasan-alasan mereka merokok menemukan bahwa sebagian besar perokok (40-50%) merokok untuk meringankan kecemasan dan ketegangan, sedangkan lainnya karena ingin memunculkan efek stimulan (perangsang), iseng-iseng, dan merasa santai (Psikologi Indonesia Forum, 2006). Karch (dalam Maman, 2009 dalam maman.wordpress.com diakses tanggal 17 Juli 2014) yang meneliti efek nikotin terhadap kemampuan sensoris, motorik, perhatian, dan kognitif menemukan bahwa nikotin tidak berpengaruh terhadap kemampuan sensoris seseorang, namun mampu meningkatkan performa motorik, perhatian, dan kognitif. Lebih spesifik dapat dijelaskan bahwa dalam hal performa motorik, nikotin mampu meningkatkan tingkat ketukan jari tangan dan keseimbangan tangan. Sedangkan dalam kemampuan perhatian dan fungsi kognitif, nikotin meningkatkan kecepatan waktu reaksi dan menurunkan tingkat kesalahan dalam merespon tugas-tugas yang membutuhkan perhatian. Dalam eksperimen dengan tugas belajar kata-kata berpasangan, nikotin dapat meningkatkan jumlah kata yang harus diingat, meningkatkan pengenalan terhadap ingatan, mengurangi jumlah kesalahan, mengoptimalkan tingkat keterjagaan, dan mempercepat waktu reaksi dalam tes ingatan Sternberg.

Pemahaman tentang fungsi pengaturan sebuah perilaku mungkin penting untuk pengembangan teknik pengurangan dan penghentian merokok yang mampu bertahan lama. Faktor-faktor yang berperan dalam menetapnya perilaku merokok telah diselidiki, baik melalui pendekatan psikologis maupun biologis. Sayangnya, dua pendekatan ini sering disajikan sebagai sesuatu yang berbeda, yaitu fungsi-fungsi psikologis terlibat tidak lebih untuk menyelidiki laporan tentang kepuasan merokok yang dirasakan oleh perokok, sementara penelitian-penelitian biologi lebih banyak menjabarkan mekanisme fisiologis yang mendasari perilaku merokok. Sebenarnya dua pendekatan tersebut saling melengkapi dalam menjelaskan masalah yang sama. Tidak mungkin seseorang mampu menjelaskan mekanisme biologis dalam perilaku merokok jika dia tidak bisa menjelaskannya secara psikologis: Analisa biologis seringkali mengikuti bentuk analisa psikologis. Paling tidak, analisa psikologis dapat mempertajam pandangan tentang proses-proses yang mendasari sebuah respon dan membantu menjelaskan individu serta pada keadaan apa dia merokok mungkin mencerminkan suatu proses tertentu yang dapat menjelaskan suatu mekanisme biologis (Leventhal & Cleary, 1980, dalam Maman, 2009 dalam maman.wordpress.com diakses tanggal 17 Juli 2014). Dengan diketahuinya tahap-tahap terbentuknya perilaku merokok ini maka diharapkan dapat dikembangkan strategi untuk mengendalikan perilaku merokok pada remaja.

6. Perilaku Merokok dalam Prespektif Islam

Tubuh kita pada dasarnya adalah amanah 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 di sekitarnya, karena kandungan dalam rokok termasuk zat adiktif yang menimbulkan ketagihan atau ketergantungan. Anehnya walaupun banyak orang yang mengetahui akan bahayanya rokok, mereka tetap berdalih bahwa merokok tidak haram dengan alasan tidak ada satu ayat atau hadistpun yang secara tekstual mengharamkan untuk mengkonsumsi rokok.

Memang tidak ada dalil khusus mengenai hukum rokok, namun dalam Alqur'an hanya diqiaskan saja (Abu Muhammad, 1998: 14). Seperti pada surah Al-a'raf: 157, dan surat An-nisa': 29

... يَأْمُرُهُم بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ ... ﴿١٥٧﴾

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

...وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ﴿٢٩﴾

Dan janganlah kamu membunuh dirimu, sesungguhnya Allah adalah Maha penyayang kepadamu (QS. An-Nisa' ; 29)

Kedua ayat diatas menjelaskan bahwa Allah melarang umatnya untuk menjerumuskan diri ke sesuatu hal yang merugikan bahkan

membunuh diri sendiri, hal tersebut berdasarkan kandungan zat kimia dalam rokok yang sangat berbahaya bagi kesehatan.

Hukum merokok menurut Imam empat madzhab dalam Husaini (2006: 160):

a. Pendapat Penganut Madzhab Imam Hanafi

Setiap perokok memahami dengan baik bahwa asap rokok sangat berbahaya dan tidak memiliki manfaat dan kebaikan sedikitpun. Dengan demikian, makna rokok bisa difatwakan haram.

b. Penganut Madzhab 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.

c. Penadapat Penganut Imam Hanbali

Syaikh Abdullah bin Syeikh mengungkapkan “ dari perkataan Rasulullah para ahli ilmu difahami pengharaman tembakau yang banyak digunakan pada masa ini”.

d. Pendapat Penganut Madzhab Imam Maliki

Syeikh Ibrahim Al-Laqaany mengharamkannya secara terang-terangan. Perlu dipahami bahwa empat pendapat di atas dikemukakan sebelum data ilmiah tentang bahaya rokok pada kesehatan tubuh manusia dan sekitarnya terungkap.

Uraian singkat di atas cukuplah kiranya membuktikan bahwa merokok tidak saja memberikan *mudharat* bagi pelakunya, tetapi juga bagi orang lain di sekitarnya. 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.

C. Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Merokok

Masa remaja seringkali dikenal dengan masa mencari jati diri, yang merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa (Ali, 2012: 16). Selain itu juga terdapat tugas perkembangan yang harus dilakukan oleh remaja, jika berhasil akan menimbulkan fase bahagia dan membawa keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya. Akan tetapi jika gagal dalam akan menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas berikutnya (Ali, 2012: 171), sehingga banyak remaja yang terjerumus ke dalam perilaku merokok ketika mencari jati dirinya.

Erikson mengungkapkan remaja mulai merokok berkaitan dengan adanya krisis 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. Begitu pula pendapat Brigham bahwa perilaku merokok bagi remaja merupakan perilaku simbolisasi, yaitu simbol dari kematangan, kekuatan, kepemimpinan, dan daya tarik terhadap lawan jenis (Komalasari, 2002: 2)

Perkembangan sosial remaja misalnya, ditandai dengan adanya dorongan untuk dapat berdiri sendiri, krisis originalitas dan konformitas yang tinggi pada kelompok. Sering kali dalam proses pencarian jati diri tersebut mereka terlalu peka terhadap hal-hal yang dapat mempengaruhinya. Remaja pada awalnya melihat orang tuanya, saudaranya yang lebih tua, teman-temannya, dan para *public figure* merokok. Keadaan ini membangkitkan minat remaja untuk mencoba menghisap rokok, dan ketika remaja menyukai aroma dan rasa dari rokok tersebut, remaja lalu memutuskan untuk melanjutkan kebiasaan itu.

Merokok berarti membakar tembakau dan daun tar, dan menghisap asap yang dihasilkannya (Husaini, 2006: 21). Menurut Purwadarminta dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia perilaku merokok adalah sebuah aktifitas menghisap rokok, sedangkan rokok itu sendiri adalah gulungan tembakau yang berbalut nipah atau kertas. Sedangkan Armstrong berpendapat bahwa perilaku merokok adalah menghisap asap tembakau yang dibakar ke dalam tubuh dan menghembuskannya kembali ke luar (Nasution, 2007). Komalasari dan Avin (2002) mengatakan bahwa perilaku merokok adalah aktifitas subjek yang berhubungan dengan perilaku merokoknya, yang diukur melalui intensitas merokok, waktu merokok, dan fungsi merokok sehari-hari.

Betapa banyak remaja yang merokok hanya karena memiliki teman perokok berat. Kadang kala seseorang merokok karena menghadapi tekanan hidup dan menjadikannya sebagai sarana untuk melarikan diri dari masalah yang dihadapinya hingga akhirnya dan tanpa disadarinya, merokokpun menjadi satu kebiasaan dalam dirinya. Kebiasaan merokok pada sebagian orang umumnya dipicu oleh citra dalam diri tiap individu dan juga pergaulan dalam masyarakatnya.

Mu'tadin (2002) menambahkan, perilaku merokok pada remaja disebabkan oleh pengaruh orang tua, pengaruh teman, juga dipengaruhi oleh faktor kepribadian. Jika dilihat dari pendekatan psikososial, maka kita akan mengetahui bahwa perilaku merokok akan berkaitan dengan proses mental dan perilaku antara lain adalah dengan bagaimana kontrol diri seseorang. Averill (1973) menjelaskan bahwa kontrol diri memiliki peran untuk memodifikasi perilaku, mengelola informasi yang tidak diinginkan, dan memilih suatu tindakan berdasarkan yang ia yakini (Fidiana, 2014: 58). Menggunakan kontrol diri setiap perilaku remaja dapat dikendalikan kearah yang positif dan mengurangi perilaku merokok.

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk

orang lain, menyenangkan orang lain, selalu *conform* dengan orang lain dan menutupi perasaannya (M. Nur Ghufron, 2010: 21-22).

Gottfredson & Hirschi (dalam Fidiana, 2014: 58) memaparkan remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah tidak dapat mentolelir frustrasi dan ingin mencapai sesuatu dengan mudah. Mereka tidak memiliki keterampilan kognitif atau akademik, mencari sensasi dan petualangan, sedangkan orang-orang dengan kontrol diri yang tinggi cenderung berhati-hati dan berfikir.

Kontrol diri pada diri seseorang santri diharapkan dapat mencegah perilaku merokok yang merupakan perilaku yang merugikan intra-individu dan inter-individu, serta menghindarkan santri dari hukuman sebagai akibat dari perilaku merokok yang merupakan sebuah pelanggaran berat.

D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok pada pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan Sumenep - Madura.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini adalah pendekatan penelitian kuantitatif karena atas dua pertimbangan. Pertama, penelitian ini dimaksudkan untuk menguji hipotesis yang telah disusun (Azwar, 2010: 5). Kedua, penelitian ini banyak berhubungan dengan pengkodean berbentuk angka-angka dan perhitungan statistika, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap angka tersebut, serta penampilan dari hasilnya (Arikunto, 2006: 12). Untuk itu, peranan statistika dalam penelitian ini sangat dominan dan penting. Sedangkan desain penelitian ini adalah korelasional tanpa menggunakan intervensi, yaitu penelitian yang mempunyai tujuan untuk mengetahui pengaruh antara variabel yang satu dengan variabel yang lain (Azwar, 2010: 8-9).

B. Variabel Penelitian

Sugiyono (2008: 60) mendefinisikan variabel sebagai segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Sedangkan Sutrisno Hadi (1993: 224) berpendapat bahwa variabel sebagai gejala yang bervariasi misalnya jenis kelamin, karena jenis kelamin mempunyai variasi yaitu laki-laki dan perempuan. Jadi variabel merupakan objek penelitian yang bervariasi.

Peneliti mengambil judul pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok pada pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Putra 2 Prenduan, sehingga dalam penelitian ini terdapat variabel yang mempengaruhi dan yang dipengaruhi. Peneliti mengidentifikasikan variabel-variabel tersebut adalah:

Variabel bebas (*independent variabel*) : Kontrol Diri

Variabel terikat (*dependent variabel*) : Perilaku Merokok

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel yang diamati (Azwar, 2010). Definisi operasional dari setiap variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan suatu kemampuan pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna, yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Untuk mengetahui tingkat kontrol diri santri pengurus Pondok Pesantren al-Amien Prenduan didasarkan pada aspek kontrol diri menurut Albert Bandura yakni grafik behavior, perencanaan lingkungan, perjanjian diri.

2. Perilaku Merokok

Kegiatan berupa mengisap dan menghembuskan kembali asap tembakau berbentuk cerutu kemudian disulut api yang dilakukan oleh santri pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan. Tinggi rendah

tingkat perilaku merokok dilihat dan didasarkan pada aspek perilaku merokok berupa fungsi merokok, intensitas merokok, tempat merokok dan waktu.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi menurut Arikunto (2006: 130) adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi adalah kumpulan dari individu yang kualitas dan cirri-cirinya telah ditetapkan terlebih dahulu. Sedangkan menurut Azwar (2010: 77) populasi didefinisikan sebagai suatu kelompok subjek yang akan dikenai generalisasi hasil penelitian.

Menurut Sugiyono (2008: 117) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek/subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu.

Populasi dalam penelitian ini adalah santri Dewan Pengurus Pusat (DPP) Ikatan Santri Tarbiyatul Mu'allimien Al-Islamiyah (ISMI) di Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan. Peneliti memilih santri pengurus tersebut sebagai populasi karena berdasarkan survei banyak sekali kasus pelanggaran merokok yang merupakan pelanggaran berat, terutama pengurus yang tugasnya untuk membimbing santri-santri ke arah pembentukan kepribadian yang Islami, tarbawi, ma'hadi dan mandiri.

Berdasarkan survei yang telah peneliti lakukan pada tanggal 15-17 Oktober 2015, santri pengurus yang merokok sebanyak 41 orang. Dapat disimpulkan bahwa populasi dari penelitian ini adalah 41 orang santri pengurus ISMI al-Amien Prenduan.

2. Sampel

Sampel menurut Arikunto (2006: 134) adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Apabila subjek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya disebut penelitian populasi. Tetapi jika subjeknya besar atau lebih dari 100 maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih, tergantung setidak-tidaknya dari:

- a. Kemampuan peneliti dari waktu, tenaga dan dana.
- b. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya data.
- c. Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti. Untuk penelitian yang risikonya besar, tentu saja jika sampel besar, hasilnya akan lebih baik.

Kebanyakan peneliti beranggapan bahwa semakin banyak sampel atau semakin besar presentase sampel dari populasi, hasil penelitian akan semakin baik (Arikunto, 2006: 134). Metode yang digunakan dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sampel jenuh atau sensus, karena populasi yang tidak mencapai 100 orang.

Sampel populasi adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila

jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang (Anshori dan Iswati, 2009: 106). Nanang dan Sri (2010: 70) menambahkan bahwa teknik pengambilan sampel jenuh atau sensus merupakan teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi dipilih sebagai sampel.

Berdasarkan penjelasan dan observasi tersebut maka Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 100% dari jumlah populasi yakni 41 santri pengurus ISMI yang merokok.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan (Sugiyono, 2008: 308). Untuk penelitian ini peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa angket, wawancara dan dokumentasi.

1. Skala

Skala sikap disusun untuk mengungkap sikap pro dan kontra, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial. Skala sikap berisi pernyataan-pernyataan mengenai objek sikap. Misalnya, jika bermaksud untuk mengungkap isu renovasi pasar, maka setiap kalimat pernyataan mengenai renovasi pasar merupakan pernyataan sikap, sedangkan renovasi pasar adalah objek sikap (Azwar, 1999, 97).

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert yang mempunyai empat pilihan jawaban, yakni selalu (SL), sering

(SR), jarang (J), tidak pernah (TP). Dalam hal ini jawaban kadang-kadang sengaja dihilangkan untuk menghindari kecenderungan subjek memilih jawaban yang ada di tengah-tengah dengan alasan sebagai berikut (Hadi, 1991: 20):

- a. Kategori *undecided* itu mempunyai makna ganda, bias diartikan belum dapat memutuskan atau member jawaban dalam arti netral.
- b. Tersedianya jawaban di tengah itu menimbulkan kecenderungan jawaban tengah (*Central Tendency Effect*), terutama bagi mereka yang ragu atas arah jawabannya ke arah setuju atau tidak setuju.
- c. Maksud kategori jawaban SL, SR, J, TP adalah untuk melihat kecenderungan pendapat responden ke arah setuju atau ke arah tidak setuju.

Peneliti menggunakan metode pengumpulan data dengan angket karena peneliti ingin menilai tingkat kontrol diri dan perilaku merokok santri pengurus di pondok pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep Madura.

2. Wawancara

Menurut Rahayu dan Ardani (2004: 63-64) wawancara adalah perbincangan yang menjadi sarana untuk mendapatkan informasi mengenai orang lain, dengan tujuan penjelasan atau pemahaman tentang orang tersebut dalam hal tertentu. Hasil wawancara merupakan suatu laporan subjektif tentang sikap seseorang terhadap lingkungannya dan terhadap dirinya. Wawancara adalah percakapan langsung dan tatap muka (*face to face*) dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh

kedua pihak yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan, dan yang diwawancarai (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.

Maksud dari mengadakan wawancara secara umum adalah untuk menggali informasi mengenai perilaku merokok subjek yang diteliti. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dengan beberapa santri pengurus untuk mengetahui gambaran awal mengenai perilaku merokok mereka.

Peneliti menggunakan metode pengumpulan data dengan wawancara karena peneliti ingin mengetahui atau mendapatkan informasi bagaimana kondisi santri pengurus ikatan santri tarbiyatul Mua'llimien Al-Islamiah (ISMI) di Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan 2 Sumenep-Madura.

3. Dokumentasi

Dokumentasi dari asal katanya dokumen, yang artinya barang-barang tertulis. Di dalam melaksanakan metode dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti buku-buku, majalah, dokumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian dan sebagainya (Arikunto, 2006: 158).

Dokumen yang digunakan dalam penelitian berupa dokumen-dokumen yang memuat data mengenai subjek penelitian. Setiap pondok pesantren tentu memiliki dokumen-dokumen, baik tentang pondok pesantren pada umumnya dan data tentang santrinya. Adapun beberapa

dokumentasi yang akan peneliti kumpulkan berupa struktur kepengurusan, jumlah santri yang melanggar disiplin pondok berupa merokok, dan juga profil pondok.

4. Observasi

Metode observasi adalah metode yang menggunakan pengamatan atau penginderaan langsung terhadap suatu benda, kondisi, situasi, proses atau perilaku. Pengamatan ini dilakukan terhadap objek di tempat terjadi atau berlangsungnya peristiwa (Lestari, 2008: 64).

F. Instrumen Penelitian

Menurut Arikunto (2006: 158) instrument penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti pada waktu penelitian dengan menggunakan suatu metode. Skala banyak digunakan dalam mengukur aspek-aspek afektif seperti minat, sikap dan berbagai variabel kepribadian lain seperti agresivitas, *self-esteem*, *locus of control*, motivasi belajar, kepemimpinan, dsb (Azwar, 2010: 4). Dalam penelitian ini ada dua instrumen, yakni instrumen kontrol diri dan perilaku merokok.

1. Skala Kontrol Diri

Metode pengumpulan data skala adalah suatu metode untuk mendapatkan data, dengan data yang berisi sejumlah pertanyaan secara tertulis yang dibagikan kepada subjek peneliti dengan tujuan untuk mengungkapkan kondisi dalam diri subjek yang ingin diketahui (Sutrisno, 2000: 25). Angket diberikan kepada pengurus pondok pesantren al-Amien

Prenduan putra 2. Data akan peneliti ambil dari skala, berupa data tentang pengaruh kontrol diri dengan perilaku merokok.

Menurut Arikunto (2006: 129) angket atau skala adalah teknik pengumpulan data dengan menyerahkan atau mengirimkan daftar pertanyaan untuk diisi oleh responden. Keuntungan penggunaan teknik angket adalah sebagai berikut:

- a. Tidak memerlukan hadirnya peneliti.
- b. Dapat dibagikan secara serentak kepada responden.
- c. Dapat dijawab responden menurut kepercayaannya masing-masing, dan menurut waktu senggang responden.
- d. Dapat dibuat anonym sehingga responden bebas jujur dan tidak malu-malu menjawab.
- e. Dapat dibuat terstandar sehingga bagi semua responden dapat diberi pertanyaan yang benar-benar sama.

Skala yang digunakan adalah skala *likert* yang kriterianya, semakin tinggi skor yang dipilih subjek maka semakin tinggi pula tingkat kontrol dirinya. Adapun teori kontrol diri yang dipilih oleh peneliti didasarkan pada aspek-aspek kontrol diri yang telah diklasifikasikan oleh Albert Bandura, yaitu grafik behavior, perencanaan lingkungan dan perjanjian diri (Boeree, 2007: 272)

Table 3. 1
Blue Print Skala Kontrol Diri

Indikator	Prediktor	Favourable	Unfavourable	Jumlah
Grafik Behaviour	- Mengawasi munculnya perilaku negatif seminimal mungkin	1,3,5	26,28,30	18
	- Membatasi munculnya perilaku negatif	7,9,11	32,34,36	
	- Merubah perilaku negatif dengan perilaku positif	13,15,17	38,40,42	
Perencanaan Lingkungan	- Menghindari lingkungan yang menimbulkan perilaku negatif	19,21,23	44,46,48	18
	- Pindah dari lingkungan yang menimbulkan perilaku negatif ke lingkungan yang menimbulkan perilaku positif	25,27,29	2,4,6	
	- Mengubah lingkungan negatif menjadi lingkungan yang positif	32,33,35	8,10,12	
Perjanjian Diri	- Komitmen diri untuk tidak mengulangi perilaku negatif	37,39,41	14,16,18	18
	- Komitmen diri untuk merubah perilaku negatif dengan perilaku positif	43,45,47	20,22,24	
Total Aitem				48

2. Skala Perilaku Merokok

Skala perilaku merokok menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Aritonang (1997, dalam Nasution, 2007, 16) berupa fungsi merokok intensitas merokok dan waktu merokok (Komalasari & Avin, 2002: 4).

Table 3.2
Blue Print Skala Perilaku Merokok

Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Fungsi	-Perilaku muncul sebagai pelampiasan diri	26, 28, 30	1, 3, 5	18
	-Perilaku muncul sebagai kepuasan diri	32,34,36	7, 9, 11	
	-Perilaku muncul sebagai identitas diri	38, 40, 42	13, 15, 17	
Intensitas	-Intensitas rokok yang dihisap bertambah setiap hari	44, 46, 48	19, 21, 23	12
	-Intensitas merokok bertambah setiap hari	2, 4, 6	25, 27, 29	
Waktu	-Perilaku muncul karena kondisi tertekan	8, 10, 12	31, 33, 35	18
	-Perilaku muncul karena demografis	14, 16, 18	37, 39, 41	
	-Perilaku muncul karena lingkungan	20, 22, 24	43, 45, 47	
Total Aitem				48

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrument pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut (Azwar , 2006: 5-6).

Koefisien validitas tidak selalu tetap karena harus melalui proses perhitungan statistika antara skor tes dengan skor criteria yang besarnya disimbolkan dengan r_{xy} . Sedangkan pada pendekatan tertentu tidak dihasilkan koefisien validitas, namun diperoleh melalui indikasi validitas dalam bentuk tertentu (Azwar, 2006: 10-11).

Standar pengukuran yang digunakan untuk menentukan validitas aitem adalah $r_{xy} \geq 0,300$. Apabila ternyata aitem valid masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat menurunkan sedikit criteria dari $r_{xy} \geq 0,300$ menjadi $r_{xy} \geq 0,250$ atau $r_{xy} \geq 0,200$ (Azwar, 2004:86).

Teknik yang digunakan untuk menguji validitas dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment* dari Karl Pearson dengan rumus sebagai berikut (Arikunto, 2006: 170):

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[(N \sum x^2) - (\sum x)^2][(N \sum y^2) - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Korelasi *product moment*

X : Jumlah skor aitem

Y : Jumlah skor total

N : Jumlah subjek

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik (Arikunto, 2006: 170). Besar-kecilnya korelasi dinyatakan dalam angka, yang disebut dengan koefisien korelasi. Angka koefisien korelasi selalu bergerak di antara 0,000 dan 1,000, hasil perhitungan statistik yang mendekati angka 1,000 maka

dinyatakan semakin signifikan, jika hasil perhitungan statistik melebihi angka 1,000 maka ada kesalahan dalam perhitungan (Hadi, 2004: 300).

Korelasi positif ditunjukkan dengan koefisien korelasi 0,000 sampai 1,000. Sedangkan korelasi negatif ditunjukkan dengan koefisien 0,000 sampai -1,000 (Hadi, 2004: 300). Namun menurut Azwar (2006: 9) konsistensi yang sempurna tidak dapat ditemukan dalam pengukuran aspek-aspek psikologis dan sosial yang menggunakan manusia sebagai subjeknya, karena adanya sumber eror dalam diri manusia.

Adapun alat ukur yang digunakan untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan Alpha dari Cronbach (Arikunto, 2006: 169).

$$r_{11} = \left[\frac{k}{(k-1)} \right] \left[\frac{1 - \sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

r_{11} : Reliabilitas instrument

K : Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah varians butir

σ_t^2 : Varians total

Perhitungan reliabilitas ini dilakukan dengan menggunakan komputer program SPSS (*statistical product and service solution*) 17.0 *for windows*.

H. Analisis Data

Penggunaan metode analisis ini untuk menyederhanakan data-data kedalam tujuan penelitian dengan cara mengelompokkan, tabulasi, menyajikan

data serta melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan hipotesis dengan menggunakan statistik (Sugiyono, 2008: 207). Dalam pelaksanaannya, metode analisis data ini juga dilakukan dengan bantuan program SPSS 17,0 *for windows*, data yang diperoleh kemudian dianalisis sebagai berikut:

1. Mencari Mean

Mean mengandung pengertian rata-rata matematik yang harus dihitung dengan cara tertentu dan dapat sebagai jumlah semua angka dibagi oleh banyaknya angka yang dijumlahkan (Azwar, 2002: 33).

Rumusnya adalah:

$$M = \frac{\sum fx}{N}$$

Keterangan:

M : Mean

$\sum fx$: Jumlah nilai yang sudah dikalikan dengan frekuensi masing-masing.

N : Jumlah subjek

2. Mencari Standart Deviasi

Standart deviasi adalah akar pangkat dua dari varians dan diberi simbol (Azwar, 2002: 42). Berikut rumus untuk mencari standart deviasi:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N} - \left[\frac{\sum fx}{N} \right]^2}$$

Keterangan:

SD : Standar deviasi

$\sum f_x^2$: jumlah kuadrat semua frekuensi dan angka

N : jumlah respon

Dari distributor skor responden kemudian mean dan standar deviasinya dihitung, sehingga skor yang dijadikan batas angka penilaian sesuai dengan norma yang diketahui. Adapun norma yang digunakan yaitu:

Tabel 3.3
Norma Kategorisasi

Klasifikasi	Skor
Tinggi	$(\text{Mean} + 1 \text{ SD}) < X$
Sedang	$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
Rendah	$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$

3. Mencari Prosentase

Prosentase yaitu data yang menggunakan teknik analisa statistik prosentase (Azwar, 2002: 40). Setelah dilakukan perhitungan standar deviasi berdasarkan norma diatas dan didapatkan frekuensi setiap kategori, maka dihitung dengan rumus prosentasi adalah :

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

Keterangan:

P : Angka Prosentase

F : Frekuensi

N : Jumlah sampel penelitian

4. Uji Asumsi

Sebagai syarat penggunaan statistik parametrik, maka sebelum dianalisis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data yang diperoleh menggunakan uji normalitas. Uji normalitas, adalah dimana nilai Y (variabel terikat) didistribusikan secara normal terhadap nilai X (variabel bebas). Upaya ini dilakukan untuk menguji apakah dalam sebuah model regresi, variabel *dependent* dan variabel *independent* atau keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah distribusi data normal atau mendekati normal. Pedoman yang digunakan untuk normal tidaknya sebaran adalah jika $p > 0.05$ maka data dikatakan normal, sedangkan apabila $p < 0.05$ maka data dikatakan tidak normal (Azwar, 2011: 123).

5. Analisis Inferensial

Analisis inferensial dimaksudkan untuk mengambil kesimpulan dengan pengujian hipotesis (Azwar, 2011: 132). Analisis inferensial digunakan untuk mengetahui hubungan kausalitas atau pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Rancangan statistik yang digunakan untuk menganalisis data pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok pada pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan Putra dengan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Analisis ini dilakukan dengan bantuan komputerisasi melalui program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) 17.0.

Persamaan garis regresi linear berganda adalah sebagai berikut:

$$Y' = b_0 + bX$$

Keterangan:

Y' = Variabel dependen (nilai yang diprediksikan)

X = Variabel independen

b₀ = Konstanta (nilai Y' apabila $X_1, X_2, \dots, X_n = 0$)

b = Koefisien regresi (nilai peningkatan ataupun penurunan)



BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Objek Penelitian

Setiap sekolah memiliki organisasi untuk menjalankan dan mengeluarkan kebijakan-kebijakan, begitu pula pondok pesantren. Organisasi yang terdapat di pondok pesantren melibatkan semua masyarakat atau sivitas pondok tersebut. Mulai dari pengasuh (Kiyai), *Asatidz* (dewan guru), sampai pengurus yang dijabat oleh santri-santri pondok pesantren tersebut. Dalam ajaran Islam urgensi pemimpin dalam komunitas muslim merupakan suatu kepastian, bahkan Rasulullah mengingatkan dalam batas dan wilayah yang sangat kecil sekalipun pemimpin itu sudah harus diadakan (Khatib Kayo, 2005: 86).

Pondok pesantren Al-Amien Prenduan merupakan salah satu pondok modern yang berada di pulau Madura, dengan mengadopsi kurikulum pondok modern Daarussalam Gontor-Ponorogo yang memakai system *Kulliyatul Mu'allimien al-Islamiyah* (KMI), maka pondok pesantren al-Amien Prenduan memakai sistem *Tarbiyatul Mu'allimien al-Islamiyah* (TMI).

Salah satu tradisi kepesantrenan yang berjalan di TMI Al- Amien Prenduan adalah bahwa kehidupan santri sehari-hari di luar jam sekolah formal dikelola oleh para santri sendiri, dengan falsafah “Dari, oleh, dan untuk santri”. Pengelolaan ini dilaksanakan melalui Organisasi santri atau organtri yaitu ikatan santri TMI putra (ISMI). Seluruh santri wajib berpartisipasi secara aktif dan kreatif dalam organtri

tersebut, baik sebagai anggota maupun pengurus. Secara kelembagaan, organtri di TMI Al-Amien Prenduan memiliki 3 fungsi utama yang dikenal dengan istilah "Tri Fungsi Organtri", yaitu:

- a. Sebagai pembantu bapak kiyai dan ibu nyai dalam proses pendidikan
- b. Sebagai media latihan berorganisasi dan praktek pendidikan kepemimpinan dan manajemen
- c. Sebagai penyalur aspirasi seluruh santri dan penghuni pondok

Dalam buku Sekilas tentang Tarbiyatul Mu'allimien Al-Islamiyah (TMI), organtri tersebut berada di bawah binaan dan tanggung jawab bagian kesartrian ma'had yang dikenal dengan Majelis Pertimbangan Organtri (MPO) dan memiliki tiga organ kepengurusan, yaitu dewan pengurus pusat (DPP), dewan pengurus cabang (DPC), dan dewan perwakilan santri (DPS). Untuk menjabat sebagai pengurus ISMI, santri harus berada di kelas lima dan menjabat selama dua tahun pelajaran, kelas lima di TMI Pondok Pesantren al-Amien Prenduan sama seperti kelas XI di sekolah umum atau kelas dua Sekolah Menengah Akhir (SMA) yang rata-rata usia mereka memasuki usia remaja awal sampai remaja tengah. Hasil observasi pada tanggal 15 sampai tanggal 18 Oktober menunjukkan bahwa santri anggota diatur dan dibimbing sepenuhnya oleh pengurus dan santri pengurus selalu berada dalam pantauan MPO.

Kegiatan atau rutinitas harian seluruh santri yang sangat padat menjadi alat untuk menghindarkan santri dari kegiatan-kegiatan yang negatif. Mulai bangun tidur hingga tidur kembali telah diatur sedemikian rupa oleh pengasuh pondok pesantren, hanya pada hari Jum'at saja santri libur dari kegiatan masuk kelas, namun tidak

berarti tidak beraktifitas karena kegiatan-kegiatan pilihan tetap berjalan dimulai dengan ceramah mingguan setelah shalat subuh berjama'ah, senam wajib dan kerja lingkungan, barulah santri diperbolehkan memilih kegiatannya masing-masing (terlampir).

Bagi santri yang absen atau bahkan terlambat dalam menjalani kegiatan akan diberi sanksi berjenjang berdasarkan disiplin yang dilanggar oleh santri tersebut (terlampir). Sebagai contoh disiplin merokok, santri yang melanggar disiplin merokok akan mendapat kartu merah dengan sanksi berupa pemanggilan orang tua / walinya, memperbaharui Bai'at (Perjanjian), dibotak bagi santri putra / memakai kerudung sanksi bagi santri putrid dan apel Ke Mudir 'Aam (Direktur Utama TMI).

1. Sejarah Singkat Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan

Tarbiyatul Mu'allimien al-Islamiah (TMI) khusus putra dirintis pertama kali pada bulan September 1959 oleh Almarhum Kiyai Djauhari, Pendiri dan pengasuh pertama Pondok Pesantren al-Amien Prenduan dengan nama "TMI MAJALIS". Selama kurang lebih 10 (sepuluh) tahun, Kiyai Djauhari mengasuh lembaga ini di lokasi Pondok Tegal dalam bentuk yang sangat sederhana, hingga beliau wafat pada bulan juli tahun 1970.

Setelah Kiyai Djauhari wafat, usaha rintisan ini dilanjutkan oleh putra-putranya dengan melakukan langkah-langkah pendahuluan sebagai berikut:

- a. Membentuk tim kecil beranggotakan 3 orang, yaitu Kiyai Moh. Tidjani Djauhari, Kiyai Moh. Idris Djauhari, dan Kiyai Jamaluddin Kafie untuk

menyusun kurikulum TMI dan mempersiapkan pembukaan TMI baru yang lebih representative.

- b. Mengadakan studi banding ke Pondok Modern Daarussalam Gontor dan pesantren-pesantren lainya di Jawa Timur, sekaligus memohon do'a restu kepada kiyai-kiyai sepuh saat itu, khususnya Kyai Ahmad Sahal dan Kiyai Imam Zarkasyi Gontor, untuk memulai udaha pendirian dan pengembangan TMI dengan system dan paradigma baru yang telah disepakati
- c. Membuka lokasi baru seluas kurang lebih 6 (enam) ha, terletak 2 KM di sebelah barat lokasi lama yang merupakan amal jariyah dari santri-santri almarhum Kiyai Djauhari, para dermawan desa Prenduan dan sekitarnya.

Setelah melewati langkah-langkah persiapan tersebut, tepat pada hari jum'at tanggal 10 syawal 1371 yang bertepatan dengan tanggal 3 Desember 1971, Kiyai Moh. Idris Djauhari secara resmi mendirikan Tarbiyatul Mu'allimien al-Islamiah (TMI) khusus putra, dengan system dan bentuknya seperti yang ada sekarang serupa dengan Kulliyatul Mu'allimien al-Islamiah (KMI) Pondok Modern Daarussalam Gontor, dan sekaligus beliau menjabat sebagai Direktur TMI yang pertama.

Sedangkan TMI Putri, atau yang lebih dikenal dengan Tarbiyatul Mu'allimat al-Islamiah (TMal) didirikan 14 tahun kemudian pada tanggal 19 Juni 1985 oleh Nyai Anisah Fatimah Zarkasyi putri dari Kiyai Zarkasyo Gontor dan istri Kiyai Moh. Tidjani Djauhari, yang pada saat itu masih bermukim di Makkah al-Mukarromah bersama keluarga.

2. Kurikulum Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan

Kurikulum TMI al-Amien Prenduan adalah segala rencana dan pengaturan yang berhubungan dengan tujuan, materi dan instrument pendidikan yang mencakup seluruh aspek kehidupan para santri dan guru-guru, baik dalam rangka berinteraksi dengan Allah SWT., ataupun dalam berinteraksi dengan dirinya sendiri, dengan sesama manusia dan alam semesta. Semua kegiatan di kelas, di kamar, di masjid, di kantor dan di tempat-tempat lain baik pagi, siang, sore ataupun malam hari, seluruhnya harus tercakup dalam kurikulum. Karena itu tidak berlebihan jika dikatakan bahwa kurikulum TMI al-Amien Prenduan adalah “kurikulum Hidup dan Kehidupan”.

Kurikulum TMI al-Amien Prenduan disusun dan dikembangkan berdasarkan prinsip-prinsip pendidikan yang benar dan proporsional, antara lain berpusat pada peserta didik, relevan dengan kebutuhan hidup, responsive terhadap perkembangan IPTEK dan seni, menyeluruh dan berkesinambungan sepanjang hayat, individual dan sosial, tuntutan hidup di masyarakat dan kondisi objektif peserta didik, dan lain-lain (terlampir).

B. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek yang dimaksud adalah santri kelas VI yang mana sedang menjabat dalam organtri ISMI periode kedua tahun ajaran 2014-2015 (terlampir). Saat observasi kedua (15-18 Oktober) peneliti melihat banyak sekali santri pengurus yang gundul dan dapat dipastikan bahwa santri tersebut telah mendapat sanksi atas

pelanggaran disiplin yang ia perbuat karena berdasarkan pengakuan salah satu santri pengurus, saat ini santri akhir tidak potong gundul saat kenaikan kelas.

Berbeda dengan santri anggota, santri pengurus mendapat beban tersendiri dalam menjalankan kegiatan serta kewajibannya, baik sebagai siswa dan sebagai pengurus. Perbedaan tersebut berada pada kewajiban mereka memantau santri anggota dari pelanggaran-pelanggaran disiplin, baik berbahasa, berperilaku, dan menjalankan kegiatan. Perbedaan lainnya adalah pengurus memiliki hak untuk telat datang ke masjid, keliling untuk menjaga keamanan lingkungan pondok, serta waktu tidur yang sedikit larut dari santri anggota, namun hal tersebut sering disalah gunakan oleh pengurus untuk melanggar disiplin pondok. Hal tersebut telah melanggar disiplin pengurus organtri pada poin C nomor 2 “Menyalahgunakan tugas yang diemban untuk kepentingan pribadi sementara” (TENGKO: 19).

Ketentuan dan aturan pondok telah ditetapkan, namun tidak semua santri dapat mematuhi kegiatan dan disiplin tersebut, terdapat beberapa santri yang terlambat datang ke masjid, ada pula yang berbicara menggunakan bahasa tidak resmi, bahkan ada santri yang sengaja tidak mengikuti shalat berjama'ah dengan alasan *mudhif* (mendapat kunjungan). Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri pada santri berbeda. Begitu pula dengan santri pengurus, terdapat beberapa yang melanggar disiplin pondok, berdasarkan wawancara (11 Desember 2014) membawa *handphone*, keluar lingkungan pondok tanpa ijin dan merokok menjadi konsentrasi MPO untuk selalu memantau santri pengurus.

Hasil wawancara peneliti pada bulan Juli, Oktober dan Desember di pondok pesantren al-Amien Prenduan adalah sebagai berikut:

1. Santri Pengurus

Mereka mengenal rokok sejak usia muda dan mulai merokok pada masa remaja awal sekitar usia 13-15 tahun, pada saat menjadi pengurus mereka merasa mendapatkan peluang untuk merokok karena dengan jabatan yang mereka emban, mereka mendapatkan kebijakan-kabijakan khusus sebagai pengurus, diantaranya adalah waktu tidur yang lebih larut dari santri anggota. Peluang yang mereka gunakan untuk merokok disaat keliling pos jaga malam, atau pada saat mengantri mandi sore.

Mereka melanggar disiplin merokok dilingkungan pondok pesantren tidak sendiri-sendiri, terkadang mengajak, terkadang diajak untuk merokok, disaat merokok pun mereka merasa takut akan kehadiran ustadz, namun mereka menganggap selagi tidak diketahui ustadz, maka sah-sah saja untuk merokok, bahkan salah satu santri pengurus mengaku sudah mendapat sanksi akibat merokok namun ia tetap merokok jika memiliki kesempatan karena sudah kecanduan.

2. Majelis Pertimbangan Organtri (MPO)

Terdapat 20 laporan kasus pelanggaran disiplin merokok yang dilakukan oleh santri pengurus pada mid akhir semester 1 tahun ajaran 2014 – 2015. Satu diantaranya adalah santri *black-list* kepala sekolah karena tidak pernah masuk kelas, jarang shalat berjama'ah dan berbagai pelanggaran lainnya. Dapat

dipastikan santri tersebut akan diserahkan kembali kepada wali santrinya karena ia telah melanggar disiplin merokok dua kali dalam satu mid semester.

MPO berpendapat bahwa lingkungan kamar mandi rayon (asrama) merupakan tempat yang sering digunakan pengurus untuk merokok, karena pada saat antri mandi terutama sore peluang untuk tidak diketahui ustadz lebih besar, karena sore hari adalah waktu para ustadz untuk kuliah.

Ketika menerima laporan mengenai pelanggaran berat, MPO tidak memberikan sanksi begitu saja kepada santri yang melanggar, namun berdasarkan prosedur, MPO harus meminta kronologi pelanggaran tersebut kepada santri terkait, selanjutnya MPO menyerahkan kronologi tersebut kepada *Mudir Marhalah* (Kepala Sekolah) untuk dikonversi menjadi surat keputusan sanksi yang akan diajukan kepada pengasuh pondok. Hanya pengasuh pondok yang memiliki hak untuk menentukan sanksi terhadap santri pelanggar disiplin disertai tandatangan. Setelah mendapat restu dari pengasuh pondok barulah MPO dapat mengeksekusi santri tersebut.

Banyak upaya MPO untuk mengurangi pelanggaran-pelanggaran disiplin pondok, khususnya disiplin merokok. Diantaranya mengingatkan santri agar selalu menjaga disiplin, *daur* (keliling / inspeksi), dan sebagainya. Salah satu upaya MPO terbaru dan masih dalam pertimbangan pengasuh adalah memperberat sanksi kepada santri-santri yang melanggar disiplin pondok.

Ketika peneliti menyinggung peraturan merokok bagi ustadz, MPO menjawab jangan samakan ustadz dengan santri, ustadz memiliki kebebasan dari

pada santri karena sudah bukan anggota lagi. Kebebasan tersebut bukan berarti ustadz diperbolehkan merokok di mana saja, ustadz hanya diperbolehkan merokok di dalam kamar, bukan di kantor-kantor apa lagi di ruang terbuka.

C. Hasil Penelitian

1. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk mengukur ketepatan atau kecermatan alat ukur dalam hal ini aitem. Standar pengukuran yang digunakan untuk menentukan validitas aitem adalah $r_{xy} \geq 0,300$. Apabila ternyata aitem valid masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat menurunkan sedikit criteria dari $r_{xy} \geq 0,300$ menjadi $r_{xy} \geq 0,250$ atau $r_{xy} \geq 0,200$ (Azwar, 2004:86). Adapun standar validitas dalam penelitian ini adalah $r_{xy} \geq 0,300$

Berdasarkan uji validitas skala kontrol diri dengan menggunakan rumus korelasi *Product Moment* melalui bantuan SPSS (*statistical product and service solution*) 17.0 *for windows* pada setiap aitem diketahui bahwa dari 48 aitem terdapat 12 aitem gugur atau dinyatakan tidak valid.

Tabel 4.1
Hasil Uji Validitas Skala Kontrol Diri

Indikator	No. Aitem Valid		No. Aitem Gugur	
	F	UF	F	UF
Grafik Behavior	5, 11, 15,17	26,28,30, 34,36, 38,40	1,3,7, 9, 13,	32, 42
Perencanaan Lingkungan	19,21,23, 25,27,29, 32,33,35	2,4, 8, 44,46,48,		6, 10, 12
Perjanjian Diri	37,39,41, 43,45,47	14,16,18, 20,		22,24
JUMLAH	19	17	5	7
	36		12	

Sedangkan hasil uji validitas pada setiap aitem skala perilaku merokok terdapat 13 (tiga belas) aitem gugur dari 48 aitem. Untuk lebih jelasnya, berikut tabel skala perilaku merokok

Tabel 4.2
Hasil Uji Validitas Skala Perilaku Merokok

Indikator	No. Aitem Valid		No. Aitem Gugur	
	F	UF	F	UF
Fungsi	26, 28, 30, 32, 34, 36,	1, 3, 5, 7, 9, 15, 17	38, 40, 42	11, 13,
Intensitas	44, 46, 48, 2, 4, 6	23, 25,		19, 21, 27, 29
Waktu	8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22	33, 39, 41, 43, 45, 47	24	31, 35, 37
JUMLAH	20	15	4	9
	35		13	

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas menggunakan program SPSS 17.0 *for windows*. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan diatas 0,8 adalah baik (Prayitno, 2012: 187). Berdasarkan hasil uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Crombach* skala kontrol diri dan perilaku merokok dapat dinyatakan reliabel, karena koefisien reliabilitas kontrol diri (0,897), dan untuk skala perilaku merokok koefisien reliabilitas (0,908). Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.3
Hasil Uji Reliabilitas

Skala	Koefisien r	Kategori
Kontrol Diri	0,897	Reliabel
Perilaku Merokok	0,908	Reliabel

D. Analisis Data

1. Analisis Data Kontrol diri

Deskripsi data merupakan gambaran atau penjabaran dari data yang diteliti, setelah dilakukan penelitian untuk mengungkapkan skala kontrol diri dan skala perilaku merokok. Untuk mempermudah dalam penjelasan variabel peneliti membagi ke dalam tiga kategori yaitu: tinggi, sedang dan rendah. Agar dapat diketahui jarak antara masing-masing kategori tersebut dan untuk menentukan jarak pada masing-masing kelompok dengan pemberian skor standar. Berdasarkan perhitungan statistik menggunakan program SPSS 17.0 *for windows*, nilai mean (μ) pada kontrol diri adalah 133,90 dan standart deviasinya (σ) adalah 22,15.

Table 4.4
Hasil Output Mean Dan Standar Deviasi Kontrol Diri

Mean	Standar Deviasi	N
133,90	22,15	41

Setelah mengetahui nilai Mean dan Standar Deviasi maka untuk mencari skor kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 4.5
Norma Kategorisasi Tingkat Variabel

Tinggi	$(\text{Mean} + 1 \text{ SD}) < X$
Sedang	$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
Rendah	$X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$

Tinggi	:	$(M+1 \text{ SD}) < X$
		$133,90 + 22,15$
		$156,05 < X$
Sedang	:	$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
		$(133,90 - 22,15) < X \leq (133,90 + 22,15)$
		$111,75 < X \leq 156,05$
Rendah	:	$X \leq (M-1SD)$
		$X \leq 133,90 - 22,15$
		$X \leq 111,75$

Tabel 4.6
Kategorisasi Tingkat Kontrol Diri

Tinggi	$156,05 < X$
Sedang	$111,76 < X \leq 156,05$
Rendah	$X < 111,75$

Setelah diketahui nilai kategori subjek, maka dapat diketahui prosentasenya menggunakan rumus:

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

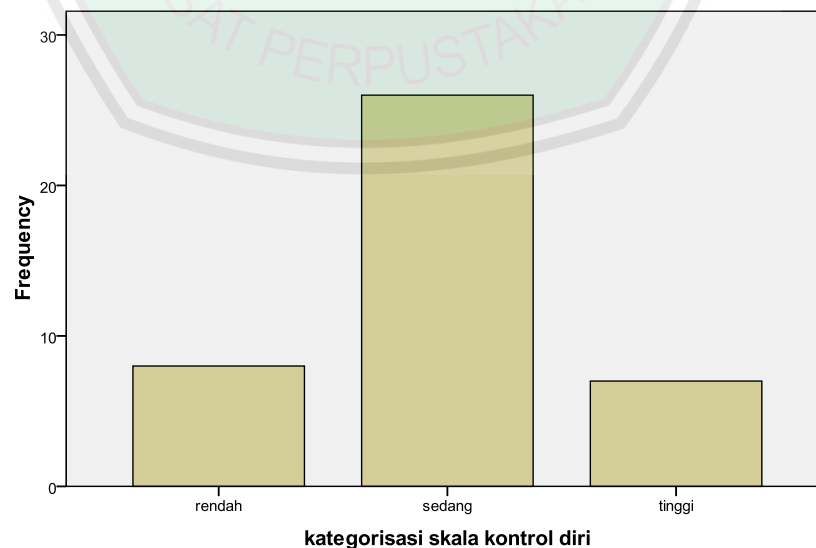
Dengan demikian hasil analisis prosentase tingkat kontrol diri pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan Putra 2 adalah sebagai berikut:

Table 4.7
Hasil Prosentase Variabel Kontrol Diri

Variable	Kategori	Criteria	F	Prosentase %
Kontrol Diri	Tinggi	$156,05 < X$	7	17,1%
	Sedang	$111,75 < X \leq 156,05$	26	63,4%
	Rendah	$X \leq 111,75$	8	19,5%
Jumlah				

Berdasarkan perhitungan kategorisasi skala kontrol diri santri pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan, maka jumlah santri pengurus yang memiliki tingkat kontrol diri rendah sebanyak 8 orang dengan presentase 19,5%, sedang sebanyak 26 orang dengan presentase 63,4%, dan tinggi 7 orang dengan presentase 17,1 %.

Gambar 4.1 Grafik Tingkat Kontrol Diri Pengurus
kategorisasi skala kontrol diri



2. Analisis Data Perilaku Merokok

Sedangkan nilai mean untuk skala perilaku merokok berdasarkan perhitungan statistik menggunakan program SPSS 17.0 *for windows* adalah 103,19 dan standart deviasi adalah 23,82.

Table 4.8
Hasil Output Mean Dan Standar Deviasi Perilaku Merokok

Mean	Standar Deviasi	N
103,19	23,82	41

Setelah mengetahui nilai mean dan standar deviasi dari perhitungan tersebut, maka kategorisasi berdasarkan norma adalah sebagai berikut:

Tinggi : $(M+1 \text{ SD}) < X$

$$103,19 + 23,82$$

$$127,01 < X$$

Sedang : $(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$

$$(103,19 - 23,82) < X \leq (103,19 + 23,82)$$

$$79,37 < X \leq 127,01$$

Rendah : $X \leq (M-1\text{SD})$

$$X \leq 103,19 - 23,82$$

$$X \leq 79,37$$

Tabel 4.9
Kategorisasi Tingkat Perilaku Merokok

Tinggi	$127,01 < X$
Sedang	$79,38 < X \leq 127,01$
Rendah	$X < 79,37$

Setelah diketahui nilai kategori subjek, maka dapat diketahui persentasenya menggunakan rumus:

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

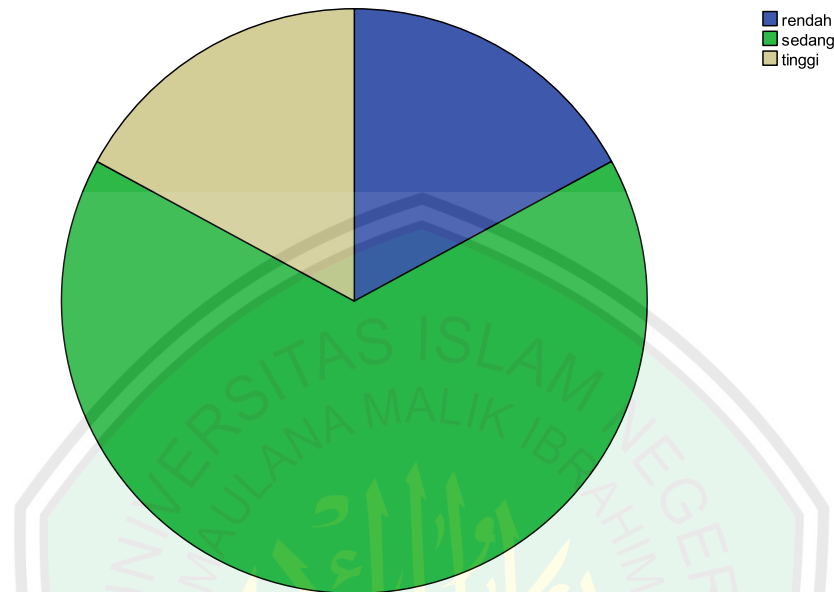
Dengan demikian hasil analisis persentase tingkat perilaku merokok pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan Putra 2 adalah sebagai berikut:

Table 4.10
Hasil Prosentase Variabel Kontrol Diri

Variable	Kategori	Criteria	F	Prosentase %
Perilaku Merokok	Tinggi	$127,01 < X$	7	17,1%
	Sedang	$79,38 < X \leq 127,01$	27	65,9%
	Rendah	$X \leq 79,38$	7	17,1%
Jumlah				

Berdasarkan hasil perhitungan kategorisasi skala perilaku merokok pada santri pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan, maka yang memiliki tingkat rendah merokok santri pengurus sebanyak 7 orang atau 17,1% dari total 41 orang, sedang sebanyak 27 orang atau 65,9%, dan tingkat merokok tinggi sebanyak 7 orang atau 17,1%.

Gambar 4.2 Diagram Tingkat Merokok Pengurus
kategorisasi skala merokok



3. Hasil Uji Hipotesis

pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok pada pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan putra 2, dapat diketahui setelah pengujian hipotesis. Untuk mengetahui hipotesis pada penelitian ini akan dianalisis dengan menggunakan uji normalitas dan analisa *inferensial*. Sedangkan metode yang digunakan untuk mengolah data menggunakan metode statistik melalui bantuan program SPSS 17.0 *for windows*. Berdasarkan uji normalitas dari data yang terkumpul, maka diperoleh nilai signifikansi 0,844 dan 0,880 ($P > 0,05$). Artinya data yang diperoleh dalam penelitian ini normal, dengan demikian proses analisis dapat dilanjutkan.

Tabel 4.11
Hasil Uji Normalitas Kontrol Diri dan Perilaku Merokok

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Kontrol_diri	merokok
N		41	41
Normal Parameters ^a	Mean	133.9024	1.0320E2
	Std. Deviation	22.14701	2.38225E1
Most Extreme Differences	Absolute	.096	.092
	Positive	.096	.057
	Negative	-.092	-.092
Kolmogorov-Smirnov Z		.615	.588
Asymp. Sig. (2-tailed)		.844	.880

a. Test distribution is Normal.

Setelah menguji normalitas data, maka langkah selanjutnya adalah analisa regresi menggunakan bantuan *SPSS 17.0 for windows*. Berdasarkan analisis tersebut diperoleh nilai R square sebesar 0,699 dengan signifikansi 0,000 ($P < 0,05$), artinya ada pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok dengan sumbangan sebesar 69,9% terhadap perilaku merokok, sedangkan 30,1% dipengaruhi oleh factor lain.

Table 4.12
Perincian Analisis Regresi

Model Summary									
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.836 ^a	.699	.691	13.23972	.699	90.502	1	39	.000

a. Predictors: (Constant), Kontrol_diri

Berdasarkan analisa regresi diperoleh nilai garis persamaan regresi $y = 223,602 + (-0,899)x$, dan signifikansi 0,000 artinya setiap penambahan satu nilai kontrol diri akan mengurangi nilai pada perilaku merokok.

Table 4.12
Perincian garis persamaan regresi

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	15864.123	1	15864.123	90.502	.000 ^a
	Residual	6836.316	39	175.290		
	Total	22700.439	40			

a. Predictors: (Constant), Kontrol_diri

b. Dependent Variable: merokok

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	223.602	12.825		17.435	.000
Kontrol_diri	-.899	.095	-.836	-9.513	.000

a. Dependent Variable: merokok

Melihat analisa diatas maka terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel kontrol diri terhadap perilaku merokok. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa adanya pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok pada pengurus pondok pesantren al-Amien Preduan putra 2 diterima.

E. Pembahasan

Masa remaja seringkali dikenal dengan masa mencari jati diri, yang merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa, serta memiliki tugas perkembangan yang harus diselesaikan (Ali, 2012: 16). Namun tidak semua remaja mampu menyelesaikan masa sulit ini, remaja menjadi tidak stabil, agresif, sensitif, dan timbul konflik antar berbagai sikap dan nilai, ketegangan emosional serta cepat mengambil tindakan yang ekstrem, menyalurkan emosi yang sering muncul pada remaja dapat menimbulkan kenakalan (Hidayah, 2009: 247).

Begitu pula dengan santri pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan putra 2, yang berada di usia remaja, berdasarkan wawancara bersama Majelis Pertimbangan Organtri (MPO) terdapat 20 kasus pelanggaran merokok pada santri pengurus.

1. Tingkat Kontrol Diri pada Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Putra

Hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri santri pengurus berbeda-beda, dan hasil analisa dengan tingkat kontrol diri terbagi menjadi 3 kategori. Kategori kontrol diri tinggi memiliki prosentase 17,1%, sedangkan kontrol diri kategori sedang memiliki prosentase 63,4% dan kontrol diri kategori rendah 19,5%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kontrol diri pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan berada pada tingkat sedang.

Hal ini dimungkinkan adanya faktor eksternal berupa lingkungan yang mempengaruhi tingkat kontrol diri santri pengurus berada pada kategori sedang, sebagaimana yang dijelaskan oleh Ghufron (2010: 32) bahwa kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini terdiri dari dua faktor, yaitu faktor internal dari dalam diri santri pengurus itu sendiri dan faktor eksternal, faktor eksternal ini adalah faktor lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Dalam hal ini teman santri, dewan guru dan kyai merupakan keluarga dalam lingkungan pondok pesantren.

Keterbatasan jangkauan dewan guru dan kyai sebagai orang tua di dalam pondok pesantren untuk memantau dan mengontrol santri dimungkinkan menjadi penyebab kontrol diri santri pengurus pada kategori sedang.

Sedangkan santri yang menunjukkan tingkat kontrol diri pada kategori tinggi sebanyak 7 orang (17,1%), hal ini dapat diartikan bahwa santri pada kategori ini dapat mengontrol perilakunya, mampu mempertimbangkan keadaan, mengambil keputusan dan memilih tindakan dengan sangat baik meskipun dihadapkan pada masalah atau situasi yang sulit. Hal ini juga menunjukkan santri pada kategori ini dapat melaksanakan tugas perkembangan remaja dengan baik, meskipun memasuki dunia baru tidak membuat bingung dengan identitas perannya di pondok pesantren sebagai santri sekaligus sebagai pengurus.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Averill (1973) bahwa kontrol diri sebagai variable psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk

memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan yang ia yakini (Fidiana, 2014: 100). Aspek-aspek kontrol diri menurut Averill (dalam Ghufron, 2010: 24) yakni kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*).

Penjelasan Averill diatas dapat juga dianalisa, bahwa santri yang memiliki kontrol diri kategori rendah sebanyak 8 santri (19,5%) kurang mampu mengatasi masalahnya sendiri, kurang mampu dalam menghadapi stimulus atau pengaruh dari luar, dan sulit mengambil keputusan atau tindakan yang harus diambil ketika dihadapkan pada situasi yang sulit. Hal tersebut dapat memicu santri untuk lebih senang melakukan tindakan yang melanggar norma. Santri yang memiliki kontrol diri sedang sebanyak 26 santri (63,4%), hal ini menunjukkan bahwa mayoritas santri yang berada pada tingkat ini memiliki kontrol diri yang cukup dalam diri, cukup mampu mengontrol perilaku dan cukup peka dalam memilih tindakan atau keputusan yang harus diambil.

Gambaran diatas memberikan arti bahwa kontrol diri pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan berada pada kategori sedang. kontrol diri individu pada kategori sedang ini terbilang cukup namun apabila tidak dikembangkan dan dilatih secara *continuu* dapat terjadi kemungkinan yang menjadikan individu tersebut ragu dan bingung dalam memilih tindakan maupun mengambil keputusan ketika dihadapkan situasi yang sulit sehingga perilaku individu dapat

mengarah pada perilaku yang melanggar norma. Calhoun dan Acocella (1990) mengemukakan bahwa terdapat dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol diri secara *continuu*, yaitu:

- a. Individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginan individu harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain.
- b. Masyarakat mendorong individu secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya, ketika berusaha memenuhi tuntutan, dibuatkan pengontrolan diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan perilaku menyimpang.

Oleh karena itu kontrol diri yang dimiliki oleh setiap individu perlu dilatih secara *continuu* agar tidak mengarah pada perilaku menyimpang. Bandura menyatakan bahwa dengan mengontrol diri dapat mewujudkan regulasi diri yang baik, terdapat tiga proses untuk mencapai kontrol diri yang baik, yaitu: a) individu dapat mengawasi perilaku yang ingin dihindari dengan cara yang sangat sederhana seperti mencatat perilaku negative; b) menjadikan hasil pengawasan tersebut sebagai acuan untuk menghindari perilaku negative dengan cara menghilangkan atau menghindari factor-faktor pemicu timbulnya perilaku negative; c) yang terakhir adalah komitmen diri bertahan untuk tidak menimbulkan perilaku negative (Boeree, 2007: 272).

Hal ini sangat dianjurkan bagi umat muslim agar dapat merealisasikannya dalam kehidupan sehari-hari, mereka diwajibkan untuk selalu berintrospeksi atas

segala apa yang telah dilakukannya terutama masalah-masalah yang berhubungan dengan orang lain, firman Allah:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendanya setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan” (Q.S. Al-Hasyr ayat 18)

2. Tingkat Perilaku Merokok pada Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Putra

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan tingkat perilaku merokok pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan menjadi 3 kategori. Perilaku merokok kategori tinggi memiliki prosentase 17,1%, perilaku merokok kategori sedang 65,9%, dan perilaku merokok kategori rendah memiliki prosentase 17,1%. Dapat disimpulkan bahwa tingkat perilaku merokok pengurus pondok pesantren al-Amien pada kategori sedang.

Kar dalam Susmiati (2003: 21) mengemukakan terbentuknya perilaku merokok tergantung dari beberapa fungsi yaitu; (1) niat atau *behavior intention* seseorang untuk merokok. Niat dipengaruhi oleh kepentingan pribadi; (2) dukungan social masyarakat sekitar atau *social support*, yang mendorong seseorang untuk merokok; (3) informasi atau *accessibility of information*. Kurangnya informasi karena ketidaktahuan tentang bahaya rokok menyebabkan

dia merokok; (4) otonomi pribadi atau *personal outonomy* dalam mengambil tindakan atau mengambil keputusan untuk merokok atau tidak; (5) situasi atau *action situation* yaitu situasi yang memberi kemungkinan untuk merokok. Menurut Adit (2002: 1) merokok bagi remaja sering diidentikkan dengan kegagahan atau kejantanan dan kedewasaan bahkan merasa dirinya sudah mandiri. Salah satu cara agar mereka dianggap dewasa adalah dengan merokok.

Jika dianalisis lebih detail, diperoleh hasil bahwa 7 santri (17,1%) dengan tingkat perilaku merokok yang tinggi. Berdasarkan tahapan merokok menurut Leventhal & Cleary (1980) santri pada kategori ini sudah mencapai tahapan *becoming a smoker*, yakni minimal 4 batang perhari dapat mendorong mereka menjadi perokok aktif di masa dewasa (Sa'adah, 2007: 18). Hal ini dimungkinkan adanya factor pengaruh teman sebagaimana yang dijelaskan oleh mu'tadin (2002, dalam www.e-psikologi.com) bahwa salah satu factor timbulnya perilaku merokok adalah pengaruh teman dimana semakin banyak remaja merokok maka semakin besar kemungkinan teman-temannya adalah perokok dengan alasan agar remaja tersebut dapat diterima di lingkungannya dan tidak dikatakan banci oleh sebagian anak muda lainnya.

Sedangkan 8 santri (19,5%) yang berada pada kategori rendah ini mampu menahan dirinya untuk menjauhi perilaku merokok yang merupakan suatu larangan di lingkungan pondok pesantren al-Amien Prenduan. Santri pada kategori ini cenderung melakukan sesuatu sesuai norma yang berlaku, terutama norma larangan keras merokok di lingkungan pondok pesantren al-Amien.

Rata-rata pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan ini memiliki tingkat perilaku merokok sedang (63,4%), hal ini menunjukkan bahwa pengurus pada tingkat ini rentan melakukan perilaku merokok. Pengurus pada kategori ini memilih tindakan pelanggaran norma merokok di lingkungan pondok pesantren al-Amien Prenduan, mereka yang berteman dengan perokok akan terpengaruh dan mudah untuk mengikuti ajakan temannya, sehingga pada kategori ini kurang mampu untuk menahan ajakan temannya dan cukup merokok meskipun tahu bahwa hal tersebut merupakan pelanggaran norma.

Telah dijelaskan sebelumnya bahwa merokok adalah sebuah perilaku yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain, hal ini tentu dilarang dalam agama islam, sebagaimana Allah berfirman:

...وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ﴿٢٩﴾

Dan janganlah kamu membunuh dirimu, sesungguhnya Allah adalah Maha penyayang kepadamu (QS. An-Nisa' ; 29)

3. Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Merokok pada Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Putra

Synder dan Gangestad (1986) dalam Ghufroon mengatakan bahwa konsep mengenai kontrol diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan yang sesuai dengan isyarat situasional dalam bersikap dan berpendirian yang efektif. Hal ini berlawanan

dengan fakta yang terjadi di lapangan, sebagaimana data yang diperoleh masih banyak pengurus yang melakukan perilaku merokok.

Menurut Kendal dan Hammen dalam Komalasari (2002: 1) perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang sangat merugikan, baik untuk diri sendiri maupun orang di sekelilingnya. Dilihat dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, CO (Karbonmonoksida) dan *tar* yang dapat mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat. Asap rokok mengandung sekitar 60% adalah gas dan uap yang terdiri dari 20 jenis gas, diantaranya gas monoksida yang merupakan gas yang sangat berbahaya karena persentasenya yang tinggi dalam aliran darah seorang perokok aktif mampu menyedot persediaan gas oksigen yang sangat dibutuhkan oleh setiap individu untuk bernafas. Selain itu asap rokok mengandung jutaan zat kimiawi yang sangat beragam, yang dihasilkan dari perubahan kertas sigaret yang awalnya berwarna putih pucat menjadi warna kuning (Aiman, 2006: 21).

Kebiasaan merokok pada sebagian orang umumnya dipicu oleh citra dalam diri tiap individu dan juga pergaulan dalam masyarakatnya. ABG (*Anak Baru Gede*) umumnya merokok karena sekedar ikut-ikutan orang yang lebih dewasa darinya. Kadang ABG ini merokok karena sekedar ingin mengikuti *trend* yang ada di sekitarnya (Aiman, 2006: 27). Setiono (2005: 39) menambahkan bahwa gengsi, terlihat macho (keren), atau ingin dianggap dewasa, merupakan serangkaian alasan remaja merokok.

Golfried dan Merbaum mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan (Ghufron, 2010: 22). Dalam penelitian ini adalah perilaku merokok.

Averill (1973) menjelaskan bahwa kontrol diri memiliki peran untuk memodifikasi perilaku, mengelola informasi yang tidak diinginkan, dan memilih suatu tindakan berdasarkan yang ia yakini (Fidiana, 2014: 58). Dengan kontrol diri setiap perilaku remaja dapat dikendalikan kearah yang positif dan mengurangi perilaku negatif.

Pada penelitian ini memaparkan hasil bahwa ada pengaruh kontrol diri terhadap perilaku merokok. Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan media SPSS 17.0 *for windows* yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara dua variable menunjukkan bahwa ada pengaruh ($R^2 = 0,699$) yang tinggi ($p = 0.000$) kontrol diri terhadap perilaku merokok pada santri pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan dengan sumbangan kontrol diri sebesar 69,9% terhadap perilaku merokok, dan 30,1% dipengaruhi oleh faktor lain. Dengan demikian hipotesis yang diajukan sebagai landasan penelitian diterima.

F. Keterbatasan Penelitian

Setiap sesuatu yang dibuat oleh manusia tidak luput dari kekurangan, begitu pula dengan penelitian ini, banyak sekali kekurangan di dalamnya karena keterbatasan yang tidak dapat dihindari dan semoga dapat dimaklumi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut keterbatasan penelitian ini:

- a. Penelitian ini memakan biaya yang tidak sedikit karena lokasi penelitian yang cukup jauh dari Kota Malang, hal tersebut hanya sebatas teknis saja namun dapat menjadi pertimbangan selanjutnya untuk menentukan lokasi penelitian yang mudah dijangkau.
- b. Penyusunan aitem atau angket yang kurang fokus karena terbatasnya rujukan sehingga terdapat banyak sekali aitem gugur.
- c. Pengawasan yang kurang pada saat penyebaran angket, hal ini agar lebih diperhatikan dengan harapan tidak adanya *faking* dalam menjawab angket.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian di Pondok Pesantren al-Amien Prenduan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil analisis menunjukkan bahwa kontrol diri pengurus pondok pesantren al-Amien Prenduan berada pada tingkat sedang. Yakni pengurus cukup dapat mengontrol perilaku-perilaku yang dihindari, namun jika tidak dilatih secara *continu* tidak menutup kemungkinan adanya penurunan kualitas kontrol diri pengurus
2. Hasil analisis menunjukkan tingkat perilaku merokok pada pengurus berada pada tingkat sedang. Artinya pengurus rentan atau ada kemungkinan untuk merokok di lingkungan pondok pesantren al-Amien Prenduan
3. Hasil perhitungan berdasarkan uji normalitas dan analisis regresi didapatkan hasil $R^2 = -0,699$ dengan $p = 0,000$ hal ini berarti adanya pengaruh signifikan antara kontrol diri dan perilaku merokok, maka hipotesis diterima.

B. Saran

Berdasarkan penelitian di Pondok Pesantren al-Amien Prenduan peneliti mengajukan beberapa saran kepada:

1. Pengasuh Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan

Untuk selalu mengawasi dan menjaga santri-santri baik anggota maupun pengurus dari pelanggaran disiplin demi tercapainya perjuangan “*Izzil Islam wal Muslimin*” sebagai “*Rohmatan lil-‘alamiin*”.

2. Santri Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan

Agar senantiasa taat dan patuh terhadap disiplin pondok yang telah ditetapkan maupun budaya-budaya *Islami, Tarbawi, dan Ma’hadi*, baik di dalam pondok maupu di luar lingkungan pondok pesantren.

3. Peneliti Lain

Untuk peneliti selanjutnya agar lebih menggali teori-teori prespektif psikologi untuk mendapatkan indicator yang tepat serta kajian Islam mengenai merokok, karena membutuhkan proses penafsiran khusus, dan menggunakan subjek yang lebih luas dengan harapan hasil penelitian yang lebih baik

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah. (1996). *Fikih Darurat*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Adit. (2002). *Bye..Bye..Smoke*. Jakarta: PT. TriEks Trimacindo.
- Aditama T., Y. (1992). *Rokok dan Kesehatan*. dalam www.mail.archive.com. Diakses tanggal 15 April 2015 pukul 10.11.
- Aditama, Yoga Tjandra. (2006). *Tuberkolosis, Rokok dan Perempuan*. Jakarta: Balai Penerbit.
- Agustian, Ary Ginanjar. (2001). *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual (ESQ)*. Jakarta: Arga
- Ali, Muhammad & Muhammad Asrori. (2012) *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Alwisol. (2012). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM press
- Arifin, Bey. (1993). *Mukhtashar Sunan Abu Dawud*. Semarang: CV. Asy-Syifa'.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Metode Penelitian Suatu Pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2002). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, Saifuddin. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2006). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Boeree, C. George. (ed. Terj. Inyik Ridwan Muzir). (2007) *Personality Theories*. Yogyakarta: Prismashopie.
- Budiman. (TT). *Dampak Buruk dari Rokok*. Dalam sumsel.kemenag.go.id. diakases tanggal 11 Februari 2015.
- PERPEM RI, (2003), *Pengamanan Rokok Bagi Kesehatan*. Diunduh tanggal 12 Februari 2015.
- Calhoun, James F. & Joan Ross Acocella. (ed. Terj. R., S. Satmoko.). (1995). *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. Edisi ke-3. Semarang: IKIP
- Christina, Mariani. (2011). *Data Statistik Perokok Di Indonesia*. Dalam www.lovingourenvironment.com. Diakses tanggal 15 April 2015 pukul 09.44
- Dariyo, Agoes. (2007). *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. Bandung: Refika Aditama.
- DEPKES RI. (2009). *Undang-Undang Republik Indonesia No. 36*. Diunduh tanggal 17 Juli 2014.

- Komalasari, Dian & Avin Fadila H. (2002). *Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja*.
- Ghufron, M. Nur & Rini Risnawita S. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Hadi, Sutrisno. (1993). *Metodologi Research Jilid III*. Yogyakarta: Andi Offset.
- _____. (2000). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- _____. (1991). *Metodologi Research Jilid I*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hidayah, Rifa. (2007). *Psikologi Pengasuhan Anak*. Malang: UIN-Malang Press (Anggota IKAPI).
- Hurlock, Elisabeth B. (1997). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Husaini, Aiman. (2006). *Tobat Merokok*. Depok: Pustaka Iman.
- Jaya, Muhammad. (2009). *Pembunuh Berbahaya Itu Bernama Rokok*. Sleman: Riz'ma.
- Lestari, sumi. (2008) *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. (Hand out Ilmu Sosial Fakultas Psikologi Univ. Brawijaya Malang)
- Maman. (2009) *Teori Perilaku Merokok*. Dalam maman.wordpress.com diakses tanggal 17 Juli 2014.
- Mangoenprasodjo, Setiono. (2005). *Hidup Sehat Tanpa Rokok*. Yogyakarta: Pradipta Publishing.
- Margono. (1996). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Renika Cipta.
- Mu'tadin, (2002). *Ada Apa Dengan Rokok?*. dalam www.e-psikologi.com. Diakses tanggal 15 Juli 2014.
- Muhammad, Abu. (1998). *Rokok Haramkah Hukumnya*. Jakarta: Gema Insani.
- Nainggolan. (2001). *Anda Mau Berhenti Merokok?*. Bandung: Indonesia Publishing House
- Najati, Utsman. (1993). *Belajar EQ dan SQ dari Sunnah Nabi*. (ed. Terj. Irfan Salim). Jakarta: Hikmah
- Nasution, Indri Kemala. (2007), *Perilaku Merokok Pada Remaja*, (Makalah FK. Univ. Sumatera Utara).
- Nurcahyani, Dwi Indah. (2014). *Jumlah Pria Perokok di Indonesia Tertinggi Kedua Di Dunia*. Dalam lifestyle.okezone.com. diakses tanggal 15 April 2015.
- Nevid, dkk. (2005). *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Nugraheni, Mutia. (2012). *Tiga Cobaan Psikologis Saat Berhenti Merokok*. Dalam life.viva.co.id. diakses tanggal 11 Februari 2015

- Rahayu & Ardani. (2004). *Observasi dan Wawancara*. Malang: Banyumedia Publishing.
- Sugiono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susmiati. (2003). *Hubungan antara Stress Psikis dengan Perilaku Merokok pada Remaja Siswa SMK PGRI Singosari Kab. Malang*. (Skripsi tidak diterbitkan). FK. Universitas Brawijaya Malang.
- Wheteral, F Charles. (2001). *Stop: Baca Buku Ini dan Berhenti Merokok*. Bandung: How Press
- Zamzami, Fitriyan. (2014) *Perokok RI Terbanyak Di Dunia*. Dalam health.republika.co.id. diakses tanggal 6 April 2015
- Zulfa, Fitri Indhana. (2011). *Hubungan antara Self Esteem dengan Perilaku Merokok Siswa Laki-laki MTs. Al-Huda Gondang*. (Skripsi tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang.



LAMPIRAN



SKORING SKALA KONTROL DIRI

4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	176							
1	4	1	3	1	3	1	1	1	4	4	3	4	4	2	4	4	4	1	4	3	3	2	1	4	2	3	2	2	3	3	3	2	1	4	4	1	3	4	1	1	3	2	4	4	3	2	3	127		
2	2	2	1	3	3	2	1	2	3	4	1	2	3	2	3	1	3	2	4	2	2	2	4	2	2	1	2	1	1	1	4	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	4	2	2	2	1	2	102		
1	4	4	4	4	2	1	2	4	1	4	2	1	4	4	2	4	2	4	1	3	4	4	1	4	4	2	4	3	4	2	4	2	4	2	4	1	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	3	144		
2	1	2	2	2	3	1	1	1	4	1	2	2	3	3	2	1	2	2	1	1	3	1	3	1	3	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	4	1	2	2	2	1	2	87		
2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	3	2	4	4	1	1	3	1	4	1	4	2	3	2	2	1	2	1	3	1	3	2	3	2	2	1	4	1	4	1	1	2	3	2	1	100				
2	4	2	1	1	3	1	1	3	1	1	3	3	1	4	3	3	1	1	1	2	1	2	2	2	3	2	4	1	4	2	4	1	1	2	4	1	3	1	4	1	3	3	2	3	3	2	1	104		
4	3	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	2	4	2	1	3	4	2	4	4	4	3	4	3	1	4	4	3	2	4	2	157		
2	4	3	4	4	3	1	3	1	1	4	1	4	4	4	1	4	1	4	3	2	1	2	1	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	3	1	4	2	4	3	139		
4	4	4	4	4	3	1	2	1	1	4	2	3	4	4	1	3	4	4	4	1	1	3	3	3	4	2	4	2	1	4	4	4	2	2	1	4	4	1	4	1	4	4	4	2	3	2	139			
1	4	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	4	3	4	4	1	3	149				
4	2	4	3	2	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	1	3	2	3	2	2	3	4	1	3	2	2	2	1	1	3	2	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	110			
1	3	1	4	4	1	1	2	1	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	2	4	3	4	3	4	4	1	3	4	4	1	4	3	4	2	3	4	4	4	4	152				
4	1	4	1	3	2	2	4	4	4	3	3	4	4	3	1	4	1	3	1	3	1	4	1	3	4	3	4	2	4	2	2	4	2	2	1	4	4	1	4	1	4	2	3	2	1	4	130			
4	3	4	3	2	4	1	3	3	4	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	114			
4	3	1	4	4	3	1	1	4	1	4	3	4	1	3	1	2	4	3	2	2	1	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	2	4	3	4	2	4	2	1	3	1	4	3	3	138		
4	2	1	4	4	1	1	1	3	1	1	1	3	2	4	2	2	3	4	2	3	2	1	4	1	1	3	3	1	1	3	3	4	4	2	3	4	4	4	2	4	2	3	2	4	2	4	2	122		
1	4	1	4	1	3	1	3	1	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	2	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	3	148			
4	4	4	4	4	3	4	3	4	1	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	179				
2	3	4	2	2	4	1	2	2	4	2	4	3	3	2	4	2	3	1	3	1	3	1	3	1	3	3	3	1	3	2	3	1	2	1	3	2	3	1	4	1	3	2	3	2	3	2	115			
4	1	4	4	4	1	4	1	3	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	4	1	2	1	1	3	4	4	4	1	4	3	4	4	2	3	4	4	1	3	1	4	1	4	4	4	3	4	1	144		
4	3	4	4	4	3	1	4	4	1	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	3	4	3	4	2	4	3	4	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	166			
1	4	2	1	2	3	1	3	2	2	3	3	1	3	2	3	2	4	1	3	1	4	1	4	1	2	2	4	1	3	1	4	2	3	2	3	1	3	2	3	1	3	1	2	2	2	1	2	107		
2	4	1	1	1	1	1	1	2	4	3	4	3	2	4	2	3	2	1	3	2	3	3	2	3	4	2	4	2	4	1	4	1	4	1	3	2	3	1	3	3	1	3	3	1	3	3	1	115		
4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	1	4	2	3	1	4	2	4	2	4	1	4	2	3	2	3	1	3	2	2	1	4	2	2	1	4	1	4	2	4	2	3	1	4	1	126		
4	4	2	1	1	1	3	1	2	2	3	3	3	1	1	2	4	2	3	1	4	1	4	2	4	3	4	2	4	2	3	1	3	1	2	1	3	4	4	3	4	2	3	1	4	1	4	1	119		
4	3	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	3	4	1	4	4	3	4	2	4	2	1	4	4	3	4	3	4	3	3	4	2	3	4	4	4	4	4	3	1	4	3	4	3	4	2	159			
1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	3	1	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	4	2	4	2	4	1	4	1	4	4	4	2	2	4	3	4	1	4	140			
1	4	1	4	4	4	1	3	1	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	2	4	2	1	4	4	4	4	1	4	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	1	4	4	4	4	4	157				
1	3	4	4	4	2	1	1	2	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	3	4	3	4	1	4	2	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	4	3	152			
1	3	1	4	4	1	2	1	4	1	4	3	4	4	4	3	3	2	4	1	2	3	1	3	1	4	4	4	4	4	2	4	1	4	2	4	4	4	4	4	3	1	4	3	4	2	2	140			
1	4	4	4	4	3	1	3	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	1	4	4	4	4	3	4	2	4	1	4	2	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	156				
4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	2	2	4	4	3	4	4	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	4	1	4	2	4	2	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	2	151			
4	3	4	2	4	2	2	2	3	3	4	3	4	3	3	1	1	3	3	1	3	3	1	3	3	1	3	3	1	3	3	1	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	127		
2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	121			
1	4	1	4	1	3	1	3	1	4	1	4	1	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	2	3	3	4	2	3	4	2	4	1	4	4	4	4	4	1	3	147			
4	3	4	3	4	3	1	1	4	3	4	2	2	4	3	4	2	3	4	2	3	3	3	2	3	4	2	4	2	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	1	3	137			
1	4	4	4	4	2	1	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	1	4	4	3	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	3	4	3	161			
2	3	3	1	3	1	3	1	1	4	1	4	3	4	1	3	1	1	2	2	2	4	1	4	2	4	1	4	1	4	1	2	1	4	1	4	2	3	1	4	1	1	2	3	3	2	111				
2	3	3	1	3	3	1	1	2	1	2	2	1	4	4	2	4	4	1	2	1	2	1	3	2	4	4	1	1	2	4	1	3	1	2	2	3	1	2	2	4	4	1	1	1	1	4	4	108		
2	2	3	2	3	2	1	1	4	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	1	4	1	4	1	3	1	3	1	3	2	3	2	3	2	1	114

SKORING SKALA PERILAKU MEROKOK

1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	1	1	1	4	3	1	4	2	4	1	1	1	2	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	2	4	1	2	85			
4	1	3	1	2	2	3	2	1	3	3	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	2	4	1	1	2	4	2	4	1	4	1	1	4	2	1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	112		
3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	1	4	1	4	2	4	3	2	3	3	1	3	1	4	4	3	4	3	3	1	2	4	2	4	2	2	1	3	1	3	1	4	3	4	3	3	4	138		
1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	4	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	70		
2	2	4	2	1	1	3	1	3	2	4	1	4	2	2	1	2	3	3	3	4	1	4	1	4	2	3	3	2	2	2	2	3	1	1	3	1	3	1	3	1	4	2	4	3	4	3	115			
4	2	3	2	4	1	2	2	4	3	4	2	4	1	4	3	4	3	3	2	4	1	4	3	4	2	3	3	3	3	4	3	4	2	3	1	2	1	4	1	3	1	4	2	3	4	1	4	134		
4	2	3	1	1	4	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	3	3	1	4	2	4	1	3	1	3	3	3	1	4	1	3	4	3	2	3	1	4	1	3	2	3	4	3	3	3	125			
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	2	1	2	1	3	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	4	4	2	1	1	1	81		
1	1	3	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	92	
4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	90		
4	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	3	1	1	1	100		
4	2	4	2	4	3	4	4	4	4	2	3	2	4	1	4	4	3	1	2	3	2	4	1	4	4	3	4	1	4	3	3	3	4	2	3	1	1	3	1	3	3	3	1	4	4	3	4	140		
2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	72		
4	1	1	1	1	1	4	1	4	3	3	1	2	3	1	1	4	1	4	2	4	1	1	2	3	1	1	1	2	1	2	2	3	1	3	2	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	1	1	99		
4	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	1	4	2	2	2	1	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	2	1	3	1	3	1	3	1	3	2	3	3	3	117			
4	1	1	1	1	2	3	1	1	3	3	1	3	1	4	3	3	3	4	2	1	1	3	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	111		
1	1	2	4	2	3	3	4	3	4	1	4	1	3	1	1	1	1	4	1	4	3	2	2	1	4	3	3	1	3	1	3	3	4	3	3	4	1	2	3	3	4	1	3	4	4	3	1	121		
1	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	102		
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	57		
4	2	3	1	4	2	3	3	3	3	3	3	4	1	1	2	3	2	1	2	3	1	4	1	2	4	2	4	2	3	4	1	4	4	2	2	1	1	3	1	1	1	4	2	4	2	4	3	120		
1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	67		
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	2	2	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	2	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	2	4	1	4	1	1	1	97	
3	2	3	3	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	3	4	3	4	1	4	1	4	3	4	4	1	4	2	4	2	2	3	2	2	2	4	1	4	1	4	1	4	2	4	4	4	3	134		
1	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	2	1	4	4	4	2	1	4	3	3	2	1	4	1	2	3	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	4	1	4	1	4	4	2	2	113
2	4	2	4	1	3	2	3	1	4	2	4	3	3	4	3	4	3	2	2	2	4	2	3	2	2	2	4	2	4	3	4	1	3	2	1	4	1	3	1	3	1	4	3	4	2	3	3	129		
1	2	3	4	2	4	2	4	2	4	3	3	1	2	2	3	2	4	1	4	3	3	1	1	4	2	2	3	2	4	2	4	2	4	3	2	3	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	127		
2	1	1	1	1	1	1	2	3	2	4	3	2	1	1	1	2	2	1	3	2	3	3	2	2	2	1	3	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	3	1	2	2	1	3	1	2	3	95		
1	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	101		
1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	2	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	78	
1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	4	1	4	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	2	1	1	1	4	1	4	1	2	1	1	1	4	1	1	1	87		
1	1	2	1	1	1	1	3	3	3	1	3	4	1	4	1	2	1	4	1	4	1	3	1	4	2	4	1	4	3	4	1	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	3	2	99		
1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	60		
1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	3	3	3	3	3	4	4	4	2	2	4	2	2	92
4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	1	3	3	1	3	3	1	4	1	3	2	2	3	3	1	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	3	3	4	2	2	2	2	2	2	4	4	1	1	112		
3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	4	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	1	4	1	4	1	4	1	4	2	4	2	122	
1	2	1	2	3	2	4	2	1	2	2	1	4	2	1	1	2	1	3	1	3	2	1	1	2	2	1	2	3	2	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	99		
1	1	3	1	2	1	3	1	4	1	4	1	4	1	2	1	2	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	4	1	2	2	2	1	1	1	2	2	4	1	4	1	90	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	54		
4	1	3	1	4	2	4	4	1	4	3	1	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	1	4	2	4	1	4	4	1	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	4	4	128	
4	4	2	4	1	2	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	1	1	1	4	1	2	4	1	4	1	1	2	4	1	4	4	144	
2	2	2	1	3	1	2	3	3	3	4	3	4	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	1	3	1	3												

Analisa Statistik

Reliability

Scale: kontrol diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.897	48

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item - Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	131.3902	487.444	.022	.901
VAR00002	130.7805	471.826	.416	.895
VAR00003	131.1707	478.145	.190	.898
VAR00004	130.8780	449.610	.765	.890
VAR00005	130.9512	465.298	.457	.894
VAR00006	131.4146	492.599	-.069	.900
VAR00007	132.2683	479.401	.213	.897
VAR00008	131.9024	470.490	.415	.895
VAR00009	131.3902	476.094	.246	.897
VAR00010	131.1220	487.260	.030	.900
VAR00011	130.8293	463.995	.520	.893
VAR00012	131.1220	484.910	.110	.898
VAR00013	131.0976	474.890	.280	.897
VAR00014	130.5610	470.952	.432	.895
VAR00015	130.5366	468.955	.522	.894
VAR00016	131.0244	471.224	.361	.895
VAR00017	130.7805	457.526	.675	.891
VAR00018	130.8780	463.860	.521	.893
VAR00019	130.9268	450.170	.754	.890
VAR00020	131.0732	469.220	.388	.895
VAR00021	131.4878	474.206	.351	.896
VAR00022	131.0732	476.970	.240	.897
VAR00023	131.3415	466.930	.472	.894
VAR00024	131.8049	520.411	-.602	.907
VAR00025	130.8780	459.360	.713	.891
VAR00026	130.5854	471.549	.420	.895
VAR00027	131.1220	467.760	.483	.894
VAR00028	130.6098	468.644	.522	.894
VAR00029	131.6585	467.930	.443	.894
VAR00030	130.8049	468.461	.422	.895

VAR00031	131.3415	469.880	.452	.894
VAR00032	130.8293	475.295	.265	.897
VAR00033	131.2195	461.776	.513	.893
VAR00034	131.0732	465.670	.442	.894
VAR00035	131.5366	473.455	.361	.895
VAR00036	130.7561	471.189	.453	.894
VAR00037	131.3659	462.288	.480	.894
VAR00038	130.7317	471.001	.405	.895
VAR00039	130.9024	460.640	.571	.893
VAR00040	130.9268	473.070	.336	.896
VAR00041	130.8780	455.610	.622	.892
VAR00042	131.8537	521.728	-.637	.908
VAR00043	131.0488	459.148	.584	.892
VAR00044	130.9756	455.024	.727	.891
VAR00045	130.7805	459.476	.679	.892
VAR00046	131.1707	473.745	.372	.895
VAR00047	131.1707	467.945	.397	.895
VAR00048	131.3902	469.094	.469	.894

Scale: merokok

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	41	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.908	48

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	100.9756	531.474	.549	.905
VAR00002	101.7073	543.212	.653	.905
VAR00003	101.1463	539.428	.569	.905
VAR00004	101.5610	538.452	.564	.905
VAR00005	101.0244	546.574	.328	.908
VAR00006	101.5122	547.406	.403	.907
VAR00007	100.4878	543.856	.386	.907
VAR00008	101.3171	535.622	.566	.905
VAR00009	100.8293	540.095	.433	.906
VAR00010	101.1220	534.710	.559	.905
VAR00011	100.3171	553.972	.208	.909
VAR00012	101.5122	547.006	.382	.907
VAR00013	99.8049	577.311	-.221	.913
VAR00014	101.6585	552.730	.331	.907
VAR00015	100.9512	532.148	.553	.905
VAR00016	101.4390	535.702	.621	.904
VAR00017	100.8049	527.661	.628	.904
VAR00018	101.2927	527.912	.750	.903
VAR00019	100.5122	568.956	-.051	.912
VAR00020	101.3659	539.388	.530	.905
VAR00021	99.6341	580.338	-.374	.912
VAR00022	101.5366	545.605	.452	.906
VAR00023	100.8293	531.195	.560	.905
VAR00024	101.5122	554.856	.231	.908
VAR00025	100.3902	546.494	.316	.908

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha		N of Items			
VAR00026	101.3171	533.472	.607	.904	
VAR00027	100.8293	552.145	.237	.909	
VAR00028	101.1220	522.010	.810	.902	
VAR00029	100.4390	576.502	-.179	.913	
VAR00030	101.2439	535.689	.579	.905	
VAR00031	100.7561	548.089	.290	.908	
VAR00032	101.5854	541.599	.569	.905	
VAR00033	100.7561	542.739	.393	.907	
VAR00034	101.3415	536.030	.577	.905	
VAR00035	100.5122	569.006	-.051	.912	
VAR00036	101.6829	549.272	.445	.906	
VAR00037	100.9268	550.070	.262	.908	
VAR00038	101.9024	565.440	.042	.910	
VAR00039	100.5610	536.202	.501	.905	
VAR00040	101.9024	565.140	.047	.910	
VAR00041	100.6829	541.222	.398	.907	
VAR00042	101.9024	557.590	.264	.908	
VAR00043	100.2683	541.201	.396	.907	
VAR00044	101.6098	550.544	.373	.907	
VAR00045	100.0244	533.024	.632	.904	
VAR00046	101.2195	536.576	.496	.905	
VAR00047	101.0488	533.448	.560	.905	
VAR00048	101.2927	529.062	.697	.903	

Frequencies

Statistics

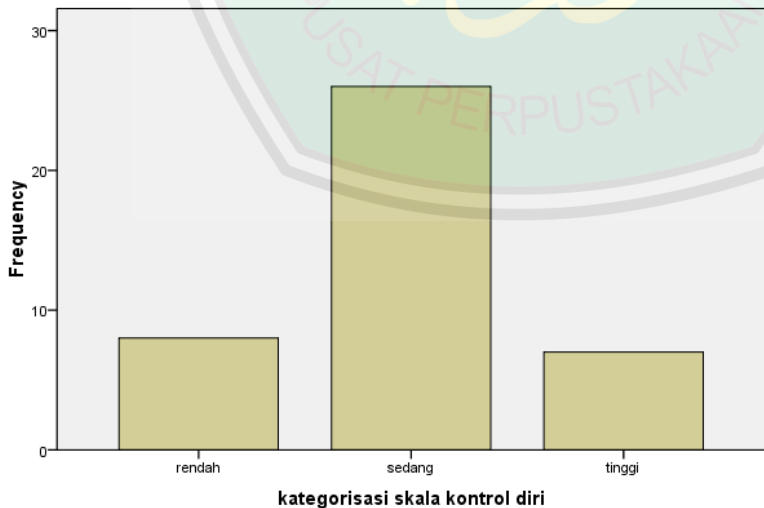
kategorisasi skala kontrol diri

N	Valid	41
	Missing	0
Mean		1.9756
Std. Deviation		.61187
Minimum		1.00
Maximum		3.00

kategorisasi skala kontrol diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	8	19.5	19.5	19.5
	sedang	26	63.4	63.4	82.9
	tinggi	7	17.1	17.1	100.0
Total		41	100.0	100.0	

kategorisasi skala kontrol diri



Statistics

kategorisasi skala merokok

N	Valid	41
	Missing	0
Mean		2.0000
Std. Deviation		.59161
Minimum		1.00
Maximum		3.00

kategorisasi skala merokok

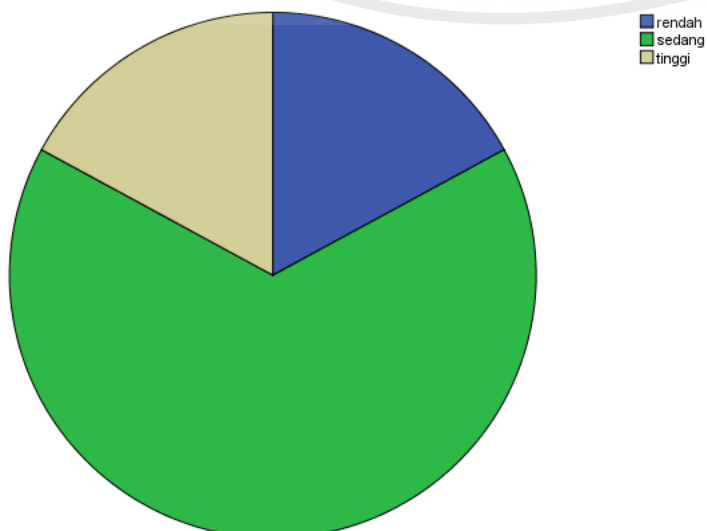
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	7	17.1	17.1	17.1
	sedang	27	65.9	65.9	82.9
	tinggi	7	17.1	17.1	100.0
	Total	41	100.0	100.0	

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.836 ^a	.699	.691	13.23972	.699	90.502	1	39	.000

a. Predictors: (Constant), Kontrol_diri

kategorisasi skala merokok



Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kontrol_diri ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: merokok

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	15864.123	1	15864.123	90.502	.000 ^a
	Residual	6836.316	39	175.290		
	Total	22700.439	40			

a. Predictors: (Constant), Kontrol_diri

b. Dependent Variable: merokok

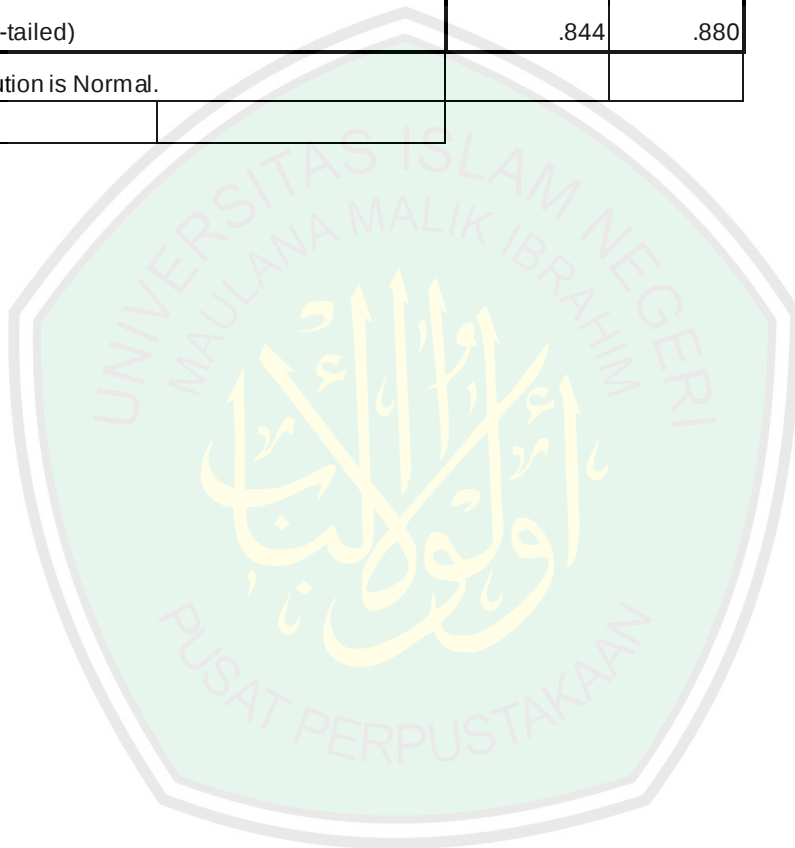
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	223.602	12.825		17.435	.000
	Kontrol_diri	-.899	.095	-.836	-9.513	.000

a. Dependent Variable: merokok

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kontrol_diri	merokok
N		41	41
Normal Parameters ^a	Mean	133.9024	1.0320E2
	Std. Deviation	22.14701	2.38225E1
Most Extreme Differences	Absolute	.096	.092
	Positive	.096	.057
	Negative	-.092	-.092
Kolmogorov-Smirnov Z		.615	.588
Asymp. Sig. (2-tailed)		.844	.880
a. Test distribution is Normal.			



Gambar-gambar



Penyebaran angket



penyebaran angket



Penyebaran angket



Penyebaran angket



**Kegiatan mengaji
selepas shalat berjama'ah**



**Kegiatan mengaji
selepas shalat berjama'ah**

Angket Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Merokok

1. Identitas

a. Usia :

2. Cara mengerjakan

Jawablah pernyataan-pernyataan berikut ini menggunakan tanda centang (√) pada kolom SS, S, TS, STS dengan keterangan sebagai berikut :

SS : Sangat setuju

S : Setuju

TS : Tidak setuju

STS : Sangat tidak setuju

Pernyataan berikut tidak ada yang benar maupun salah, karenanya diharapkan untuk menjawab dengan jujur dan sesuai dengan kondisi anda saat ini

A. Variable I

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya akan mengurangi jumlah rokok yang saya hisap setiap hari				
2	Saya tidak dapat pergi dari tempat berkumpulnya teman-teman perokok ke tempat yang lebih produktif				
3	Saya akan berusaha tidak merokok dalam sehari				
4	Saya lebih senang berkumpul di satu tempat bersama teman-teman sambil merokok				
5	saya dapat menahan keinginan untuk merokok				
6	saya tidak dapat menjauhi teman-teman perokok, dan memilih berteman dengan yang bukan perokok				
7	saya dapat merokok hanya 1 batang rokok seminggu				
8	Saya membiarkan teman-teman perokok untuk tetap merokok				
9	saya dapat membatasi munculnya perilaku merokok setiap hari				
10	Saya tidak membuang semua barang yang berkaitan dengan rokok				
11	saya dapat menahan munculnya perilaku merokok				

12	Saya tidak mengingatkan konsekuensi dari keinginan teman-teman untuk merokok				
13	saya dapat mengalihkan perhatian ketika ingin merokok dengan kegiatan yang lain				
14	Pada kondisi seperti apapun saya tetap merokok				
15	saya dapat menggunakan waktu untuk hal-hal yang bermanfaat daripada merokok				
16	Saya tidak berusaha untuk menghindari segala hal yang berkaitan dengan rokok				
17	saya dapat mengganti kebiasaan merokok dengan berolah raga				
18	Saya tidak berusaha menolak ajakan teman-teman untuk merokok				
19	Saya menolak ajakan teman untuk merokok				
20	Saya saya tidak dapat berusaha untuk mengganti kebiasaan merokok dengan mengaji				
21	Saya berusaha tidak berinteraksi dengan teman-teman perokok saat mereka mulai merokok				
22	Saya tidak dapat berusaha untuk mengisi waktu dengan hal positif dari pada mengisi waktu dengan merokok				
23	Saya pergi dari suatu tempat ketika teman di sekitar saya mulai merokok				
24	Ketika ingin merokok saya tidak dapat mengalihkan perhatian saya				
25	Saya dapat pergi dari tempat berkumpulnya teman-teman perokok ke tempat yang lebih produktif				
26	jumlah rokok yang saya hisap bertambah setiap hari				
27	Saya memilih untuk menghabiskan waktu luang di perpustakaan dari pada berkumpul di satu tempat bersama teman-teman sambil merokok				
28	Saya tidak dapat bertahan seharian tanpa merokok				
29	saya menjauhi teman-teman perokok, dan memilih berteman dengan yang bukan perokok				
30	saya tidak dapat menahan keinginan untuk merokok				

31	Saya mencoba mengajak teman-teman perokok untuk berhenti merokok				
32	saya tidak dapat merokok hanya 1 batang rokok seminggu				
33	Saya membuang semua barang yang berkaitan dengan rokok				
34	saya tidak dapat membatasi munculnya perilaku merokok setiap hari				
35	Saya mengingatkan konsekuensi dari keinginan teman-teman untuk merokok				
36	saya tidak dapat menahan munculnya perilaku merokok				
37	pada kondisi seperti apapun saya berusaha untuk tidak merokok lagi				
38	saya tidak dapat mengalihkan perhatian ketika ingin merokok dengan kegiatan yang lain				
39	Saya berusaha untuk menghindari segala hal yang berkaitan dengan rokok				
40	saya tidak dapat menggunakan waktu untuk hal-hal yang bermanfaat dari pada merokok				
41	Saya berusaha menolak ajakan teman-teman untuk merokok				
42	saya dapat mengganti kebiasaan merokok dengan berolah raga				
43	Saya berusaha untuk mengganti kebiasaan merokok dengan mengaji				
44	Saya menerima ajakan teman untuk merokok				
45	Saya berusaha untuk mengisi waktu dengan hal positif dari pada mengisi waktu dengan merokok				
46	Saya berinteraksi ketika teman-teman perokok mulai merokok				
47	Saya berusaha mengalihkan perhatian ketika ingin merokok				
48	Saya tetap berkumpul ketika teman di sekitar saya mulai merokok				

B. Variabel II

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Ketika menghadapi permasalahan saya tidak merokok				

2	Setiap hari kebiasaan merokok saya semakin meningkat				
3	Saya berdzikir untuk menenangkan pikiran daripada merokok				
4	Karena ketagihan kebiasaan merokok saya meningkat				
5	Untuk meredakan emosi saya tidak merokok				
6	Karena rasa nikmat yang saya rasakan, kebiasaan merokok saya tingkatkan				
7	Semangat saya tidak meningkat dengan merokok				
8	Saya merokok ketika mendapat permasalahan yang tidak terselesaikan				
9	Perasaan saya tidak senang ketika merokok				
10	Saya melampiaskan diri dengan merokok ketika mendapat tekmanan				
11	Rasa percaya diri saya tidak meningkat saat merokok				
12	Saya merokok pada saat cemas ataupun gugup				
13	Teman teman tidak menerima saya karena merokok				
14	Saya merokok ketika mengantuk				
15	Agar terlihat jantan saya tidak harus merokok				
16	Saya merokok ketika suhu udara dingin				
17	Saya tidak merokok untuk mengikuti perkembangan pergaulan				
18	Saya merokok ketika malam hari				
19	Jumlah rokok yang saya hisap tidak meningkat setiap hari				
20	Saya merokok jika teman-teman di sekitar saya merokok				
21	Dalam sehari saya hanya menghabiskan 1 batang rokok				
22	Saya merokok karena banyaknya orang yang merokok di sekitar saya				
23	Saya menolak pemberian rokok dalam keadaan apapun				
24	Saya merokok karena dipaksa dan dipengaruhi oleh teman				
25	Setiap hari kebiasaan merokok saya tidak meningkat				
26	Saya merokok ketika saya mendapat permasalahan				
27	Saya berusaha menahan ketergantungan merokok saya				
28	Saya merokok untuk menenangkan pikiran saya				
29	Kebiasaan merokok saya tidak meningkat meskipun saya merasakan nikmat saat merokok				

30	Saya merokok untuk mengurangi rasa emosi				
31	Saya tidak merokok ketika mendapat permasalahan yang tidak terselesaikan				
32	Saya merokok untuk meningkatkan semangat saya				
33	Saya tidak melampiaskan diri dengan merokok ketika mendapat tekanan				
34	Merokok untuk menyenangkan perasaan saya				
35	Merokok tidak menghilangkan rasa cemas ataupun gugup saya				
36	Merokok untuk meningkatkan rasa percaya diri saya				
37	Ketika mengantuk, tidak membuat saya ingin merokok				
38	Saya merokok agar diterima oleh teman-teman				
39	Saya tidak merokok ketika suhu udara dingin				
40	Saya merokok agar terlihat jantan				
41	Saya tidak merokok saat malam				
42	Saya merokok untuk mengikuti perkembangan pergaulan				
43	Saya tidak merokok jika teman-teman di sekitar saya merokok				
44	Saya merokok dengan jumlah rokok yang meningkat setiap hari				
45	Saya tidak merokok karena kebanyakan orang yang merokok di sekitar saya				
46	Dalam sehari saya menghabiskan 1-3 batang rokok				
47	Meskipun teman saya memaksa, saya menolak untuk merokok				
48	Saya menerima pemberian rokok meskipun saya sudah merokok sebelumnya.				

TERIMA KASIH ATAS KERJA SAMA ANDA

JAZAKUMULLAH KHAIRUL JAZA

Wawancara subjek 1 tanggal 19 Juli 2014

- Peneliti : langsung aja ya, jabatan kamu apa di kepengurusan ISMI?
Subjek : saya di bagian keamanan mas.
Peneliti : sering *daur* (keliling / inspeksi) malam dong, apa yang pernah kamu temuin pas *daur*?
Subjek : ya banyak mas, ada yang gak pake *bithoqoh* (papan nama santri), menyeret sandal, tidur waktu jaga malem, mengganggu ketenangan tidur, banyak lah mas.
Peneliti : kalo yang ngerokok gitu pernah gak?
Subjek : kalo nemuin langsung sih saya belum pernah mas, tapi menerima laporan pernah.
Peneliti : terus kamu sidang?
Subjek : ya ndak mas, saya catet namanya, terus diresahin ke MPO, biar ustadz yang nyidang
Peneliti : hukumannya apa kalo sekarang?
Subjek : yang pertama kali ngelanggar biasanya botak sama *qorror* (perjanjian)
Peneliti : kalo gitu pelanggaran ngerokok masih ada ya dari dulu. Nah, temen-temen kamu sendiri ada yang ngerokok gak?
Subjek : ya ada mas, banyak.
Peneliti : oke...kalo kamu ngerokok mulai kapan?
Subjek : dari dulu mas, pas kelas 1 kayaknya
Peneliti : kelas 1 di pondok?
Subjek : iya mas, pas libur pertengahan tahun kan gak pulang mas, nanggung kalo pulang cuman seminggu
Peneliti : biasanya kapan kamu sama temen-temen ngerokok di pondok?
Subjek : Kalo saya biasanya pas *daur* malem, tapi kalo pas bareng temen biasanya pas antri mandi sore itu mas.
Peneliti : kenapa kok pas waktu malem atau pas antri mandi?
Subjek : pas malem ya soalnya pengurus kan boleh *daur*, agak bebas mau tidur kapan, jadi bisa ngumpet, kalo pas antri itu sekalian nunggu aja mas.
Peneliti : gak ketahuan sama ustadz?
Subjek : pernah mas, tapi pas saya gak ngerokok, temen-temen bertiga kalo gak salah.
Peneliti : oke saya rasa cukup, makasih ya..
Subjek : iya mas sama-sama

Wawancara subjek 2 tanggal 19 Juli 2014

- Peneliti : sibuk gak?
Subjek : ndak kok mas
Peneliti : oke, jabatanmu apa?
Subjek : saya BALHI (Bagian Lingkungan Hidup) mas
Peneliti : tugasnya ngapain aja?
Subjek : ya... gimana caranya pondok tetep bersih, air lancar..
Peneliti : hm...langsung ke intinya aja ya, kamu ngerokok mulai kapan?
Subjek : dari sebelum masuk pondok mas
Peneliti : kapan pastinya?
Subjek : wah kalo pastinya saya ndak inget mas, kalo gak pas kelas 1 ya pas kelas 2 SMP
Peneliti : oh kamu masuk pondok setelah SMP?

Subjek : iya mas
Peneliti : biasa ngerokok di pondok kapan?
Subjek : ndak mesti mas, biasanya malem.
Peneliti : gak takut ketahuan ustadz?
Subjek : ya takut mas, tapi kalo udah pengen ngerokok ya cari waktu aja.
Peneliti : kalo gitu kamu berani juga ya
Subjek : ya ndak juga mas, selama ndak ketahuan kan ndak apa-apa mas
Peneliti : pernah ketahuan?
Subjek : pernah mas, ini rambut masih pendek kan gara-gara ketahuan
Peneliti : oalah...sekarang masih ngerokok?
Subjek : masih mas
Peneliti : gak takut ketahuan lagi?
Subjek : ya takut, tapi mau gimana lagi mas terlanjur kecanduan
Peneliti : makasih ya
Subjek : sama-sama

Wawancara subjek 3 tanggal 19 Juli 2014

Peneliti : assalamu'alaikum
Subjek : wa'alaikum salam
Peneliti : langsung aja, kamu jabat apa?
Subjek : saya di kepramukaan mas
Peneliti : wah santai ya, kerjanya seminggu sekali
Subjek : ya lumayan mas
Peneliti : temen kamu di bagian pramuka ada yang ngerokok juga?
Subjek : ada mas
Peneliti : suka ngerokok bareng gitu?
Subjek : iya mas, saya sering diajak
Peneliti : dimana ngajaknya?
Subjek : biasanya sih kalo pas di kantor mas
Peneliti : gak takut ketahuan ustadz?
Subjek : ya takut mas..
Peneliti : kok gak kamu tolak aja pas temenmu ngajak ngerokok?
Subjek : saya minder mas kalau bareng temen pas ga ngerokok sedangkan temen saya ngerokok. Jadi ngerasa ga macho gitu mas, terus kan emang wajar kalau cowok ngerokok.
Peneliti : tapi kan di sini ada disiplin larangan ngerokok, gimana?
Subjek : jangan sampe ketahuan mas, kalo gak ketahuan kan gak apa-apa
Peneliti : biar gak ketahuan gitu gimana caranya?
Subjek : biasa aja mas, jangan keliatan mencurigakan. Terus ada yang jagain di depan kantor.
Peneliti : oh, jadi kalo pas ada ustad ke sana ngasih kode gitu?
Subjek : iya mas kaya gitu..
Peneliti : kamu pertama kali ngerokok kapan?
Subjek : saya sudah lama mas, sebelum masuk pondok juga udah ngerokok
Peneliti : ehm...oke deh
Subjek : sudah ta mas?

Peneliti : sudah, makasih ya
Subjek : iya mas

Wawancara subjek 4 tanggal 17 Oktober 2014

Peneliti : maaf ya ganggu waktunya sebentar
Subjek : iya mas
Peneliti : langsung aja ya, waktunya sedikit, kamu ngerokok bareng temen apa sendirian?
Subjek : pasti bareng temen mas, saya gak pernah ngerokok sendiri
Peneliti : kenapa?
Subjek : takut ketahuan mas, kalo bareng kan bisa jaga-jaga mas
Peneliti : jadi kalo bareng temen gak takut?
Subjek : tetep takut mas, tapi kan ada yang liatin situasi, kalo ada yang liat ustadz keliling ngasih kode
Peneliti : eh... kenapa kamu ngajak ngerokok bareng?
Subjek : bukan saya mas yang ngajak, saya gak pernah ngajak, temen-temen yang ngajak saya
Peneliti : terus kalo diajak ngerokok gitu kamu pasti ikut?
Subjek : saya kadang mengikuti kadang menolak ajakan teman mas
Peneliti : kok bisa gitu? Apa yang buat kamu terima ajakan temen-temen kamu, padahal kamu tau kalo ngerokok itu melanggar aturan?
Subjek : saya ngerasa diterima oleh temen-temen, sebenarnya sih ikut-ikutan aja mas
Peneliti : pernah nolak ajakan temenmu itu?
Subjek : pernah mas, tapi ya mau gimana lagi nolak juga pasti diajakin lagi, padahal saya takut ketahuan ustadz
Peneliti : makasih ya
Subjek : iya mas sama-sama

Wawancara subjek 5, tanggal 17 Oktober 2014

Peneliti : kamu merokok dari kapan?
Subjek : baru-baru ini mas
Peneliti : kok bisa ngerokok itu kenapa?
Subjek : awalnya ikut temen mas, akhirnya ya jadi kebiasaan
Peneliti : satu hari biasa habis berapa batang?
Subjek : ga pasti mas, soalnya kan ga tiap hari juga ngerokoknya
Peneliti : terus kapan biasa ngerokok?
Subjek : kalo pas diajak temen mas
Peneliti : sering diajak?
Subjek : ga juga sih mas, kadang kalo lagi mumet ngerokok sendirian
Peneliti : dimana biasanya ngerokok?
Subjek : di area rayon aja mas, kadang di kamar mandi, kalo pas waktu keliling ya di kantor mas.
Peneliti : beli rokoknya itu ke mana?
Subjek : seringnya titip ke becak atau ke tukang kebun mas

Peneliti : ga takut ketahuan?
Subjek : yang penting ga ada yang laporin mas
Peneliti : udah, syukron ya

Wawancara MPO, 11 Desember 2014

Peneliti : tadi kan katanya pelanggaran yang masuk ke MPO mayoritas kabur, bawa HP sama merokok, itu semua santri (anggota & pengurus) kan, khusus buat merokok rata-rata kelas berapa di tahun ajaran sekarang?

MPO : kalo merokok itu kebanyakan santri Kibar, kelas Marhalah 'alimah. Tapi ya ada juga yang dari santri shigor, kalo dipresentasekan kurang lebih 75% 'alimah, sisanya tsanawiyah.

Peneliti : dari 'alimah yang melanggar itu kebanyakan anggota apa pengurusnya?

MPO : kebanyakan anggota, soalnya kan yang anggota ada kelas 4, 3 intensif sama kelas 5

Peneliti : dari kasus merokok itu yang mergokin pengurus apa MPO?

MPO : kebanyakan pengurus, baru dilaporkan ke MPO, kami proses mulai dari kronologi

Peneliti : itu kalo anggota yang melanggar, kalo pengurus yang melanggar otomatis ustadz / MPO yang mergokin kan, sekarang laporan yang sudah masuk MPO pelanggaran merokok berapa orang?

MPO : untuk 1 mid smester ini ada 15-20 orang, 1 minggu ini saja ada 3 orang

Peneliti : dari 20 orang itu ada yang mengulang pelanggaran merokok?

MPO : ada 1 orang

Peneliti : nah, kalo sudah kepergok gitu kan diproses, prosesnya itu gimana?

MPO : kalo prosesnya MPO Cuma minta kronologi kejadiannya sama BAP, semua itu diajukan ke marhalah

Peneliti : oh, jadi ga murni MPO ya, jadi marhalah yang nentuin sangsi?

MPO : iya, nah marhalah membuat SK beserta bukti kronologi dari MPO dilengkapi dengan pengajuan atau usulan sangsi misalnya kartu merah yang diajukan ke pengasuh pondok, kalo pengasuh sudah ttd berarti sudah acc buat eksekusi

Peneliti : berarti merokok itu kartu merah?

MPO : iya, sangsinya berupa panggil orang tua, cukur gondul bersih, surat perjanjian baru yang ditandatangani oleh pengasuh pondok

Peneliti : sangsi tingkatan itu berlaku berapa lama?

MPO : Berlaku selama 1 mid smester, setelah itu ada pemutihan lah istilahnya.

Peneliti : nah kalo misalkan yang merokok ini terus melanggar disiplin yang ringan gimana?

MPO : kalo mau sesuai prosedur ya harusnya hitam, tapi ya ada pertimbangannya, kecuali melanggar yang berat, kaya udah merah gara-gara rokok, pas merokok lagi, itu sudah pasti diusir.

Peneliti : nah, sekarang kan ada tuh, sudah diproses?

MPO : sedang proses, memang orangnya sudah dicap jelek dari marhalah, jarang masuk kelas, jarang jama'ah, merokok 2 kali.

Peneliti : santri itu bisa beli rokok gimana caranya?

MPO : ya macem-macem modusnya, ada yang bawa-bawa jabatan, ada yang nitip ke becak, ada juga yang ijin ke ATM tapi mampir ke warung.

Peneliti : maksudnya yg bawa-bawa jabatan itu gimana?

MPO : ya kaya kemaren, bagian WASIS, mau belanja barang-barang ke Surabaya, pulang-pulang bara rokok satu press.

Peneliti : apa yang sudah MPO lakukan untuk mengurangi pelanggaran berat khususnya merokok?

MPO : banyak, seperti mengingatkan santri dengan cara berbicara di depan santri, terus kami juga inspeksi keliling, dan kemaren kami mengajukan ke pengasuh untuk semua pelanggar kategori berat langsung diusir saja, itu masih proses persetujuan para pengasuh pondok

Peneliti : untuk inspeksi keliling itu setiap malam atau ada jadwalnya?

MPO : ga tiap malem, ga ada jadwal juga, ya lihat situasi saja.

Peneliti : nah undang-undang tentang larangan merokok itu ada?

MPO : ada

Peneliti : itu berlaku juga untuk ustadz?

MPO : kalo itu hanya untuk santri saja

Peneliti : berarti ustadz boleh?

MPO : begini, kemaren saya sempat ngobrol sama pengasuh pondok, ustadz ga dilarang buat merokok, tapi tidak untuk di ruang terbuka, hanya di kamar saja

Peneliti : santri tau kalo ustadz boleh merokok?

MPO : kalo menurut saya tau, soalnya ada yang pernah Tanya ustadz kok boleh merokok, ya saya bilang statusnya kan sudah berbeda antara santri dengan ustadz, ustadz sudah lulus dari predikat santri, ada sedikit kebebasan untuk merokok hanya di dalam kamar saja

Peneliti : pernah mergokin yang merokok langsung?

MPO : pernah

Peneliti : dimana itu?

MPO : di kamar mandi rayon

Peneliti : itu pengurus?

MPO : iya

Peneliti : nah pengurus ini kok bisa sempat melanggar, kan mereka santri, tapi ya pengurus juga, kalo dari tugasnya kan lebih banyak harusnya

MPO : ya ga juga, malah pengurus itu ada kebijakan khusus, kaya tidur, kalo anggota jam 9 harus sudah tidur, kalo pengurus itu maksimal jam 11 malam

Peneliti : kamar mandi jadi markas merokok kalo gitu?

MPO : iya, pas waktu mandi pagi sama sore itu, apa lagi sore, soalnya ustadz2 waktunya kuliah otomatis ga ada yang keliling.

Peneliti : keseringan mergokin yang ngerokok sendirian apa yang rame2 gitu?

MPO : seringnya sih sendirian gitu, tapi pernah mergokin di kamar mandi, 2 orang sampingan kamar mandinya.

Peneliti : oke deh itu aja.



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Telepon / Faksimile : 62341 - 558916 Malang 65144
Website : www.uin-malang.ac.id / <http://psikologi.uin-malang.ac.id>

Nomor : Un.3-4/TL.03/606/2014
Hal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

13 Oktober 2014

Kepada Yth : Kepala Pondok Pesantren Al Amin Sumenep Madura
Di
Madura

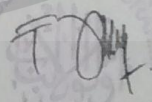
Dengan hormat

Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bpk/Ibu untuk memberikan kesempatan melakukan penelitian Skripsi kepada :

Nama/NIM : Rendy Tubagus F / 10410075
Tempat Penelitian : Pondok Pesantren Al Amin Sumenep Madura
Judul : Hubungan Antara Control Diri Dengan Perilaku Merokok Pada Santri Pengurus Di Pondok Pesantren Al Amin Sumenep Madura
Dosen Pembimbing : Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

a.n.Dekan.
Wakil Dekan Bidang Akademik


Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M. Si
NIP. 19760512 200312 1 002

Tembusan :

1. Dekan
2. Wakil Dekan
3. Arsip

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تربية المعلمين الإسلامية

TARBIYATUL MU'ALIMIEN AL-ISLAMIYAH

(Madrasah Tsanawiyah dan Aliyah 6 Tahun)

IDAROH MA'HAD PUTRA

Tahun Ajaran: 1436 – 1437 H. / 2016 – 2017 M.

Ijazah TMI diakui “Setingkat dan Setara” dengan ijazah:

- Madrasah Aliyah Negeri berdasarkan SK. Dirjen Bimbingan Islam No. E.IV/PP.032/KEP/80/90
- Sekolah Menengah Umum (SMU) Negeri berdasarkan SK. Mendiknas No. 106/0/2000

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

NO. 032/TMI.Pa/A.7/IX/2015

Mudir Ma'had Tarbiyatul Mu'alimien Al-Islamiyah (TMI) Putra Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Sumenep Madura menerangkan dengan sebenarnya bahwa:

Nama : Rendy Tubagus Fadly
NIMKO : 10410075
Lembaga : UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
Fakultas/Jurusan : Psikologi/psikologi
Tahun Akademik : 2010

Telah mengadakan penelitian di lembaga kami untuk mendapatkan data-data sebagai penyusun skripsinya.

Penelitian tersebut dilaksanakan di TMI AL-AMIEN PRENDUAN, sejak tanggal 15 Oktober 2014 s/d selesai, dengan judul skripsi:

“Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku Merokok Santri Pengurus Pondok Pesantren Al-Amien Prenduan Putra 2”

Dengan demikian surat keterangan ini kami buat agar menjadi maklum bagi yang berkepentingan dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Prenduan, 24 Muharam 1437 H.
6 November 2014 M.



Mudir Ma'had TMI Putra

KH. DRS. JAFAR SHODIQ, MM

تربية المعلمين الإسلامية

IDAROH MA'HAD PUTRA

MAJELIS PERTIMBANGAN ORGANTRI

Tahun Ajaran: 1432-1433 H. / 2012-2013 M.

Pondok Pesantren AL-AMIEN PRENDUAN Sumenep Madura Indonesia 69465
Telp/ Fax : (0328) 821.777 Website: [Http://www.al-amien.ac.id](http://www.al-amien.ac.id) E-Mail: mpo_gembira@hotmail.com

BARANG-BARANG YANG DILARANG DI PONDOK

1. Narkoba, Rokok, Alkohol dan segala jenis barang yang memabukkan
2. Segala Jenis Hand Phone dan perangkatnya (Headset, Charger dll)
3. Musik Player dan sejenisnya
4. Alat-alat elektronik lainnya seperti:
 - Pemanas dan pendingin air (dispenser)
 - Kipas angin
 - Setrika
5. Kamera digital
6. Alat-alat permainan (Domino, Monopoli, Kartu Remi, Catur dll)
7. Perangkat Komputer
 - DVD Room (Eksternal / Internal)
 - Headset
 - Flasdisk dengan kapasitas melebihi 2 GB
 - Hardisk Eksternal
 - Segala Jenis Modem
 - Card reader
 - Stick
8. Senjata tajam (Celurit, Pisau, Pedang Dll)
9. Segala macam accessories (Cincin, Gelang, Kalung, Rantai dll)
10. Pakaian yang tidak Islami, Tarbawi dan Ma'hadi (Levis, Kaos strict, dll)
11. Bacaan yang tidak Islami, Tarbawi dan Ma'hadi (komik, dll)
12. Segala jenis kaset (VCD, DVD dll)
13. Gambar – gambar yang mengandung unsur pornografi
14. Photo – photo lawan jenis / non-muhrim

Majelis Pertimbangan Organtri 2012

IDAROH MA'HAD PUTRA

MAJELIS PERTIMBANGAN ORGANTRI

Tahun Ajaran: 1432-1433 H. / 2012-2013 M.

Pondok Pesantren AL-AMIEN PRENDUAN Sumenep Madura Indonesia 69465
Telp/ Fax : (0328) 821.777 Website: [Http://www.al-amien.ac.id](http://www.al-amien.ac.id) E-Mail: mpo_gembira@hotmail.com

REKAP BARANG YANG DISITA

[illegible]



تربية المعلمين الإسلامية
IDAROH MA'HAD
PONDOK PESANTREN AL-AMIEN PRENDUAN
SUMENEP MADURA INDONESIA
Masa Khidmah 1435-1436 H (2014-2015 M)

PondokPesantren AL-AMIEN PRENDUAN Sumenep Madura
Telp.(0328) 822300 Fax (0328) 821777

E-mail: al-amien@plasa.com

KURIKULUM

Secara umum, tujuan pendidikan di TMI Al-Amien Prenduan mengacu pada Tujuan Pendidikan Nasional dan Tujuan Pendidikan dasar dan Menengah yang telah ditetapkan dalam undang-undang dan peraturan yang berlaku, dengan penekanan khusus pada upaya mempersiapkan santri / alumni untuk:

1. Menguasai bekal-bekal dasar keulamaan / kecendikiaan, kepemimpinan dan keguruan.
2. Memiliki kemauan dan kemampuan untuk mengembangkan bekal-bekal dasar tersebut sampai ke tingkat yang paling maksimal secara mandiri.
3. Siap mengamalkannya di tengah-tengah masyarakat secara benar dan proporsional.

Tujuan institusional tersebut kemudian dijabarkan dalam bentuk "Tujuan Kurikuler", yaitu tujuan yang harus dicapai dalam setiap Bidang Edukasi, serta "Tujuan Instruksional atau Edukasional", yaitu tujuan-tujuan yang harus dicapai dalam setiap Pokok Bahasan / Judul / Tema di dalam masing-masing Bidang Edukasi.

A. Materi Pendidikan

Secara garis besar, materi atau subjek pendidikan (*areas of education*) di TMI Al-Amien Prenduan meliputi 7 jenis pendidikan:

1. Pendidikan Keimanan (Aqidah dan Syari'ah)
2. Pendidikan Kepribadian dan Budi Pekerti (Akhlak Karimah)
3. Pendidikan Kebangsaan dan Kewarganegaraan dan HAM
4. Pendidikan Keilmuan (Intelektualitas)
5. Pendidikan Kesenian dan Keterampilan Vokasional (KESTRAM)
6. Pendidikan Olahraga, Kesehatan dan Lingkungan (ORKESLING)
7. Pendidikan Kepesantrenan (Ma'hadiyyat)

Ketujuh jenis pendidikan tersebut dijabarkan dalam bentuk Bidang Edukasi (BE-bukan Bidang Studi) yang deprogram sesuai dengan kelas atau tingkat pendidikan yang ada dengan alokasi waktu yang fleksibel. Kemudian sesuai dengan target kompetensi yang harus dikuasai oleh santri, maka BE-BE tersebut dikelompokkan menjadi 2 kelompok kompetensi yaitu Kompetensi Dasar (KOMDAS) dan Kompetensi Pilihan (KOMPIL).

B. Kompetensi Dasar

Adalah kompetensi-kompetensi dasar umum yang harus dikuasai oleh seluruh santri, tanpa terkecuali, sesuai dengan target yang telah ditetapkan pada kelas-kelas tertentu. Komdas ini meliputi 2 kelompok Bidang Edukasi, yaitu Komdas A dan Komdas B:

1. Komdas A, mencakup 13 Bidang Edukasi

- a. 'ulum Tanziliyah (Studi Islam)
 - 1) Al-Qur'an wa 'Ulumuhu
 - 2) Al-Hadits wa Siroh Nabawiyah
 - 3) Ilmu Tauhid wal Akhlaq
 - 4) Ilmu Fiqih wa Usuluhu
- b. 'Ulum Wathoniyah (Kurikulum Nasional)
 - 1) Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan
 - 2) Matematika dan Logika
 - 3) Ilmu Pengetahuan Alam / Sains
 - 4) Ilmu-ilmu Sosial
 - 5) Bahasa dan Sastra Indonesia
 - 6) Bahasa Inggris
- c. 'Ulum Ma'hadiyah
 - 1) Bahasa dan Sastra Arab
 - 2) Ilmu-ilmu Pendidikan dan Keguruan
 - 3) Dasar-dasar Riset dan Jurnalistik
2. Komdas B, mencakup 5 Bidang Edukasi
 - a. Pendidikan Kepesantrenan (Da'wah, Kepemimpinan dan Keguruan)
 - b. Pendidikan Kepanduan dan Kebangsaan
 - c. Pendidikan olahraga, Kesehatan dan Lingkungan
 - d. Pendidikan Kesenian dan Keterampilan Vokasional
 - e. Pendidikan Khusus Kewanitaan

C. Kompetensi Pilihan

Adalah kompetensi-kompetensi khusus yang harus dikuasai oleh santri-santri tertentu, sesuai dengan bakat, minat, kecenderungan dan pilihannya masing-masing. Kompil ini meliputi 2 kelompok Bidang Edukasi, yaitu:

1. Kompil A, mencakup 4 jenis pilihan
 - a. 'Ulum Tanziliyah dan Bahasa Arab (UT-A)
 - b. Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam / Sains (MIPA)
 - c. Ilmu Pengetahuan Sosial dan Bahasa Inggris (IPS-I)
 - d. Bahasa dan Sastra Indonesia (BSI)
2. Kompil B, meliputi 8 jenis pilihan
 - a. Saka-saka dan Resus-resus Pramuka
 - b. Klub-klub Penelitian dan Pengkajian Ilmiah
 - c. Klub-klub bahasa Pilihan
 - d. Klub-klub Olahraga Pilihan
 - e. Klub-klub Kesenian Pilihan
 - f. Klub Palang Merah Remaja (PMR)
 - g. Klub-klub Pecinta Alam dan Lingkungan
 - h. Kursus-kursus keterampilan dan Kejuruan

D. Program Pendidikan

Sesuai dengan sifatnya yang berupa kurikulum hidup dan kehidupan, maka kurikulum TMI Al-Amien Prenduan dilaksanakan secara terpadu selama 24 jam dalam bentuk *"integrated curriculum"* yang tidak bisah dipilah-pilah. Namun untuk mempermudah pelaksanaan, pengawasan dan evaluasinya, maka kurikulum tersebut dapat dikelompokkan pada 4 jenis program, yaitu program intra, ekstra, ko-kurikuler serta program bimbingan dan penyuluhan.

1. Program Intra Kurikuler

- a. Dilaksanakan di pagi dan siang hari / jam ke 1-8 (mulai pukul 07.30-14.00) dalam bentuk pembelajaran formal di kelas, di perpustakaan, praktik lapangan, praktik laboratorium dan evaluasi belajar berkala.
- b. Program intra kurikuler berada di bawah tanggung jawab Kepala Sekolah (Mudir Marhalah), Kabag Akademik, Kabag Keguruan dan guru-guru Master terkait.
- c. Terdiri dari bidang-bidang edukasi yang termasuk dalam komdas A, Komdas B dan kompil A yang dikemas dalam bentuk garis-garis Besar Program Pendidikan (GBPP) dan dijabarkan secara detail dalam Rencana Induk Program Pendidikan per Semester (RIPPS).
- d. RIPPS ini disampaikan secara transparan setiap awal semester, sebagai bentuk penawaran kepada para santri tentang rencana pembelajaran yang akan dijalankan sepanjang semester untuk mendapat tanggapan dari mereka.

2. Program Ko-Kurikuler

- a. Program Ko-Kurikuler dimaksudkan untuk menunjang program intra kurikuler dan dikemas dalam bentuk Petunjuk-petunjuk Teknis (Juknis) untuk guru dan santri.
- b. Program ini terdiri dari 2 jenis kegiatan, yaitu
 - 1) Kegiatan tutorial yang meliputi
 - Ibadah Amaliyah sehari-hari
 - Tadarrus Al-Qur'an Muwajjah
 - Belajar Tutorial malam hari
 - Pengkajian kitab kuning
 - Dialog Jum'at pagi bersama Kiyai dan Nyai
 - Pembinaan Bahasa Arab dan Inggris
 - 2) Kegiatan praktikum yang meliputi
 - Praktek sopan santun dan komunikasi non-verbal
 - Praktek mengajar
 - Praktek berda'wah

Program Ko-Kurikuler dilaksanakan di luar jam belajar formal dibawah bimbingan guru-guru dan santri-santri senior, dan di bawah tanggung jawab Kepala Sekolah, Kabag Akademik, Kabag Keguruan, Kabag Kesantrian dan Guru Master terkait.

3. Program Ekstra Kurikuler

- a. Program ekstra kurikuler dimaksudkan sebagai pendidikan tambahan bagi seluruh santri serta praktek pendidikan kepemimpinan, manajemen dan keorganisasian bagi santri-santri senior yang menjadi pengurus organisasi santri.
 - b. Program ekstra kurikuler terbagi menjadi 2 jenis, yaitu:
 - 1) Kegiatan-kegiatan wajib, meliputi
 - Praktek ibadah amaliyah harian
 - Praktek berorganisasi
 - Latihan ekspresi 3 bahasa
 - Latihan pramuka / dinatrian mingguan
 - Senam wajib mingguan
 - Tadabbur malam menjelang tidur
 - Istirahat dan istighosah mingguan
 - Kursus-kursus wajib
 - 2) Kegiatan-kegiatan pilihan, meliputi
 - Kursus-kursus pilihan dalam berbagai bidang
 - Latihan olah raga dan bela diri dalam berbagai cabang
 - Penerbitan media-media cetak
 - Diskusi, seminar, brdah buku, penelitian dan lain-lain
 - c. Program ekstra kurikuler dikemas dalam bentuk Garis-Garis Besar Kebijakan Organisasi Santri (GABKO) yang dijabarkan menjadi program-program kerja organtri dan sunah-sunah atau tradisi-tradisi kepesantrenan.
 - d. Program-program ini dilaksanakan oleh para santri senior pengurus organtri, diluar jam formal pada pagi hari sebelum masuk kelas, serta pada sore dan hari, dibawah bimbingan pengasuh pondok dan kabag kesantrian.
4. Program Bimbingan dan Penyuluhan
- a. Program ini dimaksudkan untuk membantu santri dalam menjalankan disiplin dan kegiatan pendidikan sehari-hari, baik yang diberikan secara berkala maupun secara incidental atau ketika santri mendapat kesulitan tertentu.
 - b. Dilaksanakan oleh guru-guru pelaksana BP, dibantu oleh santri-santri senior yang berkmpeten, di bawah bimbingan langsung dari Kepala Sekolah, Pengasuh Pondok, Dorektur Lembaga dan Bapak Kiyai / Ibu Nyai Pengasuh Putri.
 - c. Guru-guru pelaksana BP
 - 1) *Wali Fashl* (Wali Kelas), dibantu oleh *muharrik*
 - 2) *Musyrif Sakan* (Pamong Asrama), dibantu oleh *Musahhil*
 - 3) *Muroqib Konsulat* (Pembina Konsulat), dimantu oleh Ketua Konsulat
 - d. Menyangkup 4 jenis disiplin / interaksi, yaitu:
 - 1) Disiplin beribadah (interaksi dengan Allah dan Rasul-Nya
 - Budaya shalat berjama'ah, dzikir dan ibadah-ibadah sunnah lainnya
 - Budaya melafadzkan dan menghayati kalimat-kalimat tauhid
 - Budaya patuh pada syari'at agama

- Budaya menghindari larangan-larangan agama
- 2) Disiplin diri (interaksi dengan diri sendiri)
 - Budaya hidup sehat jasmani dan rohani
 - Budaya belajar mandiri / otodidak
 - Budaya mengatur waktu
 - Budaya mengatur uang dan hak milik
- 3) Disiplin social (interaksi dengan sesama manusia)
 - Budaya hidup sopan, santun dan komunikatif
 - Budaya hidup saling toleransi (Tasamuh)
 - Budaya hidup saling menolong (Ta'awun)
 - Budaya hidup saling mengingatkan (Tawashi)
- 4) Disiplin lingkungan (interaksi dengan alam sekitar)
 - Budaya hidup sehat dan bersih
 - Budaya hidup tertib
 - Budaya hidup indah

E. Silabus Kurikulum

Silabus TMI Al-Amien Prenduan disusun per Sub-Bidang Edukasi, sebagai pelengkap dari kurikulum yang ada. Silabus ini berisi standar kompetensi (dasar dan pilihan), rincian materi pembelajaran, indikator, kegiatan pembelajaran dan penilaian, alokasi waktu yang disediakan dan sumber / bahan / alat belajar.

Silabus TMI Al-Amien Prenduan disusun berdasarkan prinsip-prinsip pendidikan yang berkala pada nilai-nilai kepesantrenan dan bersifat akomodatif terhadap perkembangan terbaru dalam dunia pendidikan. Upaya pengembangan silabus dilaksanakan secara berkala dalam forum musyawarah mingguan kelompok Guru Bidang Edukasi (KGBE) yang dipimpin oleh Guru Master (GM)-nya masing-masing.

F. Proses Transformasi

1. Manajemen Pendidikan
 - a. Dilaksanakan secara modern dengan falsafah ikhlas, cerdas dan tangkas
 - b. Meliputi manajemen administrative, operasional, personalia dan edukatif
 - c. Berorientasi pada upaya pencapaian hasil serta pengembangan pengalamannya (*task and achievement oriented*)
2. Metode pendidikan
 - a. Mempertahankan cara-cara lama yang baik dan mengakomodasi cara-cara baru yang lebih baik
 - b. Mengacu pada efektifitas, efisiensi dan akselerasi
 - c. Berorientasi pada pencapaian tujuan transformasi ilmu dengan pengembangan kepribadian
 - d. Ditekankan pada upaya-upaya keteladanan, pembiasaan, pembentukan mileu, nasehat dan pengarahan, penugasan, serta pengawasan.
3. Dana, sarana dan lingkungan pendidikan
 - a. Diusahakan dengan cara-cara yang halal dan baik
 - b. Dipisahkan secara tegas antara hak milik pribadi dan hak milik pondok

- c. Mengacu pada jiwa kemandirian
 - d. Dikelola dengan manajemen yang modern dan amanah
 - e. Tetap disikapi dengan alat bukan tujuan
 - f. Diciptakan untuk selalu edukatif dan kondusif
 - g. Disikapi sebagai salah satu unsure komplementatif bukan sekedar suplementatif
4. Supervise dan evaluasi pendidikan
- a. Waktu pelaksanaan
 - 1) Harian
 - 2) Mingguan
 - 3) Bulanan
 - 4) Semesteran
 - 5) Tahunan
 - b. Ujian-ujian
 - 1) Ujian masuk
 - 2) Ujian mid semester pertama
 - 3) Ujian semester pertama
 - 4) Ujian mid semester kedua
 - 5) Ujian semester kedua
 - 6) Ujian akhir / niha'l (EBTA)
 - c. Bentuk ujian
 - 1) Ujian lisan
 - 2) Ujian tulis
 - 3) Ujian praktik
 - d. Jenis evaluasi
 - 1) Studi dokumentasi
 - 2) Angket
 - 3) Observasi
 - 4) Wawancara
 - 5) Case study
 - 6) Sosiometri
- 



تربية المعلمين الإسلامية

IDAROH MA'HAD
PONDOK PESANTREN AL-AMIEN PRENDUAN
SUMENEP MADURA INDONESIA
Masa Khidmah 1435-1436 H (2014-2015 M)

PondokPesantren AL-AMIEN PRENDUAN Sumenep Madura
Telp.(0328) 822300 Fax (0328) 821777

E-mail: al-amien@plasa.com

KEGIATAN SANTRI DAN GURU
TMI AL-AMIEN PRENDUAN

A. AGENDA HARIAN

60' seb. Subuh	Bangun tidur dan qiyamul lail di masjid / musholla*
Waktu subuh	Shalat subuh berjama'ah
Ssd. Subuh – 05.45	Kegiatan ko-kurikuler kompil A
05.45 – 06.45	Kegiatan pilih kompil B
06.45 - 07.15	Mandi dan makan pagi
07.15 – 07.30	Apel pagi depan kelas
07.30 – 11.50	Belajar formal komdas A di kelas (jam ke 1-6)*
11.50 – 13.00	Shalat dhuhur berjama'ah dan makan siang*
13.00 – 14.20	Belajar formal Komdas B / Kompil A (jam ke 7-8)*
Waktu ashar	Salat ashar berjama'ah
Ssd. Ashar – 16.30	Kegiatan pilihan Kompil B
16.30 – 17.15	Mandi sore dan l'tikaf di masjid
Waktu maghrib	Shalat maghrib berjama'ah
Ssd. Maghrib – isya'	Tadarrus tutorial di masjid / musholla
Waktu isya'	Shalat isya' berjama'ah
Ssd. Isya' – 20.30	Makan malam dan belajar tutorial
20.30 – 21.00	Tadabbur lail dan bersiap untuk tidur
21.00 – 03.00	Tidur

*Untuk santri baru dan santri-santri junior (MTs)

30' seb. Subuh	Bangun tidur dan qiyamul lail
07.30 – 12.50	Belajar formal di kelas-kelas (jam ke 1-7)
12.50 – 13.50	Shalat dhuhur berjama'ah dan makan siang
13.50 – ashar	Kegiatan pilihan

B. AGENDA MINGGUAN

Pagi (ba'da Shubuh – 06.45)

Sabtu	Latihan pidato bahasa Indonesia
Senin	Latihan pidato bahasa Inggris
Kamis	Latihan pidato bahasa Arab

Sore (ba'da ashar)	
Senin (20')	Drama arena mingguan bahasa arab dan inggris
Rabu (90')	Latihan Pramuka
Senja (20') Seb. Maghrib	
Sabtu	Tajdid as-sholah
Ahad	Tahsin Tilawah
Selasa	Tazwid al-Mufrodat / Vocabulary Enrichment
Kamis	Ihsan al-akhtho' al-lughowoyah
Hari kamis (ba'da isya')	Istirham
Hari jumat	Hiwar Usbu'ie bersama kyai
ba'da subuh-06.00	
06,00-07.30	senam pagi dan bersih lingkungan
07.30- ...	Kegiatan pilihan
Ba'da Isya'	I'lan usbuul Lughoh





إيطة الطلبة بتربية المعلمين الإسلامية
IKATAN SANTRI TMI PUTRA
PONDOK PESANTREN AL-AMIEN PRENDUAN
SUMENEP MADURA INDONESIA
Masa Khidmah 1435-1436 H (2014-2015 M)



PondokPesantren AL-AMIEN PRENDUAN Sumenep Madura
Telp.(0328) 822300 Fax (0328) 821777

E-mail: al-amien@plasa.com

SUSUNAN FORMASI PENGURUS ORGANTRI ISMI

A. DEWAN PENGURUS PUSAT (DPP)

1. PENGURUS HARIAN

JABATAN	NAMA	KELAS	ASAL
Ketua Umum	Nabil Fuadi	VI DIA A	Pragaan,SMP
Wakil Ketua Umum	Achmad Zainulloh Zahrish	VI DIA A	Surabaya
Sekretaris I	Faidol Mubarak	VI IPSI A	Tambelangan, SPG
Sekretaris II			
Bendahara I	Fathullah	VI IPSI A	Ketapang, SPG
Bendahara II			
Koordinator Rayon	A. Bahauddin Turmudzi	VI DIA C	Sidoarjo
Koordinator Konsulat	Jamaluddin	V IPSI A	Geger, BKL
Koordinator Mahkamah	Imam Ibnu Sholeh	VI DIA A	Ketapang, SPG
Mahkamah Syari'ah	M. Jufri	VI DIA C	Kokop, BKL
Mahkamah Bahasa	Saiful Arif	VI IPSI A	Sepulu, BKL
Mahkamah Disiplin	M. Zhilal Izzaty	VI DIA A	Tasikmalaya

2. BIDANG SYARI'AH DAN AKHLAQ

JABATAN	NAMA	KELAS	ASAL
Koord Bid. SYARLAQ	Najib Khizbulloh	VI DIA A	Batu
BABINDIA	M. Qodri Ramadhan	VI DIA C	Dugkek, SMP
	M. Ilham Al-Amien	VI IPSI A	Palembang
	Abdul Munif	VI DIA D	Karawang
	Gandi Rajif V	VI DIA B	Palembang
	M. Muzammil	VI DIA D	Sampang
	M. Shofwan Hadi	VI MIPA B	Aengpanas SMP
	Rama Adi Putra	VI DIA C	Pontianak
BPSS	Khoirur Rosyid	VI DIA C	Kapedi, SMP
	Ayatullah Dudayev	VI DIA B	Jakarta
	Habibi Nur	VI DIA D	Aengpanas, SMP
	Fahmil Ulum	VI DIA C	Banyuates
BPUQ	Fadel Mubarak AR	VI DIA A	Bogorq
	Rahmat Efendi	VI DIA B	Kokop, BKL
	Rofi'ul Amin	VI DIA D	Pontianak

3. BIDANG BAHASA

JABATAN	NAMA	KELAS	ASAL
Koord. Bid. BAHASA	M. Dzulkifli	VI DIA A	Bluto, SMP
BANANSA	Rizal Muzakki	VI DIA A	Kwanyar, BKL
	Taufiq Wahyudi	VI IPSI A	Sokobanah, SPG
	Achmad Kholidi	VI IPSI A	Pasean, PMK
	M. Hakimi	VI IPSI A	Ketapang, SPG
	M. Hakiki	VI IPSI A	Pasean, PMK
	Yusriel Hidayat	VI DIA A	Larangan, PMK
	Miftahul Hadi	VI DIA B	Batang-batang, SMP
	Ach. Fawaid	VI DIA A	Tanjungbumi, BKL
	Taufiqurrahman	VI IPSI A	Pontianak
BAFORKOM	Fariduddin Az.	VI DIA A	Pakong, PMK
	Abd. Cholik	VI DIA A	Sampang
	Ach. Fawaid	V DIA A	Gapura, SMP
BASETRAM	Imam Farisi	VI DIA C	Pamekasan
	Lukman Hakim	VI DIA A	Rubaru, SMP
	Ainul Haqqi	VI MIPA A	Rubaru, SMP
BAPUSBIT	Alfian Fawzi	VI IPSI A	Pamekasan
	Ach. Shobirin	VI MIPA A	Pontianak
	Wildan Ismail	VI IPSI A	Lumajang
	Aqib Bachmid	VI DIA C	Kalianget, SMP
	Abdil Ghufon A	VI DIA A	Bondowoso
BAPERAN	Khoirunnas	VI DIA B	Kapedi, SMP
	A. Zaki Askari	VI IPSI B	Arosbaya, BKL
	M. Nasiruddin	VI DIA B	Talango, SMP
	M. Zainulloh	VI IPSI B	Marengan, SMP
	M. Kholilurrahman	VI DIA C	Lenteng, SMP
	Ridwan Kharisma	VI DIA C	Bekasi
	Edi Supriyanto	VI DIA D	Jakarta

4. BIDANG DISIPLIN

JABATAN	NAMA	KELAS	ASAL
Koor. Bid. DISIPLIN	M. Nur Hidayat	VI MIPA A	Kalianget, SMP
BAKAM	HM. Yunus ND.	VI DIA C	Bangkalan
	Teguh Santoso	VI MIPA B	Pamekasan
	Abdul Majid	VI DIA A	Sampang
	Ardiansyah	VI IPSI B	Batu Putih
	Rahmad Dwi R	VI MIPA A	Giigenting, SMP
	Rosyadi Adrianto	VI DIA B	Medan
	Ach. Syarifuddin	VI MIPA A	Sampang
	Fathurrahman	VI IPSI B	Pekandangan
	Khoirul Amin	VI DIA C	Sampang
	M. Romli	VI DIA D	Bangkalan

BAGOR	Alifawaturro Fawaid	VI MIPA	Talango
	Abd. Mannan	VI MIPA A	Surabaya
	Hendra Dwiyanto	VI MIPA A	Madiun
	Mahbub Zamzami	VI DIA C	Kadur
	Hasyim Adnan	VI IPSI A	Cirebon
	Khoiruddin	VI DIA C	Sampang
	Idam Kholid	VI MIPA A	Sampang kota
	M. Rohiem	VI DIA B	Socah
BALHI	Zaki Askari	VI IPSI A	Bangkalan
	Ach. Fawaid	VI MIPA A	Jember
	Nauval	VI MIPA A	Sumenep
	Fathurrohman	VI DIA D	Jember
	Ach. Ahyari	VI DIA C	Pamekasan
	Saiful Hasan	VI DIA C	Ketapang Sampang
	M. Ilham	VI DIA C	Surabaya
	Ach. Zaki Tanwir	VI DIA B	Kangean
BARALIS	Thoib	VI DIA C	Sampang
	Hifdzon Syauqi	VI DIA D	Pamekasan
BAKES	Alfan Aziz Elfaizi	VI IPSI A	Pamekasan
	Ar-Rohim	VI IPSI B	Pontianak
BAPENTAMAS	Saidi	VI DIA B	Tanahmerah, BKL
	Ach. Muthma'an	VI IPSI A	Bali

5. BIDANG KEPRAMUKAAN

JABATAN	NAMA	KELAS	ASAL
Koord. KEPRAMUKAAN	Ahsanul Uil Albab	VI DIA A	Makasar
BAKURLAT	Virgi Rahmandika	VI IPSI A	Situbondo
	Miftahul Jannah	VI DIA B	Bangkalan
BAPERUNI	ASM. Pranajaya	VI DIA B	Sumenep
BAPESAKA	Amarilla Abdan	VI MIPA A	Pamekasan

6. BIDANG KOPERASI DAN WIRAUSAHA

JABATAN	NAMA	KELAS	ASAL
Koor. Bid. KOPWIRA	Mukhtar Rosyid	VI MIPA A	Pamekasan
BAKOPDA	Malikul Ulum Hakiki	VI MIPA B	Gapura SMP
	Habiburrahman	VI MIPA A	Pamekasan
BATSERBA	M. Alvi Abidi	VI MIPA A	Lenteng
BAWASIS	M. Fayshol Agung	VI MIPA A	Sidoarjo
	Saiful Hukamak	VI DIA C	Blumbungan, PMK
BAGUNJAS	Abd. Ghoni	VI IPSI B	Tanahmerah BKL
	Saifullah	VI IPSI B	Pontianak

B. DEWAN PERWAKILAN SANTRI (DPS)

JABATAN	NAMA	KELAS	ASAL
Ketua Umum	Fahrul Rozi	VI DIA B	Prenduan SMP
Wakil Ketua Umum	Rahmat Hidayat	VI DIA A	Kolor SMP
Sekretaris	Muchammad Mutawakkil 'A	VI DIA A	Sidoarjo
Bendahara	Habib Revian N	VI DIA B	Purwokerto
Komisi A (Peng. Harian)	M. Shidqi	VI DIA C	Bekasi
Komisi B (Bid. Syar'laq)	M. Arief	VI IPSI B	Raas
Komisi C (Bid. Bahasa)	Edi Wahyudi	VI IPSI A	Pontianak
Komisi D (Bid. Disiplin)	Shohibul Buroq	VI DIA B	Sampang
Komisi E (Bid. Kepramukaan)	Aidir Rahman	VI IPSI B	Saronggi, SMP
Komisi F (Bid. Kopwira)	Malik	VI IPSI B	Sampang
Komisi G (Bid. Rayon)	Sulaiman	VI DIA B	Karduluk, SMP
Komisi H (Bid. Konsulat)	Fathoni	VI DIA C	Riau

C. DEWAN PENGURUS CABANG (DPC)

RAYON	NAMA	KELAS	ASAL
AL-YAQDLOH	Wisnu Wardhana	VI DIA A	Sampit Kal
	Khoirul Anam	VI DIA B	Kedungdung SPG
	Irfan Fauzan	VI DIA B	Cirebon
	Achmad Fathoni	VI DIA A	Kapedi SMP
	Zahroni	VI DIA B	Ambunten SMP
	A. Muallimul Umam	VI DIA B	Lombok
AL-JUFRI	Shihabullah	VI MIPA A	Tambelangan SPG
	Fajrul Haq	VI MIPA A	Bondowoso
	Nur Habibi	VI DIA B	Cirebon
	Slamet Efendi	VI DIA D	Sampang
	Abdus Sukur	VI IPSI	Balngalan
	Abdul Bar	VI DIA C	Surabaya
	Robi Maulana	VI DIA B	Bangkalan
	Kholid Mawardi	VI IPSI B	Jember
AL INTIASY TIMUR	Ali Yafi Ikkyas	VI DIA A	Lumajang
	Yunus Abdur Rohman	VI MIPA A	Sukabumi
	Joko Pujo Asmoro	VI DIA B	Jambi
	Dani Darmawan	VI DIA B	Sampang
AL-INTIASY SELATAN	M. Farih Romdloni	VI DIA B	Gresik
	Imamil Faris Maulana	VI IPSI A	Gapura, SMP
	M. Ilham Riansyah	VI IPSI B	Jember
	Reynaldi Setiawan	VI IPSI B	Jakarta
	Faissal Pahlevi	VI DIA D	Mojokerto
	Kholis Firmansyah	VI DIA B	Pamekasan
	Haykal Rahman	VI DIA A	Pamekasan
AS-SYIFA'	Ach. Daman Huri	VI DIA B	Bangkalan
	Ikromi Yossy	VI DIA D	Sampang
	Agustino Djauhari	VI DIA D	Bangkalan

	Syauqi Firdaus	VI DIA C	Prenduan
	Arik Toba Jahya	VI MAIPA B	Sumenep
	Khairul Fahmi R	VI DIA D	Prenduan
AL-IFTIKHOR I	Seyf Robeth El-haq	VI DIA A	Prebolinggo
	Hanif Hannani	VI IPSI A	Lumajang
	Abdurrohman	VI DIA B	Bogor
	Firdaus Eka Warta	VI DIA C	Masalembu
	Ashari	VI DIA B	Bangkalan
	Husairi	VI DIA D	Bangkalan
	M. Dhuha	VI DIA D	Pontianak
	M. Zuhdi	VI DIA C	Bangka
AL-IFTIKHOR II	M. Jufri	VI DIA A	Bangkalan
	Agus Setia Budi	VI DIA B	Banyuwangi
	Hannan	VI IPSI A	Pontianak
	Abdus Salam	VI DIA B	Bangkalan
	Agung Try Kurniawan	VI DIA A	Bondowoso
	Aditia Maulana	VI DIA A	Pamekasan

Ketua DPP ISMI,

Ketua DPS ISMI,

(Mlm. Nabil Fuadi)

(Mlm. Fahrur Rozi)

Mengetahui,

Ketua MPO TMI Putra,

Mudir Ma'had TMI Putra,

(Ust. H Abdurahman, Lc)

(K. Abd Warist, S.Pd.I)