

**PERBEDAAN KONTROL DIRI (*SELF CONTROL*) PADA MAHASISWA
PEROKOK DAN MAHASISWA NONPEROKOK DI UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG (UIN
MALANG) ANGKATAN 2014-2015**

SKRIPSI



Oleh:

**Aisditaniar Rahmawati Jarwanto
12410081**

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

2016

**PERBEDAAN KONTROL DIRI (*SELF CONTROL*) PADA MAHASISWA
PEROKOK DAN MAHASISWA NONPEROKOK DI UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG (UIN
MALANG) ANGKATAN 2014-2015**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh:

Aisditaniar Rahmawati Jarwanto
12410081

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

2016

HALAMAN PERSETUJUAN

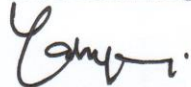
**PERBEDAAN KONTROL DIRI (*SELF CONTROL*) PADA MAHASISWA
PEROKOK DAN MAHASISWA NONPEROKOK DI UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG (UIN
MALANG) ANGKATAN 2014-2015**

SKRIPSI

Oleh:


**Aisditaniar Rahmawati Jarwanto
12410081**

Telah disetujui oleh:
Dosen Pembimbing



Drs. H. Yahya, M.A
NIP. 196605181991031004

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



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

HALAMAN PENGESAHAN

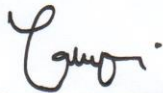
**PERBEDAAN KONTROL DIRI (*SELF CONTROL*) PADA MAHASISWA
PEROKOK DAN MAHASISWA NONPEROKOK DI UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG (UIN
MALANG) ANGKATAN 2014-2015**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 13 Juni 2016

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Penguji Utama

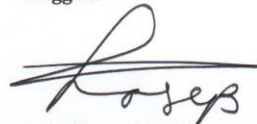


Drs. H. Yahya, M. A
NIP.196605181991031004



Dr. Yulia Sholichatun, M. Si
NIP.197007242005012003

Anggota



Aris Yuana Yusuf, Lc., M. A
NIP.197307092000031002

**Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 13 Juni 2016**

**Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



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

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aisditaniar Rahmawati Jarwanto

NIM : 12410081

Fakultas : Psikologi


Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**Perbedaan Kontrol Diri (*Self Control*) pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UIN Malang) Angkatan 2014-2015**", adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagai maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada claim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan *sebenarnya* dan *apabila* pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi.

Malang, 2016

Penulis




Aisditaniar Rahmawati J
NIM.12410081

MOTTO

"Learn From Yesterday, Live From Today, and Hope For Tomorrow" (Albert Einstein)

"Kehidupan Bukan Tentang Mencari Dirimu, Tetapi Tentang Menciptakan Dirimu"

"Jangan Balas Ejekan Mereka, Cukup Tersenyum Sambil Buktikan Bahwa Diri Ini Pantas Karena Bisa"

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini di persembahkan untuk:

Orang-orang yang paling saya sayangi, untuk bidadari tak bersayap saya Ibunda, Ibunda, Ibunda tersayang Ibu Hernik Ismawati, dan Ayahanda Aidik Jarwanto yang telah sabar membimbing saya dari kecil hingga dewasa ini. Terima kasih Buk, Yah.. Hingga halaman persembahan ini dibuat doa dan kasih sayang Ibuk dan Ayah tak pernah berhenti mengalir untuk saya. Kalimat indah yang tercurah disetiap doa dan nasehat Kalian menjadi pengantar sukses serta keberhasilan untuk saya hingga saat ini. Buk, Yah... Terima kasih telah menjadi Orangtua terhebat yang pernah saya tahu, saya bangga menjadi bidadari kecil yang selalu Kalian khawatirkan.. I love you to the moon and back Buk, Yah... ~

Kepada jagoan kecil yang kini beranjak remaja, adik tersayang Muhammad Aisfirdaus Jarwanto yang selalu menjadi penghibur sekaligus penyemangat saya, terima kasih sudah betah memiliki kakak yang selalu heboh seperti saya. Walau kadang kita sering bertengkar, tapi saya sayang sekali sama kamu dek..

Yang tak terlupakan untuk pembimbing saya Drs. H. Yahya, M.A , Bapak yang selalu meluangkan waktunya, membimbing dengan penuh kesabaran, serta memberikan nasihat kepada kami, yang akhirnya saya bisa menyelesaikan penelitian ini.

Serta yang tak akan pernah terlupakan sesuatu yang saya sebut keajaiban selama berada di Malang, Sahabat-sahabat saya Ifa, Sesar, Dewik, Mita, Fira, Ofik, Riri, Boim, Habib, Makcik dan semuanya yang tidak disebutkan disini. Terima kasih telah menjadi cahaya terang saat dunia saya terasa gelap dan sepi, terima kasih atas motivasi yang tak pernah bosan kalian berikan saat saya lelah dalam mengerjakan penelitian ini.

Keluarga besar Kost BULE, Dinda, Putri, De Dica yang memberikan keceriaan saat berada di rumah ke dua selama di Malang.

Member of Abel House, Nindy, Putra, Gendut, Tantan, Ngek, Keceng, Haril, Bang Ben, Gogot, Ebes, yang juga banyak membantu dalam melancarkan pembuatan skripsi ini.

Keluarga Besar FORMASI DELTA Sidoarjo yang banyak memberikan pelajaran dan kesan yang mendalam selama ini.

Semua sahabat/i khususnya di rayon “Penakluk Al-Adawiyah”.

Terima kasih telah menjadi penyemangat tersendiri bagi saya 😊



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrohim.

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan laporan penelitian yang berjudul **“Perbedaan Kontrol Diri (*Self Control*) pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UIN Malang) Angkatan 2014-2015”**, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana S-1 di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.

Peneliti menyadari bahwa dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti mendapat bantuan yang sangat besar dari berbagai pihak. Dengan tulus dan rendah hati peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Mudjia Rahardjo, M. Si Selaku Rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag Selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Drs. H. Yahya, M.A selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dengan penuh kesabaran.
4. Keluarga besar yang selalu memberi kasih sayang, dukungan dan doa kepada penulis untuk bisa menjalani studi dengan hasil yang baik dan sukses.
5. Segenap dosen Fakultas Psikologi yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama masa perkuliahan di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan seluruh staf yang selalu sabar melayani segala administrasi selama proses penelitian ini.

6. Teman-teman psikologi angkatan 2012 dan keluarga besar psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan banyak pelajaran.
7. Dan semua pihak yang telah mendukung peneliti berbagai hingga terselesaikannya penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Pada laporan ini, peneliti menyadari masih jauh dari kesempurnaan karena terbatasnya pengetahuan dan keterampilan yang peneliti miliki, untuk itu peneliti mengharapkan saran yang bersifat membangun guna penyempurnaan laporan penelitian ini. Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga karya ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu dan pengaplikasiannya.

Malang, 2016
Peneliti,

Aisditaniar Rahmawati
NIM. 12410081

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PENYATAAN.....	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan.....	8
D. Manfaat.....	9
BAB II KAJIAN TEORI.....	10
A. Kontrol Diri.....	10
1. Definisi Kontrol Diri.....	10
2. Aspek-aspek Kontrol Diri.....	13
3. Jenis-jenis Kontrol Diri.....	16
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	17
B. Perilaku Merokok.....	18
1. Definisi Perilaku Merokok.....	18
2. Aspek-aspek Perilaku Merokok.....	20
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok.....	22
C. Kontrol Diri dan Perilaku Merokok Dalam Perspektif Islam.....	26
1. Kontrol Diri Dalam Perspektif Islam.....	26
2. Perilaku Merokok Dalam Perspektif Islam.....	27
D. Perbedaan Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok.....	30
E. Hipotesis.....	33
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
A. Rancangan Penelitian.....	34
B. Identifikasi Variabel.....	35
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	35
D. Populasi dan Sampel.....	36
1. Populasi.....	36
2. Sampel.....	37
E. Teknik Pengumpulan Data.....	38
1. Metode Skala.....	38
2. Metode Observasi.....	41
3. Metode Wawancara.....	41
F. Uji Validitas dan Realitas.....	41

1. Uji Validitas	41
2. Uji Reabilitas	44
G. Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
A. Kondisi Geografis	47
1. Kota Malang.....	47
2. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang	48
B. Hasil Penelitian	49
1. Deskripsi Data Penelitian.....	50
2. Deskripsi Data Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok.....	52
1) Hasil Deskripsi Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok	52
2) Hasil Deskripsi Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek	54
3. Uji Asumsi	59
1) Uji Normalitas	59
2) Uji Homogenitas	60
3) Uji Hipotesis Penelitian (Uji-T)	61
C. Pembahasan	62
1. Deskripsi Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok.....	62
2. Perbedaan Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok.....	71
3. Perbedaan Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok yang Nampak Secara Spesifik	80
BAB V PENUTUP.....	83
A. Kesimpulan.....	83
B. Saran	84
DAFTAR PUSTAKA.....	86
LAMPIRAN.....	89

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Kategorisasi Tingkat Kontrol Diri.....	52
Gambar 4.2 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Keseluruhan	65
Gambar 4.3 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok	66
Gambar 4.4 Diagram Tingkat Kontrol Diri Berdasarkan Aspek	67
Gambar 4.5 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek <i>Self Discipline</i>	74
Gambar 4.6 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek <i>Delibirate/ Nonimpulsif</i>	76
Gambar 4.7 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek <i>Healty Habbits</i>	77
Gambar 4.8 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek <i>Work Ethic</i>	78
Gambar 4.9 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek <i>Reliability</i>	79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Reliabilitas dan Validitas <i>Self-Control Scale</i>	39
Tabel 3.2 Blue Print <i>Self-Control Scale</i>	40
Tabel 3.3 Sebaran Aitem Valid dan Aitem Gugur Skala Kontrol Diri.	42
Tabel 3.4 Distribusi Aitem Kontrol Diri untuk Penelitian	43
Tabel 3.5 Reliabilitas Kontrol Diri pada Uji Coba.....	44
Tabel 3.6 Reliabilitas Kontrol Diri pada Penelitian	45
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek Penelitian	50
Tabel 4.2 Deskripsi Skor Empirik dan Hipotetik.....	50
Tabel 4.3 Kategorisasi Tingkat Kontrol Diri.....	51
Tabel 4.4 Deskripsi Data Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok	53
Tabel 4.5 Deskripsi Data Tingkat Kontrol Diri Berdasarkan Aspek.....	54
Tabel 4.6 Deskripsi Data Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek	56
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas	60
Tabel 4.8 Hasil Homogenitas	60
Tabel 4.9 Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test</i> Kontrol Diri	61

ABSTRAK

Jarwanto, Aisditaniar Rahmawati. (2016). Perbedaan Kontrol Diri (*Self Control*) pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok di Universitas Islam Negeri Malang Angkatan 2014-2015. *Skripsi*, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: Drs. H. Yahya, M.A

Kata kunci : Kontrol Diri, Perilaku Merokok

Perilaku merokok merupakan kegiatan menghisap asap tembakau yang telah menjadi cerutu kemudian disulut api (Oskamp, dalam Susmiati: 2003). Ada dua tipe merokok, pertama adalah menghisap rokok secara langsung yang disebut perokok aktif, dan yang ke dua mereka yang secara tidak langsung menghisap rokok, namun turut menghisap asap rokok disebut perokok pasif. Perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri, juga disebabkan faktor lingkungan. Salah satu faktor yang dibutuhkan dalam diri individu agar individu tersebut mampu mengatur keadaan dirinya dalam mengarahkan perilakunya ialah kontrol diri (Harahap, 2015:19).

Kontrol diri merupakan kemampuan dalam diri individu yang digunakan untuk mengontrol tindakan langsung terhadap lingkungan, pemahaman makna terhadap peristiwa dan kontrol terhadap alternatif suatu pilihan. (Averill, 1973: 286). Hal ini diperlukan dalam diri individu untuk mengatur mereka dalam berperilaku maupun bertindak.

Tujuan penelitian ini adalah: 1) untuk mengetahui tingkat kontrol diri yang ada pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok, 2) untuk mengetahui perbedaan kontrol diri yang ada pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan strategi penelitian komparatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan jumlah total 200 responden yakni 100 orang Mahasiswa perokok dan 100 orang Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2014-2015. Adapun instrumen yang digunakan adalah adaptasi dari skala *Self Control Scale* (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2014-2015. Namun secara keseluruhan tingkat kontrol diri yang dimiliki mereka berada pada kategori sedang. Berdasar hasil penelitian diperoleh 21% Mahasiswa yang memiliki kontrol diri tinggi dengan jumlah 42 orang, 77% Mahasiswa memiliki kontrol diri sedang dengan jumlah 154 orang, dan 2% Mahasiswa memiliki kontrol diri rendah dengan jumlah 4 orang. Jika ditinjau berdasarkan aspek yang ada, kontrol diri pada Mahasiswa nonperokok lebih tinggi dibandingkan dengan Mahasiswa perokok.

ABSTRACT

Jarwanto, Aisditanar Rahmawati. 2016. *The Differences of Self-Control on smoker and nonsmoker's Students in the State Islamic University of Malang 2014-2015*. Thesis, Faculty of Psychology of the State Islamic University Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor: Drs. H. Yahya, M.A

Keywords: *Self-Control, Smoking Behavior*

Smoking is an activity that sucks tobacco smoke that has been becoming a cigar then it is ignited with fire (Oskamp, in Susmiati 2003). There are two types of smoke, the first is direct smoking that is called active smokers, and the second is indirect smoker, but also suck smoke is called secondhand smoke. Smoking behavior is attributed to factors from within, also caused by environmental factors. One of the factors required in the individual to the individual's ability to regulate the conditions of behavior controlling is self-control (Johnson, 2015: 19).

Self-control is the ability of an individual to control the use of direct action on the environment, understanding the meaning of events and control over an alternative option. (Averill, 1973: 286). It is necessary in the individual to organize the behavior and act.

The purpose of this study were: 1) to determine the level of self-control on existing smokers and nonsmokers Students, 2) to determine differences of self-control that are in smokers and nonsmokers Students. This study used quantitative strategies of comparative research. The data used purposive sampling with a total of 200 respondents of 100 student's smokers and 100 nonsmokers Students at the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang 2014-2015. The instrument used an adaptation of the scale of Self Control Scale (Tangney, Baumeister, & Boone, 2004).

The results of this study indicated that there were differences of the level of self-control on the smokers and nonsmokers Students at the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang 2014-2015. The overall level of self-control was owned in middle category. Based on the results obtained by 21% Students who had high self-control with 42 students, 77% of students have self-control, namely of 154 students, and 2% student had low of self-control, namely 4 students. If reviewed based on the existing, self-control on the nonsmoker's students were higher than the smoker's student.

مستخلص البحث

جارونتو، أئيسديتانيا رهاموتى. ٢٠١٦. الاختلافات في التحكم الذاتي (*Self Control*) على طلاب المدخنين و الطلاب غير المدخنين في جامعة الإسلامية الحكومية في السنة الدراسية ٢٠١٤-٢٠١٥. بحث جامعي، كلية علم النفس جامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج.

المشرف: يحيى الحج الماجستير

كلمات الرئيسية: التحكم الذاتي ، الكحوليات التدخين

الكحوليات التدخين هو الحدث الذي تمتص دخان الذى أصبح السيجار ثم أشعلت النار (أوسكام، نى سومياتى ٢٠٠٣). هناك نوعان من الدخان، الاول، تدخين المباشرة هو المدخنين النشط ، والثاني، التدخين غير المباشر، ولكن تمتص أيضا ما يسمى دخان التدخين السلبي. ويعزى سلوك التدخين لعوامل من الداخل، وأيضا بسبب العوامل البيئية. أحد العوامل المطلوبة في الفرد إلى قدرة الفرد على تنظيم شروط سلوك القيادة له هو ضبط النفس (هاراهف، ١٩:٢٠١٥)

ضبط النفس هو قدرة الفرد على السيطرة على استخدام العمل المباشر على البيئة، وفهم معنى الأحداث والسيطرة على بديل خيار (افريل، ٢٨:١٩٦٣) فمن الضروري في الفرد لتنظيم السلوك او الفعل.

واما الغرض من هذه الدراسة: (١) لتحديد مستوى الرقابة الذاتية على الطلاب المدخنين والطلاب غير مدخنين ، (٢) لتحديد الاختلافات في ضبط النفس هم الطلاب مدخنين وغير مدخنين. تستخدم هذه الدراسة الاستراتيجيات الكمية من البحث المقارن. البيانات المستخدمة هي أخذ العينات هادفة مع ما مجموعه ٢٠٠ العينات من ١٠٠ طلاب المدخنين و ١٠٠ طلاب غير المدخنين في جامعة الإسلامية الحكومية في السنة الدراسية ٢٠١٤-٢٠١٥. والأداة المستخدمة للتكيف من نطاق مراقبة مقياس الذاتي (تنغني، باوميسستير، ويون، ٢٠٠٤)

وتشير نتائج هذه الدراسة إلى وجود فروق في مستوى الرقابة الذاتية على الطلاب المدخنين وغير مدخنين في جامعة الإسلامية الحكومية في السنة الدراسية ٢٠١٤-٢٠١٥. لكن المستوى العام من ضبط النفس أنها مملوكة في الفئة المتوسطة. واستنادا إلى النتائج التي تم الحصول عليها بنسبة ٢١٪ للطلاب الذين لديهم عالية ضبط النفس مع ٤٢ اشخاص، ٧٧٪ الطلاب لديهم ضبط النفس المتوسطة هو عدد ١٥٤ اشخاص ، و ٢٪ الطالبان يتلقان مع انخفاض ضبط النفس يعني ٤ اشخاص. إذا كان قائما على الاستعراض على القائمة، وضبط النفس الطلاب غير المدخنين أعلى من طلاب المدخنين

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Merokok merupakan suatu kegiatan yang sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari, khususnya pada kaum lelaki. Menurut Sukendro, merokok bagi sebagian besar masyarakat Indonesia adalah suatu pola perilaku yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. (dalam Martini 2014: 120)

Bagi masyarakat Indonesia perilaku merokok pada kaum lelaki merupakan hal yang dianggap normal. Bahkan perilaku merokok pada kaum lelaki di Indonesia dianggap sebagai simbol kejantanan (Ng, dkk., dalam Martini, 2014: 121).

Berbicara tentang perilaku merokok tentunya tidak lepas dari banyaknya jumlah perokok itu sendiri. Jumlah perokok di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Tak terkecuali jumlah perokok usia muda. Berdasarkan data terakhir Riset Kesehatan Dasar 2013, perokok aktif mulai dari usia 10 tahun ke atas berjumlah 58.750.592 orang. Hasil penelitian pun menunjukkan, setiap hari ada 616.881.205 batang di Indonesia atau 225.161.640.007 batang rokok dibakar setiap tahunnya. Jika harga 1 batang rokok Rp 1.000, maka yang dikeluarkan lebih dari 225 triliun Rupiah (kompas.com, 3 Juni 2015).

Salah satu kebiasaan merokok yang hampir tidak pernah dilewatkan oleh kaum lelaki ialah merokok setelah makan. Padahal telah dijelaskan bahwa merokok setelah makan adalah hal yang membahayakan tubuh. Menurut apoteker berkebangsaan Nigeria, Lanre Alege dari Universitas Ilorin Teaching Hospital mengatakan bahwa satu batang rokok yang dihisap setelah makan, bahayanya sama dengan merokok 10 batang. Hal ini disebabkan karena peredaran darah pada saluran pencernaan setelah makan meningkat, akibatnya sejumlah besar kandungan dalam rokok yang tidak baik bagi kesehatan diserap, sehingga bisa merusak hati, otak besar dan pembuluh darah jantung dan menyebabkan mempercepat penyakit terkait aspek-aspek ini. Kerusakan organ dalam tubuh akan menjadi lebih cepat dan risiko terkena kanker juga menjadi lebih besar (Setiawati, 2015).

Hasil wawancara awal yang didapat oleh peneliti bahwa salah satu subyek menyebut bahwa merokok setelah makan itu merupakan surga dunia. Jika hal tersebut terlewat maka akan terasa ada yang hilang dari dirinya.

“Ngerokok mari mangan iku, beehh... surga dunia loh tak!”, begitu katanya (wawancara dengan GAP, 15 Februari 2016).

Selain merokok setelah makan, merokok di tempat umum juga merupakan hal yang sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari, sekalipun tempat tersebut terdapat larangan untuk merokok. Subyek lain memaparkan pada peneliti bahwa jika hasrat ingin merokoknya muncul,

sesegera mungkin hal tersebut harus segera dituntaskan. Bahkan saat berada di kelas perkuliahan, subyek rela izin ke kamar mandi demi menuntaskan hasratnya menghisap benda kecil yang mengandung nikotin tersebut (wawancara dengan MSA, 30 Januari 2016).

Rokok juga telah menjadi gaya hidup dan citra diri seseorang yang sehat. Rokok dapat membuat seseorang yang menghisapnya merasa tenang dan percaya diri, begitu pengakuan dari sebagian orang yang menganggap dirinya sebagai perokok aktif (Mangoenprasodjo, 2005: 47).

Perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri, juga disebabkan faktor lingkungan. Salah satu faktor yang dibutuhkan dalam diri individu agar individu tersebut mampu mengatur keadaan dirinya dalam mengarahkan perilakunya ialah kontrol diri (Harahap, 2015:19).

Menurut Goldfried dan Merbaum (dalam Lazarus, 1976) kontrol diri berarti suatu proses yang menjadikan individu sebagai agen utama dalam membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk-bentuk perilaku yang dapat membawanya ke arah konsekuensi positif. Sarafino (1998) juga memaparkan bahwa kontrol diri juga diperlukan untuk mengatur perilaku yang diinginkan untuk menghadapi stimulus sehingga menghasilkan akibat yang diinginkan dan menghindari hal yang tidak diinginkan.

Terdapat dua alasan mengapa individu harus mengontrol dirinya

terus menerus. Pertama, dalam kehidupan ini individu tidak hidup sendirian melainkan hidup dalam keadaan berkelompok dan individu mempunyai kebutuhan untuk memuaskan keinginan dan kebutuhan. Agar tidak mengganggu kenyamanan serta melanggar keselamatan orang lain dan dirinya sendiri maka individu harus mengontrol perilakunya. Ke dua, masyarakat menghargai kemampuan, kebaikan dan hal-hal yang harus diterima lainnya yang dimiliki oleh individu (Calhoun, & Accocella., 1990).

Averill mengemukakan bahwa kontrol diri ialah kemampuan dalam diri individu yang digunakan untuk mengontrol tindakan langsung terhadap lingkungan, pemahaman makna terhadap peristiwa dan kontrol terhadap alternatif suatu pilihan. (1973: 286)

Kontrol diri pada setiap individu tidak selalu sama. Setiap individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi namun ada pula individu yang memiliki kontrol diri yang rendah (Widiana, dkk., 2004).

Bagi beberapa kaum lelaki yang merokok, ketika sedang menghisap rokok hal yang dirasakan ialah ketenangan apalagi saat sedang banyak masalah. Rasa percaya diri juga akan muncul ketika mereka bisa menunjukkan bahwa diri mereka adalah seorang perokok. Ketertarikan pada lawan jenis juga menjadi pertimbangan untuk merokok agar terlihat keren (wawancara dengan PK, 30 Januari 2016).

Berbeda lagi dengan kaum lelaki yang tidak merokok, bagi mereka

tanpa rokok hidup mereka sudah merasa tenang dan percaya diri. Karena ketenangan dan percaya diri datangnya bukan dari rokok tersebut melainkan dari diri sendiri. (wawancara dengan HR, 30 Januari 2016).

Perbedaan lain yang ditemukan oleh peneliti dalam observasi awal penelitian ini ialah saat individu yang merokok dan individu yang tidak merokok dihadapkan dalam keadaan dimana mereka harus mengambil keputusan. Individu yang merokok cenderung santai dan cenderung menganggap mudah permasalahan, sedangkan individu yang tidak merokok selalu memikirkan suatu permasalahan dengan serius sehingga jangan sampai terjadi kesalahan dalam pengambilan keputusan.

Adanya paparan tersebut menjadi tolak ukur dalam berlangsungnya penelitian ini. Apakah benar pada individu yang merokok terdapat kontrol diri yang rendah, begitu pula sebaliknya pada individu yang tidak merokok terdapat kontrol diri yang tinggi. Atau justru pada individu yang tidak merokok terdapat kontrol diri yang rendah dan pada individu yang merokok terdapat kontrol diri yang tinggi mengingat yang akan diukur dalam penelitian ialah seberapa besar kemampuan individu dalam menguasai aspek-aspek kontrol diri, yang dipaparkan oleh Tangney, Baumeister, & Boone (2004) meliputi kemampuan dalam hal yang berkaitan dengan: *Self-discipline*, *Deliberate/nonimpulsive*, *Healthy habits*, *Work ethic*, dan *Reliability*. Jadi penelitian ini tidak hanya berfokus pada perilaku merokok yang ada pada diri individu, namun juga berfokus pada aspek-aspek kontrol diri secara umum yang ada pada diri individu itu

sendiri.

Penelitian ini mengambil subyek Mahasiswa yang ada di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UIN Malang). Alasan peneliti mengambil subyek tersebut ialah karena UIN Malang merupakan kampus dengan *basic* pendidikan islami dimana setiap Mahasiswanya diharuskan memiliki akhlaq yang baik. Perilaku merokok merupakan salah satu kegiatan yang tidak selalu dinilai baik oleh semua orang. Dalam Islam sendiri perilaku tersebut juga dihukumi sebagai sesuatu yang makruh. Selain itu karena Mahasiswa merupakan sosok individu yang mulai berada di masa perkembangan dewasa awal.

Menurut Hurlock (2002) orang dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. Sedangkan Santrock (2012) mengatakan bahwa masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai umur 25 tahun, saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif.

Identitas sebagai Mahasiswa mengharuskan individu mampu mengatur segala kebutuhan hidupnya selama berada jauh dari pengawasan Orangtua mulai dari kebutuhan primer hingga sekunder. Tentunya rokok menjadi salah satu kebutuhan yang harus dipenuhi bagi mahasiswa yang menganggap dirinya sebagai perokok aktif. Sedangkan bagi mahasiswa yang tidak merokok, tidak menutup kemungkinan bahwa ada kebutuhan lain yang terkadang membuat mereka sulit mengontrol diri dalam hal

pembelian kebutuhan. Hal tersebut memperkuat apa yang dikemukakan oleh Kenniston bahwasannya masa muda adalah periode kesementaraan ekonomi dan pribadi, dan perjuangan antara ketertarikan pada kemandirian dan menjadi terlibat secara sosial (Santrock, 2012).

Beberapa hal yang telah dijelaskan di atas mengantarkan peneliti pada penelitian dengan judul “*Perbedaan Kontrol Diri (Self Control) pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Non-Perokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UIN Malang)*”, setelah sebelumnya telah dilakukan penelitian oleh Komolohadi dan Ulhaq (2008) yang meneliti hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok dengan hasil semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku merokok, serta semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi perilaku merokok. Serta penelitian yang dilakukan oleh Tangney, dkk (2004) yang meneliti kontrol diri seseorang dalam hal penyesuaian diri, kesehatan diri, nilai yang baik, serta kesuksesan dalam hubungan interpersonal yang dimuat dalam jurnal berjudul *High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success*.

Pada penelitian ini akan dijelaskan bagaimana kontrol diri yang nampak secara umum pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa non-perokok serta perbedaan yang ada pada aspeknya.

B. Rumusan Masalah

Adanya paparan yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok?
2. Apakah ada perbedaan kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok?
3. Bagaimana perbedaan tingkat kontrol diri yang terlihat pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok?

C. Tujuan

Tujuan dari adanya penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok.
2. Untuk mengetahui adanya perbedaan kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok.
3. Untuk mengetahui sejauh mana perbedaan tingkat kontrol diri yang terlihat pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok

D. Manfaat

Manfaat yang diharapkan dari adanya penelitian ini ialah:

1. Secara Teoritis, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan kajian lebih lanjut bagi para peneliti lain maupun masyarakat umum serta diharapkan dapat memberikan manfaat guna menambah khasanah keilmuan berkaitan studi mengenai kontrol diri yang ada pada diri seorang perokok. Selain itu juga dapat dipergunakan sebagai referensi untuk perbaikan pencegahan dan penanganan perilaku merokok pada Mahasiswa di masa yang akan datang.
2. Secara Praktis, Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada Mahasiswa di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UIN Malang) mengenai kontrol diri yang ada pada diri mereka. Serta untuk meningkatkan kontrol diri mereka jika hal ini tidak mampu mengurangi frekuensi perilaku merokok pada Mahasiswa, khususnya bagi mereka yang merokok

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kontrol Diri

1. Definisi Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungan. Selain itu, kontrol diri juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi (Ghufron, & Risnawati., 2010: 21-22).

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.

Calhoun dan Acocella (1990) mendefinisikan kontrol diri (*self-control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dalam membentuk dirinya sendiri.

Goldfried dan Merbaum mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif (dalam Lazarus, 1976).

Snyder dan Gangestad (1986) 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 yang situasional.

Mahoney dan Thoresen menyebutkan bahwa kontrol diri merupakan jalinan secara utuh (*integrativeI*) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu yang memiliki kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat dalam berperilaku pada kehidupan sehari-harinya (dalam Ghufron, & Risnawati., 2010: 22).

Self-control di definisikan sebagai kemampuan individu untuk menahan diri atau mengarahkan diri ke arah yang lebih baik ketika di hadapkan dengan godaan-godaan (keadaan dimana remaja mampu berkata iya tetapi ia menahan diri sehingga mengatakan tidak) (Baumeister, Forster, & Vohs, 2012).

Averill mengemukakan bahwa kontrol diri ialah kemampuan dalam diri individu yang digunakan untuk mengontrol tindakan langsung terhadap lingkungan, pemahaman makna terhadap peristiwa dan kontrol terhadap alternatif suatu pilihan. (1973: 286).

Sarafino (1998) juga memaparkan bahwa kontrol diri diperlukan untuk mengatur perilaku yang diinginkan untuk menghadapi stimulus sehingga menghasilkan akibat yang diinginkan dan menghindari hal yang tidak diinginkan.

Calhoun, & Accocella menjelaskan mengapa individu harus mengontrol dirinya terus menerus. Pertama, dalam kehidupan ini individu tidak hidup sendirian melainkan hidup dalam keadaan berkelompok dan individu mempunyai kebutuhan untuk memuaskan

keinginan dan kebutuhan. Agar tidak mengganggu kenyamanan serta melanggar keselamatan orang lain dan dirinya sendiri maka individu harus mengontrol perilakunya. Ke dua, masyarakat menghargai kemampuan, kebaikan dan hal-hal yang harus diterima lainnya yang dimiliki oleh individu (dalam Ghufron, & Risnawati, 2010: 23).

Hurlock menjelaskan bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan yang ada dalam dirinya. Berdasarkan konsep ilmiah, pengendalian emosi berarti mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Terdapat dua kriteria yang menentukan apakah kontrol emosi dapat diterima secara sosial atau tidak. Kontrol emosi dapat diterima apabila reaksi yang muncul dari masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun tidak hanya reaksi positif, hal lain yang perlu diperhatikan ialah efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis. Sebaiknya kontrol emosi tidak membahayakan individu baik secara fisik maupun psikis. Artinya, dengan mengontrol emosi kondisi fisik dan psikis individu harus membaik (dalam Ghufron, & Risnawati., 2010: 23).

Hurlock (1973) juga menyebutkan bahwa terdapat tiga kriteria emosi, diantaranya:

- 1) Dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima secara sosial.
- 2) Dapat memahami seberapa banyak kontrol yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.

- 3) Dapat menilai situasi secara kritis sebelum meresponsnya dan memutuskan cara bereaksi terhadap suatu situasi tertentu.

Berdasarkan pengertian - pengertian para ahli yang telah dipaparkan diatas maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri (*self-control*) ialah suatu kemampuan dalam diri individu dalam mengendalikan tingkah laku, yaitu dengan melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum berperilaku. Kontrol diri juga merupakan salah satu kemampuan dalam menahan emosi, dimana individu mampu membaca situasi atau keadaan sehingga individu tersebut dapat berperilaku sesuai dengan norma sosial yang ada di lingkungan sekitarnya.

2. Aspek - aspek Kontrol Diri

Menurut Averill terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu:

- 1) Kontrol perilaku (*Behavior control*), merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, pertama ialah mengatur pelaksanaan (*regulated administration*), merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi dan keadaan. Apakah diri individu itu sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila mampu individu tersebut akan menggunakan sumber eksternal. Ke dua, kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*), yaitu

kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.

- 2) 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*). Adanya informasi pada diri individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Individu yang melakukan penilaian berarti individu tersebut berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan dan peristiwa dengan cara memerhatikan segi-segi positif secara subjektif.
- 3) Mengontrol keputusan (*Decesional control*), merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada apa 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 (dalam Ghufron, & Risnawati., 2010: 29-31).

Sedangkan menurut Tangney, Baumeister, & Boone (20014: 282-283) menyatakan bahwa terdapat lima aspek dalam kontrol diri (*Self*

control), yaitu:

- 1) *Self-discipline*, yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Hal ini berarti individu mampu memfokuskan diri pada saat melakukan tugas. Individu dengan *self-discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.
- 2) *Deliberate/nonimpulsive*, yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang bekerja, ia cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong *nonimpulsive* mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak.
- 3) *Healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu. Oleh karena itu, individu dengan *healthy habits* akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan. Individu dengan *healthy habits* akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung.
- 4) *Work ethic*, yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka di dalam layanan etika kerja. Individu mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik tanpa dipengaruhi oleh hal-hal di luar tugasnya meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan. Individu dengan *work ethic* mampu memberikan perhatiannya pada

pekerjaan yang sedang dilakukan.

- 5) *Reliability*, yaitu aspek yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya untuk mewujudkan setiap perencanaannya.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kontrol diri menurut Averill meliputi: kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa, kemampuan menafsirkan peristiwa, dan kemampuan mengambil keputusan. Sedangkan aspek-aspek kontrol diri menurut Tangney, Baumeister, & Boone meliputi kemampuan dalam hal yang berkaitan dengan: *Self-discipline*, *Deliberate/nonimpulsive*, *Healthy habits*, *Work ethic*, dan *Reliability*.

Sedangkan dalam penelitian ini yang digunakan sebagai acuan dalam pembuatan alat ukur ialah aspek-aspek kontrol diri menurut Tangney, Baumeister, & Boone yang meliputi kemampuan dalam hal yang berkaitan dengan: *Self-discipline*, *Deliberate/nonimpulsive*, *Healthy habits*, *Work ethic*, dan *Reliability* mengingat yang akan diukur dalam penelitian ini ialah tingkat kontrol diri individu secara umum.

3. Jenis - jenis Kontrol Diri

Menurut Block dan Block (dalam Ghufron, & Risnawati., 2010: 29-31) terdapat tiga jenis kontrol diri, yaitu:

- 1) *Over control*, merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus.
- 2) *Under control*, merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan masak.
- 3) *Appropriate control*, merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

Berdasarkan apa yang telah dijelaskan diatas, dapat diketahui bahwa setiap individu memiliki kontrol diri yang berbeda. Ada individu yang mampu mengontrol dirinya secara baik, namun ada juga individu yang perlu meningkatkan lagi kontrol diri yang ada pada dirinya.

4. Faktor - faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Sebagaimana yang dipaparkan oleh Ghufroon, & Risnawati (2010:

32) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kontrol diri. Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ialah:

- 1) Faktor internal, yang ikut andil terhadap kontrol diri ialah usia. Semakin bertambahnya usia seorang individu, maka semakin baik kemampuan mengontrol dirinya.
- 2) Faktor eksternal, salah satunya ialah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana seorang individu mengontrol diri.

Adanya penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Salah satunya ialah

faktor usia dan lingkungan keluarga.

B. Perilaku Merokok

1. Definisi Perilaku Merokok

Menurut 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.

Merokok berarti membakar tembakau dan daun tar, dan menghisap asap yang dihasilkannya (Husaini, 2006: 21). Menurut Oskamp (dalam Susmiati: 2003) perilaku merokok adalah kegiatan menghisap asap tembakau yang telah menjadi cerutu kemudian disulut api. Tembakau berasal dari tanaman *nicotiana tabacum*. Menurutny ada dua tipe merokok, pertama adalah menghisap rokok secara langsung yang disebut perokok aktif, dan yang ke dua mereka yang secara tidak langsung menghisap rokok, namun turut menghisap asap rokok disebut perokok pasif.

Menurut Kendal & Hammen, 1998 (dalam komalasari: 2002) perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang sangat merugikan, baik untuk diri sendiri maupun orang disekelilingnya. Dilihat dari sisi

kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang di kandung rokok seperti nikotin, CO (Karbonmonoksida) 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 bisa 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).

Tembakau atau rokok termasuk zat adiktif karena manimbulkan ketagihan dan ketergantungan, sama halnya dengan naza (narkotika, alkohol, dan zat adiktif). Sehingga mereka yang sudah ketagihan tembakau atau rokok bila pemakaiannya dihentikan secara langsung akan timbul sindrom putus tembakau, atau ketagihan atau ketergantungan tembakau. Gejala ketagihan tembakau atau rokok seperti perasaan tidak enak di mulut, emosi tidak stabil, terlihat sedikit gelisah, gangguan konsentrasi, mengantuk dan nyeri kepala. Merokok, di samping merugikan kesehatan, secara ekonomi juga merugikan ekonomi keluarga, khususnya bagi keluarga yang kurang mampu.

Menurut Nainggolan (2001: 28) asap rokok mengandung 4000 bahan kimia yang dapat membahayakan tubuh termasuk diantaranya:

Aceton (bahan pembuat cat), *Toluidine* (pelarut industri), *Ammonia* (pencuci lantai), *Methanol* (bahan api roket), *Napthalene* (bahan kapur barus), DDT (bahan pembunuh serangga), *Butane* (minyak lighter), *Hydrogen cyanide* (gas yang digunakan untuk hukuman mati), *Cadmium* (digunakan untuk accu mobil), *Polonium -201* (bahan radioaktif). Demikian hebatnya asap rokok, rokok yang di hisap mengeluarkan bahan beracun. Ditambahkan lagi oleh Adit (2002: 17) yang membuat perokok merasa ketagihan dengan rokok karena adanya kandungan nikotin yang ada pada rokok tersebut. Zat ini menjadi zat utama pada tembakau. Nikotin adalah obat perangsang yang memiliki efek yang berlawanan, yang dapat memberi rangsangan tetapi sekaligus menenangkan.

Dari beberapa pengertian merokok di atas dapat disimpulkan bahwa rokok adalah hasil olahan tembakau dan daun tar yang terbungkus, sejenis cerutu atau bentuk lainnya. Sedangkan perilaku merokok adalah kegiatan menghisap asap tembakau yang telah menjadi cerutu setelah disulut api. Rokok merupakan barang yang mengandung nikotin dan zat-zat lainnya yang mengakibatkan ketergantungan bagi orang yang memakainya.

2. Aspek-aspek Perilaku Merokok

Laventhal (dalam Husaini, 2006) memaparkan bahwa aspek dari perilaku merokok dapat dilihat dari:

- 1) Fungsi merokok, hal ini ditunjukkan oleh perasaan yang dirasakan oleh individu ketika sedang merokok. Perasaan tersebut dapat berupa

perasaan positif, biasa digambarkan dengan perasaan tenang dan perasaan negatif yang biasa digambarkan dengan perasaan gelisah. Fungsi merokok disini begitu penting bagi individu yang merokok dalam kesehariannya.

- 2) Intensitas merokok, hal ini digambarkan dengan jumlah batang rokok yang dikonsumsi oleh individu yang merokok. Intensitas merokok individu dianggap tinggi dapat dilihat dari jumlah batang rokok yang dihisap setiap harinya.
- 3) Tempat merokok, menunjukkan tempat dimana individu biasa merokok. Individu yang memiliki tingkat perilaku merokok tinggi dapat dilihat dari saat individu tersebut merokok. Bahkan di tempat yang terdapat larangan merokok pun, individu tersebut tetap merokok.
- 4) Waktu merokok, menunjukkan individu yang merokok disegala waktu baik pagi, siang, atau malam. Individu dengan perilaku merokok tinggi akan merokok dalam setiap waktu dan kesempatan (Harahap, 2015: 23).

Adanya paparan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek dari perilaku merokok ialah, fungsi merokok, intensitas merokok, tempat merokok, dan waktu merokok. Individu yang memiliki perilaku merokok tinggi dapat dilihat dari tingginya perilaku pada aspek yang ada.

3. 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.

Beberapa profesi bahkan mewajibkan merokok. Bidang-bidang yang berkaitan dengan konsentrasi tinggi, seperti seni dan kerja intelektual. Menurutnya tanpa rokok mereka tidak bisa mengerjakan pekerjaannya secara optimal dan tidak bisa berfikir (Adit, 2002: 4).

Betapa banyak anak remaja yang merokok hanya karena mereka 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 para ABG ini merokok karena sekedar ingin mengikuti trend yang ada disekitarnya (Husaini, 2006; 27).

Merokok dapat mendatangkan berbagai kenikmatan. Banyak perokok yang mengaku tidak bisa berhenti merokok karena merokok dapat menenangkan pikiran. Padahal semakin banyak rokok yang terisap,

perokok akan mengalami berbagai penyakit, ujarnya.

Sementara Kar mengemukakan terbentuknya perilaku merokok tergantung dari beberapa fungsi yaitu, (1) niat atau behaviour intention seseorang untuk merokok. Niat dipengaruhi oleh kepentingan pribadi; (2) dukungan sosial masyarakat sekitar atau social support, yang mendorong seseorang untuk merokok; (3) informasi atau accesibility of information. Kurangnya informasi karena ketidaktahuan tentang bahaya rokok menyebabkan dia merokok; (4) otonomi pribadi atau personal outonomy dalam mengambil tindakan atau keputusan untuk merokok atau tidak; (5) situasi atau action situation yaitu situasi yang memberi kemungkinan untuk merokok (Ariani, dalam susmiati, 2003: 21).

Banyak alasan yang memicu perempuan 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.

Seperti yang diungkapkan oleh Leventhal & Clearly (2002: 3) terdapat 4 tahap dalam perilaku merokok sehingga menjadi perokok yaitu:

- 1) Tahap *Preparatory*. Seseorang mendapatkan gambaran yang menyenangkan mengenai perokok dengan cara mendengar, melihat atau dari hasil bacaan. yang menyebabkann minat untuk merokok.
- 2) Tahap *Innitiation*. Tahap perintisan merokok yaitu tahap apakah seseorang akan meneruskan ataukah tidak terhadap perilaku merokok.
- 3) Tahap *becoming a smoker*. Apabila seseorang telah mengkonsumsi

rokok sebanyak 4 batang per hari maka mempunyai kecenderungan menjadi perokok.

- 4) Tahap *maintenance of smoking*. Tahap ini merokok sudah menjadi salah satu bagian dari cara pengaturan diri (*self-regulating*). Merokok dilakukan untuk memperoleh efek fisiologis yang menyenangkan.

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:

- 1) Pandangan Positif Rokok, 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) bahwa rokok dapat menghadirkan khayalan, rokok dapat menenangkan pikiran, rokok dapat menghadirkan teman, rokok dapat menjadi persahabatan, rokok dapat mengendurkan otot-otot yang tegang, serta dapat menghadirkan kepuasan.
- 2) Pandangan Negatif Rokok, meski semua orang tahu akan bahaya yang ditimbulkan akibat merokok, perilaku merokok tidak pernah surut dimata para perokok. Menurut Aditama (1996: 29) rokok mengandung lebih dari 700 jenis bahan kimia tambahan diantaranya nikotin yang mengakibatkan kecanduan bagi pemakainya, tar yang dapat menimbulkan kanker. Asap rokok mengandung 4000 zat,

termasuk arsenik, aseton, butan, karbonmonoksida, dan sianida yang dapat menyebabkan berbagai macam penyakit diantaranya paru-paru, kanker dan lain sebagainya.

Banyak alasan pemicu remaja merokok, ada yang karena merasa gagah, ada juga yang karena merasa bebas, dan semata-mata karena ingin saja. Menurut Wetherall (2001: 69) ada beberapa alasan seseorang melakukan perilaku merokok diantaranya (a) Kebutuhan, (b) Keisengan, dan (c) stres.

Dari beberapa uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok antara lain: (a) faktor orang tua, (b) pengaruh teman, (c) faktor kepribadian, dan (d) pengaruh iklan. Faktor-faktor tersebut sangat berpengaruh terhadap perilaku remaja yang sedang mencari jati dirinya, atau bagi remaja yang berasal dari keluarga yang kurang mendapat perhatian dari orang tua mereka. Seorang perokok akan merasakan efek kecanduan nikotin yang terkandung di dalam rokok tersebut, dimana rokok dapat memuaskan hasrat si perokok. Efek yang terkandung dalam rokok tersebut itulah yang akan merasakan tidak nyaman tanpa adanya rokok. Kebiasaan merokok di kalangan remaja dipicu oleh iklan-iklan yang menarik, glamour dari berbagai media massa.

C. Kontrol Diri dan Perilaku Merokok dalam Perspektif Islam

1. Kontrol Diri dalam Perspektif Islam

Manusia diciptakan oleh Allah secara sempurna. Seperti yang telah dijelaskan dalam Al-qur'an bahwasannya setiap individu yang diciptakan oleh Allah merupakan makhluk yang paling mulia dan diciptakan secara baik serta sempurna. Allah menciptakan manusia dalam keadaan yang fitrah, yaitu manusia diciptakan dalam keadaan suci dan dianugrahi agama naluri agama yang lurus. Setiap individu dianugerahi kemampuan yang luar biasa oleh Allah dan tidak dimiliki oleh makhluk Allah yang lainnya. Salah satu anugerah yang dimiliki manusia ialah akal dan pikiran.

Akal dan pikiran yang dimiliki individu berperan penting dalam kehidupan yang dijalani oleh individu tersebut. Melalui akal dan pikiran tersebut individu dapat mencerna informasi yang didapat untuk kemudian diolah menjadi sebuah respon. Salah satu bentuk respon yang dimunculkan oleh diri individu ialah perilaku.

Perilaku yang muncul dari individu tidak selalu berupa perilaku yang baik. Adakalanya seorang individu menunjukkan perilaku yang tidak sesuai dengan apa yang diajarkan oleh agama islam. Seringkali perilaku individu melenceng dari ajaran agama dikarenakan individu tersebut tidak mampu menahan hawa dan nafsu. Dorongan hawa dan nafsu tersebut akan berjalan lurus apabila individu memiliki kontrol diri yang baik pada dirinya. Jika tidak, maka akan timbul kegagalan dalam berperilaku dan bisa jadi akan memunculkan maksiat akibat godaan syaitan.

Mengikuti nafsu dan dorongan syaitan tanpa memikirkan akibat yang akan diterima merupakan hal yang menyimpang dari fitrah seorang manusia yang diciptakan sempurna oleh Allah. Kondisi tersebut sangat berbahaya bagi kehidupan individu dikarenakan mengabaikan fitrah dapat menyebabkan hati menjadi beku dan padamnya cahaya fitrah. Sebagaimana yang dijelaskan dalam firman Allah pada surat An-Naaziah: 40 yang berbunyi:

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ۝ ٤٠

Artinya:

"Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya".

Adanya ayat tersebut menjelaskan bahwa seorang individu harus mampu mengontrol dirinya dari dorongan hawa nafsu yang seringkali muncul dan dapat menjauhkan individu tersebut dari Allah, serta memiliki rasa takut akan kebesaran Allah sehingga tidak terjerumus dalam hal-hal yang negatif serta menjauhkannya dari Allah.

2. Perilaku Merokok dalam Perspektif Islam

Pada dasarnya tubuh kita merupakan amanah dari Allah yang harus dijaga. Merokok merupakan suatu perilaku yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan bagi individu yang aktif menghisap maupun individu yang tidak turut menghisap. Hal ini dikarenakan kandungan yang ada pada rokok termasuk zat adiktif yang menimbulkan ketagihan atau ketergantungan.

Tidak seorangpun bisa mengingkari bahwa rokok dapat menimbulkan bahaya bagi diri manusia dan sekitarnya. Sekalipun dianggap berbahaya, namun banyak individu yang menganggap bahwa rokok hukumnya tidak haram. Hukum dari merokok pun menjadi perdebatan sendiri dalam agama islam, mengingat tidak adanya ayat ataupun hadist yang secara tekstual mengharamkan untuk mengkonsumsi rokok.

Secara tekstual memang tidak ada ayat yang menjelaskan tentang hukum dari merokok, namun dalam Al-qur'an hanya diqiaskan saja (Muhammad, 1998: 14). Beberapa surat dalam Al-qur'an yang dalam terjemahnya mengqiaskan hal tersebut tersebut antara lain:

1. Surat Al-A'raf : 157 yang berbunyi:

... يَأْمُرُهُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبِيثَاتِ ... ١٥٧

Artinya:

"Yang menyuruh mereka mengerjakan yang ma'ruf dan melarang mereka dari mengerjakan yang mungkar dan menghalalkan bagi mereka segala yang baik dan mengharamkan bagi mereka segala yang buruk".

2. Surat An-Nisaa' : 29 yang berbunyi:

وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ٢٩

Artinya:

"Dan janganlah kamu membunuh dirimu; Sesungguhnya Allah adalah Maha penyayang kepadamu".

3. Surat Al-Maidah : 4 yang berbunyi:

يَسْأَلُونَكَ مَاذَا أُحِلَّ لَهُمْ قُلْ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ ... ٤

Artinya:

"Mereka menanyakan kepadamu: "Apakah yang dihalalkan bagi

mereka?". Katakanlah: Dihalalkan bagimu yang baik-baik".

Sedangkan Husaini (2006: 160) menjelaskan bahwa hukum rokok menurut imam empat (4) mazhab adalah:

1. Pendapat penganut mazhab Imam Hanafi

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

2. Pendapat penganut mazhab 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.

3. Pendapat penganut mazhab Imam Hambali

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

4. Pendapat penganut mazhab Imam Maliki

Syaikh Ibrahim Al-Laqaany mengharamkannya secara terang-terangan.

Pendapat tersebut diungkapkan sebelum data tentang bahaya rokok dan kesehatan tubuh manusia dikemukakan. Menurut Setiawan (2003: 209) pandangan agama islam tentang rokok sebagian aliran menganggap merokok sebagai suatu perilaku yang buruk.

Tembakau (tabacco) atau rokok sendiri mulai terlihat dan digunakan oleh sebagian penduduk dunia pada abad ke sepuluh Hijriah. Berawal dari sinilah berbagai aliran berbicara dan menjelaskan hukumnya menurut Syar'i, hasilnya terdapat berbagai macam pendapat, sebagian aliran mengharamkannya, sebagian mengatakan wajib, sebagian memakruhkan.

D. Perbedaan Kontrol Diri Pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok

Kontrol diri merupakan kemampuan dalam diri individu yang digunakan untuk mengontrol tindakan langsung terhadap lingkungan, pemahaman makna terhadap peristiwa dan kontrol terhadap alternatif suatu pilihan (Averill, 1973: 286).

Pada diri individu tingkat kontrol diri yang dimiliki tidak selalu sama antara individu satu dengan individu yang lainnya. Setiap individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda. Kontrol diri sendiri secara umum terbagi atas beberapa aspek. Menurut Tangney, & Baumeister (2004) terdapat enam aspek kontrol diri secara umum antara lain: (1) *Self-discipline* (kedisiplinan diri), (2) *Deliberate/nonimpulsive* (aksi yang tidak impulsiv), (3) *Healthy habits* (pola hidup sehat), (4) *Work ethic* (etika kerja), dan (5) *Reliability* (kehandalan).

Seorang individu diharuskan untuk mampu mengontrol dirinya secara terus-menerus. Hal ini bertujuan: Pertama, dalam kehidupan ini

individu tidak hidup sendirian melainkan hidup dalam keadaan berkelompok dan individu mempunyai kebutuhan untuk memuaskan keinginan dan kebutuhan. Agar tidak mengganggu kenyamanan serta melanggar keselamatan orang lain dan dirinya sendiri maka individu harus mengontrol perilakunya. Ke dua, masyarakat menghargai kemampuan, kebaikan dan hal-hal yang harus diterima lainnya yang dimiliki oleh individu (Calhoun, & Accocella., 1990).

Salah satu perilaku yang memerlukan kontrol diri sebagai pengontrol dalam kehidupan sehari-hari ialah perilaku merokok. Merokok merupakan suatu kegiatan yang sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari, khususnya pada kaum lelaki. Bagi masyarakat Indonesia sendiri perilaku merokok pada kaum lelaki merupakan hal yang dianggap normal. Bahkan perilaku merokok pada kaum lelaki di Indonesia dianggap sebagai simbol kejantanan (Ng, dkk., dalam Martini, 2014: 121).

Jumlah perokok sendiri setiap tahunnya terus meningkat. Tak terkecuali jumlah perokok usia muda. Berdasarkan data terakhir Riset Kesehatan Dasar 2013, perokok aktif mulai dari usia 10 tahun ke atas berjumlah 58.750.592 orang. Hasil penelitian pun menunjukkan, setiap hari ada 616.881.205 batang di Indonesia atau 225.161.640.007 batang rokok dibakar setiap tahunnya. (kompas.com, 3 Juni 2015).

Santrock (2001) mengatakan bahwa kontrol diri cukup berpengaruh dalam pembentukan perilaku remaja. Dengan kata lain, remaja yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu mengatur dan

mengarahkan perilakunya. Shaffer (1994) mengatakan bahwa kontrol diri adalah sesuatu yang sangat penting. Jika seseorang tidak mampu mengatasi segala tekanan dan mengontrol dirinya, maka yang terjadi adalah perilaku melanggar hak orang lain, salah satunya perilaku merokok. Seperti yang dikatakan oleh Ray (1983), merokok merugikan kesehatan tidak hanya bagi perokok sendiri tapi juga bagi orang lain di sekitarnya (perokok pasif).

Mahasiswa merupakan contoh dari banyaknya individu yang tidak lepas dari perilaku merokok. Kondisi mereka yang berada pada masa perkembangan remaja menuju masa dewasa serta tuntutan berada jauh dari orangtua membuat mereka harus mampu mengontrol diri mereka dalam mengatur kebutuhan hidupnya, khususnya bagi mereka yang menyanggah status sebagai mahasiswa perokok. Sedangkan bagi mahasiswa nonperokok mereka juga memiliki kewajiban mengontrol diri dalam hal yang lainnya.

Kontrol diri tidak hanya dibutuhkan pada saat seorang individu berperilaku, namun juga dalam aspek yang lainnya seperti dalam hal pengambilan keputusan dan kedisiplinan diri. Peneliti juga menemukan bahwa individu yang merokok dan individu yang tidak merokok dihadapkan dalam keadaan dimana mereka harus mengambil keputusan. Individu yang merokok cenderung santai dan cenderung menganggap mudah permasalahan, sedangkan individu yang tidak merokok selalu memikirkan suatu permasalahan dengan serius sehingga jangan sampai

terjadi kesalahan dalam pengambilan keputusan. Individu yang tidak merokok pun lebih disiplin dalam kegiatan sehari-harinya dibanding dengan individu yang merokok.

Adanya uraian di atas penulis berasumsi bahwa kontrol diri diperlukan untuk membantu mengatur dan mengarahkan Mahasiswa dalam melakukan tindakan efektif yang dapat membawa diri mereka ke arah konsekuensi positif, dengan kata lain kontrol diri berpengaruh terhadap perilaku mereka salah satunya ialah perilaku merokok bagi mahasiswa perokok.

D. Hipotesis

Hipotesis penelitian ini adalah terdapat perbedaan kontrol diri pada mahasiswa perokok dan nonperokok dimana kontrol diri yang dimiliki mahasiswa perokok cenderung lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa nonperokok. Tidak hanya itu kontrol diri juga berpengaruh dalam diri individu dalam berperilaku pada kesehariannya. Hal ini dapat dilihat dari semakin tinggi kontrol diri seorang individu maka perilaku yang ditampakan akan semakin baik contohnya dalam hal perilaku merokok tersebut, begitu pula sebaliknya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Menurut Babbie (1995) yang dimaksud dengan rancangan penelitian adalah mencatat perencanaan dari cara berpikir dan merancang suatu strategi untuk menemukan sesuatu (dalam Prasetyo, 2012: 53).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan judul “Perbedaan Kontrol Diri (*Self Control*) pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Non-Perokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UIN Malang)”. Penelitian kuantitatif merupakan metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel (Creswell, 2010: 5). Variabel dalam penelitian ini adalah kontrol diri dan perilaku merokok, ke dua variabel ini diukur menggunakan data yang terdiri dari angka-angka yang dapat dianalisis berdasarkan prosedur-prosedur statistik.

Strategi yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian komparasi. Menurut Sudjud penelitian komparasi ialah sebuah strategi yang memaparkan secara kuantitatif dapat menemukan persamaan-persamaan atau perbedaan-perbedaan tentang benda-benda, tentang orang, tentang prosedur kerja, kelompok terhadap suatu ide atau suatu prosedur kerja (dalam Arikunto, 2006). Populasi yang diambil adalah mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2014 dan 2015.

Metode pengumpulan data yang digunakan menggunakan skala *Self-Control Scale*, yang diadaptasi peneliti dari June P. Tangney, Roy F. Baumeister, dan Angie Luzio Boone (2004) untuk mengukur kontrol diri.

B. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 1993: 19). Pada penelitian ini beberapa variabel yang akan dikaji adalah:

- 1) Variabel Dependen (Terikat) : Kontrol Diri (Y)
- 2) Variabel Independen (Bebas) : Perilaku Merokok (X)
 - a. Mahasiswa perokok
 - b. Mahasiswa nonperokok

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Azwar (2012) definisi operasional adalah definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik – karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Adapun definisi operasional dari masing – masing variabel penelitian ini adalah :

- 1) Kontrol diri merupakan suatu kemampuan dalam diri individu dalam mengendalikan tingkah laku, yaitu dengan melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum berperilaku. Kontrol diri juga merupakan salah satu kemampuan dalam menahan emosi, dimana individu

mampu membaca situasi atau keadaan sehingga individu tersebut dapat berperilaku sesuai dengan norma sosial yang ada di lingkungan sekitarnya. Terdapat lima aspek dalam kontrol diri, yaitu: (1) *Self-discipline* (kedisiplinan diri), (2) *Deliberate/nonimpulsive* (aksi yang tidak impulsif), (3) *Healthy habits* (pola hidup sehat), (4) *Work ethic* (etika kerja), dan (5) *Reliability* (kehandalan).

- 2) Perilaku merokok merupakan suatu kegiatan dimana seorang individu menghisap benda yang mengandung nikotin yang jika dinyalakan dengan api benda tersebut akan menghasilkan asap yang biasa dihirup oleh orang-orang disekitar individu tersebut. Individu dengan yang aktif dalam perilaku merokok disebut perokok aktif, sedangkan individu yang tidak aktif dalam perilaku merokok atau biasa menjadi penghirup dari adanya perilaku merokok disebut dengan perokok pasif.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Azwar (2007: 77) populasi diartikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Populasi juga diartikan sebagai keseluruhan dari subjek penelitian (Azwar, 2005: 91). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki yang sedang belajar di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UIN Malang) angkatan 2014 dan 2015 yang berjumlah 2.048 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang diambil sebagai sumber data dan dapat mewakili seluruh populasi (Azwar, 2009: 10). Sampel adalah sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari populasi, sampel juga harus mempunyai paling sedikit satu sifat yang sama. Sedangkan menurut Arikunto sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (2006:131).

Teknik yang digunakan dalam pemilihan subjek adalah *purposive sampling*, yaitu teknik yang digunakan atas dasar pertimbangan-pertimbangan tertentu peneliti dalam pengambilan sampelnya (Arikunto, 2005:97). Pada penelitian ini peneliti lebih dulu menanyakan data demografis terlebih dahulu sebelum dijadikan subjek penelitian dengan menggunakan pertanyaan singkat di atas kuisioner yang akan dikerjakan subjek.

Kriteria untuk subjek pada penelitian ini adalah:

- 1) Mahasiswa/i yang sedang melakukan studi S1 di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2014 dan 2015 .
- 2) Berada pada rentan usia 18-21 tahun.

Sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah Mahasiswa laki-laki yang sedang belajar di perguruan tinggi pada angkatan 2014 dan 2015. Uji coba skala menggunakan subjek Mahasiswa laki-laki Universitas Brawijaya angkatan 2014 dan 2015 dengan jumlah 100 orang, masing-masing 50 Mahasiswa perokok dan 50 Mahasiswa nonperokok. Sedangkan sampel penelitian menggunakan subjek Mahasiswa laki-laki Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (UIN Malang) angkatan 2014 dan

2015 dengan jumlah 200 orang, masing-masing 100 Mahasiswa perokok dan 100 Mahasiswa nonperokok, hal ini dikarenakan pertimbangan peneliti terkait efisiensi waktu, tenaga dan dana.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah prosedur sistematis dan standard untuk memperoleh data yang diperlukan. Bersamaan dengan itu, Arikunto (2005: 100) menjelaskan metode pengumpulan data ialah cara-cara yang tepat digunakan peneliti untuk mengumpulkan data. Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Metode Skala

Skala merupakan sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mengungkap suatu konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar, 2007).

Skala yang digunakan dalam penelitian adalah skala *Self-Control Scale*, yang diadaptasi peneliti dari June P. Tangney, Roy F. Baumeister, dan Angie Luzio Boone (2004) untuk mengukur kontrol diri secara umum sesuai dengan aspek yang ada. Terdapat 36 aitem dari 5 aspek yang berhubungan dengan kontrol diri, adapun aspek tersebut antara lain: (1) *Self-discipline* (kedisiplinan diri), (2) *Deliberate/nonimpulsive* (aksi yang tidak impulsif), (3) *Healthy habits* (pola hidup sehat), (4) *Work ethic* (etika kerja), dan (5) *Reliability* (kehandalan). Alasan digunakan skala tersebut pada penelitian selain untuk mengukur kontrol diri pada individu, aspek yang dicantumkan

mewakili kontrol diri secara umum yang ada pada keseharian individu sesuai dengan yang diinginkan peneliti dalam penelitian ini.

Pada penelitian ini menggunakan skala sikap model pemeringkatan Likert, dengan menggunakan 5 respon jawaban, kategori respon dikode dengan nilai 1: "Sangat Tidak Sesuai", sampai skor 5: "Sangat Sesuai", skornya 1, 2, 3, 4, 5 untuk aitem yang *favourabel*, dan 5, 4, 3, 2, 1 untuk aitem yang *unfavourabel*. Dalam penelitian subjek diminta untuk memilih skor yang paling sesuai dengan dirinya.

Tangney dan Baumeister (2004) merekomendasikan menggunakan skala *Self-Control Scale* dengan jumlah 36 aitem yang mengukur kontrol diri secara umum berdasarkan aspek yang berhubungan dengan keseharian individu. Skala ini telah layak digunakan sebagai alat ukur, dalam penelitian yang dilakukan Tangney dan Baumeister (2004) pada Mahasiswa menghasilkan hasil realibilitas dan validitas dengan yang baik yakni 0,89, hal ini dapat dilihat pada tabel 3.1. Skala ini mampu mengukur kontrol diri seseorang berdasarkan keseharian mereka secara umum.

Tabel 3.1 Reliabilitas dan Validitas *Self-Control Scale* (Tangney, & Baumeister, 2004).

<i>Scale</i>		<i># of Items</i>	<i>Possible Range</i>	<i>Observed Range</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>Alpha</i>
Self Control Scale							
Total Self Control	Study 1			44 168	114.47	18.81	0.89
		36	36 180				
	Study 2			50 154	102.66	18.19	0.89

Sehingga dalam penelitian ini peneliti mengadaptasi skala Tangney & Baumeister (2004) untuk mengukur kontrol diri secara umum pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok pada keseharian mereka.

Tabel 3.2 Blue Print Self-Control Scale

No	Aspek	Indikator Perilaku	Aitem		Jumlah
			F	Uf	
1.	<i>Self-discipline</i> (kedisiplinan diri)	Mampu menghilangkan kebiasaan buruk		2,4,8, 31	11
		Mampu mengontrol diri	5, 1	14, 33	
		Memiliki sifat disiplin	22, 36	17	
2.	<i>Deliberate/nonimpulsive</i> (aksi yang tidak impulsive)	Berfikir sebelum bertindak	13, 16	6, 9, 25,	10
		Tidak terbawa perasaa		11, 12, 32	
			24	19	
3.	<i>Healthy habits</i> (pola hidup sehat)	Menjaga diri agar tetap sehat	26, 27	35	3
4.	<i>Work ethic</i> (etika kerja)	Memiliki sifat rajin		3	5
		Tidak bekerja secara mendadak		20, 23	
		Giak dalam menyelesaikan tugas/pekerjaan		28	
		Memiliki konsentrasi yang baik		29	
5.	<i>Reliability</i> (kehandalan)	Merasa handal	7	34	7
		Memiliki sifat konsisten	15, 30	10	
		Dapat dipercaya	18	21	
TOTAL:					36

Sebelum digunakan untuk pengambilan data, skala kontrol diri diuji cobakan terlebih dahulu pada Mahasiswa Universitas Brawijaya angkatan 2014-2015 untuk mengetahui kualitas alat ukur tersebut mengingat skala ini diadaptasi dari penelitian luar negeri dimana yang mengisi skala tersebut ialah Mahasiswa luar negeri dengan keseharian mereka pada budaya yang

ada di luar negeri. Agar subjek mudah dalam mengisi skala maka dicantumkan petunjuk pengisian dan keterangan tentang pilihan yang ada sehingga jawaban yang diberikan sesuai dengan keadaan subjek.

2. Metode Observasi

Menurut Arikunto, observasi adalah pengamatan yang merupakan kegiatan pemuatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra (dalam Arikunto, 1998: 146). Metode ini digunakan peneliti untuk mengamati dan untuk mengetahui fenomena yang ada di lokasi penelitian. Teknik observasi yang digunakan adalah observasi non partisipan, dimana pengamat berada diluar subjek yang diteliti dan tidak ikut dalam kegiatan-kegiatan yang dilakukan.

3. Metode Wawancara

Wawancara biasa disebut juga dengan Interview, adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara (Arikunto, 1998: 145). Metode ini dilakukan hanya untuk memperkuat data yang diperoleh dari angket sehingga responden yang diwawancarai hanya beberapa saja.

F. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Menurut Azwar (2007) validitas merupakan sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya, atau sejauh mana alat ukur dapat mengukur apa yang hendak diukur.

Validitas juga merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen (alat ukur). Penelitian ini menggunakan validitas konstruk yaitu validitas yang menunjukkan sejauh mana tes mampu mengungkap suatu kontrak teoritik yang hendak diukurnya (Azwar, 2012:131).

Uji validitas tes dalam penelitian ini dilakukan melalui *scale reliability* dan perlakuan terhadap butir gugur menggunakan *SPSS 22 for windows*. Hasil analisis terhadap 36 aitem skala kontrol diri menunjukkan ada 15 aitem yang dinyatakan gugur. Skala kontrol diri menjadi berjumlah 21 aitem valid. Adapun sebaran aitem yang valid dan aitem yang gugur setelah uji coba dapat dilihat pada tabel 3.3 berikut ini:

Tabel 3.3 Sebaran Aitem Valid dan Aitem Gugur Skala Kontrol Diri

No.	Aspek	F		UF		Total aitem valid
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	<i>Self-discipline</i> (kedisiplinan diri)	22, 36	1, 5	2, 4, 33	8, 14, 17, 31	5
2	<i>Deliberate/nonimpulsive</i> (aksi yang tidak impulsif)	-	13, 16, 24	6, 19, 25, 32	9, 11, 12	4
3	<i>Healthy habits</i> (pola hidup sehat)	-	26, 27	35		1
4	<i>Work ethic</i> (etika kerja)	-	-	3, 20, 23, 28, 29	-	5
5	<i>Reliability</i> (kehandalan)	7, 18, 30	15	10, 21, 34	-	6
Jumlah						21

Validitas hasil pengukuran yang diperoleh dari penelitian ini dari 36 aitem ini peneliti menentukan validitas aitem dengan menggunakan daya beda $r \geq 0,25$. Hal ini dikarenakan jumlah aitem belum mencukupi jumlah yang diinginkan jika menggunakan daya beda $r \geq 0,30$. Sebagaimana yang dikatakan Azwar (2013: 86) bahwa apabila jumlah aitem yang lolos masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka peneliti dapat mempertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria menjadi 0,25 sehingga jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai.

Berdasarkan hasil uji validitas diketahui bahwa validitas kontrol diri dapat dilihat dari koefisien *Corrected Item to Total Correlation self control scale* dengan koefisien yang terendah -0,207, dan koefisien yang tertinggi adalah 0,546 dan jumlah aitem yang gugur sebanyak 15 aitem karena nilai *Corrected Item to Total Correlation* di bawah 0,25.

Tabel 3.4 Distribusi Aitem Kontrol Diri dengan Nomer Aitem Baru

No.	Aspek	No. Aitem		Jumlah
		F	UF	
1	<i>Self-discipline</i> (kedisiplinan diri)	11, 21	1, 3, 18	5
2	<i>Deliberate/nonimpulsive</i> (aksi yang tidak impulsiv)	-	4, 13, 17, 8	4
3	<i>Healthy habits</i> (pola hidup sehat)	-	20	1
4	<i>Work ethic</i> (etika kerja)	-	2, 9, 12, 14, 15	5
5	<i>Reliability</i> (kehandalan)	5, 7, 16	6, 10, 19	6
		Total		21

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan keajegan alat ukur yang mengukur suatu gejala, artinya suatu alat dikatakan reliabel atau ajeg bila hasil pengukuran tetap atau nilai-nilai yang dihasilkan bersifat stabil. Reliabilitas alat ukur berkaitan dengan keajegan, kestabilan, konsistensi dan kepercayaan artinya sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2005 : 105).

Reliabilitas dinyatakan koefisien, apabila terdapat pada angka antara 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien mendekati angka 1,00 maka Reliabilitas alat ukur semakin tinggi. Sebaliknya Reliabilitas alat ukur yang rendah ditandai oleh koefisien Reliabilitas yang mendekati angka 0 (Azwar, 2012:112).

Pada penelitian ini hasil uji Reliabilitas diuji dengan menggunakan *Microsoft Excel 2010* dan *SPSS 22 for windows*., Berikut adalah koefisien Reliabilitas skala kontrol diri pada uji coba dan penelitian:

Tabel 3.5 Reliabilitas Kontrol Diri pada Uji Coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.782	36

Berdasarkan tabel 3.5 hasil uji coba Reliabilitas menunjukkan bahwa skala kontrol diri tersebut reliabel. Koefisien Reliabilitas kontrol diri pada uji coba ini sebesar 0,782. Sedangkan pada saat penelitian koefisien Reliabilitas kontrol diri sebesar 0,838 dan dinyatakan reliabel.

Tabel 3.6 Reliabilitas Kontrol Diri pada Penelitian

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,838	21

G. Analisis Data

Menurut Sugiyono (1993) kegiatan yang dilakukan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasar variabel dan jenis responden, mentabulasi, data berdasar variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti dan melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah.

Analisis data dilakukan setelah peneliti mengumpulkan semua data yang diperlukan dalam penelitian. Peneliti biasanya melakukan beberapa tahap persiapan data untuk memudahkan proses analisis data dan interpretasi hasilnya, yaitu: pengeditan, pemberian kode, dan pemrosesan data (Anshori, 2009:107).

Adapun langkah-langkah analisis data yang dilakukan pada penelitian ini antara lain:

1. Men-*score* data secara keseluruhan dalam bentuk excel.
2. Menguji validitas dan Reliabilitas.
3. Menguji homogenitas.
4. Menguji normalitas.
5. Menentukan kategorisasi tingkat kontrol diri mahasiswa perokok dan mahasiswa nonperokok.

6. Menentukan perbedaan kontrol diri pada mahasiswa perokok dan mahasiswa nonperokok dengan menggunakan *Independent sample T-Test* yang ada pada *SPSS 22 for windows*.
7. Membandingkan skor kontrol diri pada mahasiswa perokok dan mahasiswa nonperokok



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Kondisi Geografis

1. Kota Malang

Kota Malang merupakan sebuah kota yang terletak di Provinsi Jawa Timur, Indonesia, Kota ini terletak 90 km sebelah selatan Surabaya dan merupakan kota terbesar ke dua di Jawa Timur setelah Surabaya. Selain itu, kota Malang juga merupakan kota terbesar ke dua di wilayah Pulau Jawa bagian selatan setelah Bandung. Kota Malang berada di dataran tinggi yang cukup sejuk, dan seluruh wilayahnya berbatasan dengan Kabupaten Malang. Secara geografis, kota Malang terletak diantara 7,06 – 8,06 Lintang Selatan dan 112,06 Bujur Timur. Luas wilayah kota Malang adalah 252, 10 km². Batas-batas wilayah kota Malang adalah sebagai berikut:

Batas utara :Kecamatan Singosari dan Karangploso, Kabupaten Malang
Batas timur :Kecamatan Pakis dan Tumpang, Kabupaten Malang
Batas Selatan :Kecamatan Tajinan dan Pakishaji, Kabupaten Malang
Batas Barat :Kecamatan Wagir dan Dau, Kabupaten Malang

Malang dikenal sebagai salah satu kota tujuan pendidikan terkemuka di Indonesia karena banyak terdapat Universitas dan Politeknik Negeri maupun swasta yang terkenal hingga seluruh Indonesia dan menjadi salah satu tujuan pendidikan berada di kota ini, beberapa di antaranya adalah Universitas Muhammadiyah Malang, Universitas Islam Negeri Maulana

Malik Ibrahim Malang, Universitas Brawijaya, dan Universitas Negeri Malang. Sebagai kota pendidikan, terdapat banyak mahasiswa yang berasal dari luar kota Malang, dan menetap di Malang, bahkan mahasiswa asing atau mahasiswa luar negeri.

2. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berdiri berdasarkan Surat Keputusan Presiden No. 50 tanggal 21 Juni 2004. Penamaan UIN Malang dengan Maulana Malik Ibrahim diambil dari nama salah seorang Walisongo yang dikenal sebagai Sunan Gresik, toko penyebar agama di Jawa. UIN Malang terletak di Jalan Gajayana No. 50, Dinoyo Malang dengan lahan seluas 14 hektar.

Ciri khusus Universitas ini sebagai implikasi dari model pengembangan keilmuannya adalah keharusan bagi seluruh anggota sivitas akademika untuk menguasai bahasa Arab dan bahasa Inggris. Melalui bahasa Arab, diharapkan mereka mampu melakukan kajian Islam melalui sumber aslinya, yaitu al-Qur'an dan Hadis, dan melalui bahasa Inggris mereka diharapkan mampu mengkaji ilmu-ilmu umum dan modern, selain sebagai piranti komunikasi global. Karena itu pula, Universitas ini disebut *bilingual university*. Untuk mencapai maksud tersebut, dikembangkan *ma'had* atau pesantren kampus di mana seluruh mahasiswa tahun pertama harus tinggal di *ma'had*. Karena itu, pendidikan di Universitas ini merupakan sintesis antara tradisi universitas dan *ma'had* atau pesantren.

Melalui model pendidikan tersebut , diharapkan akan lahir lulusan yang berpredikat ulama yang intelek profesional atau intelek profesional yang ulama. Ciri utama sosok lulusan adalah tidak hanya menguasai disiplin ilmu masing-masing sesuai pilihannya, tetapi juga menguasai al-Qur'an dan Hadis sebagai sumber utama ajaran Islam.

Dapat disimpulkan bahwa dengan model pendidikan seperti yang telah dipaparkan diatas Universitas ini pada dasarnya berusaha menerapkan nilai-nilai keislaman dalam proses pengajaran dan lingkungan kampusnya, namun kenyataannya dengan kondisi mahasiswa yang majemuk yakni asal daerah yang berbeda-beda serta tidak semua mahasiswanya memiliki *background* lingkungan sosial sebelum berada jauh dari orangtua, sehingga kontrol diri sangat diperlukan bahkan berpengaruh untuk menunjang kehidupan mereka sehari-hari baik dalam kegiatan formal maupun informal.

B. Hasil Penelitian

Data yang diperoleh berasal dari Mahasiswa laki-laki yang sedang aktif di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang ada pada masa perkembangan remaja akhir menuju masa perkembangan dewasa awal. Karakter responden yang dipilih adalah mahasiswa S1 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Tabel 4.1 Deskripsi Subjek Penelitian

Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
Mahasiswa Perokok	100	50%
Mahasiswa Nonperokok	100	50%
Jumlah	200	100%

1. Deskripsi Data Penelitian

Tabel berikut ini menyajikan gambaran umum/deskripsi singkat mengenai penelitian yang berisikan fungsi-fungsi statistik dasar, diantaranya adalah skor minimum, maksimum, mean dan standar deviasi yang terbagi menjadi skor empirik (didapatkan dari subjek penelitian) dan skor hipotetik (yang dimungkinkan).

Tabel 4.2 Deskripsi Skor Empirik dan Hipotetik

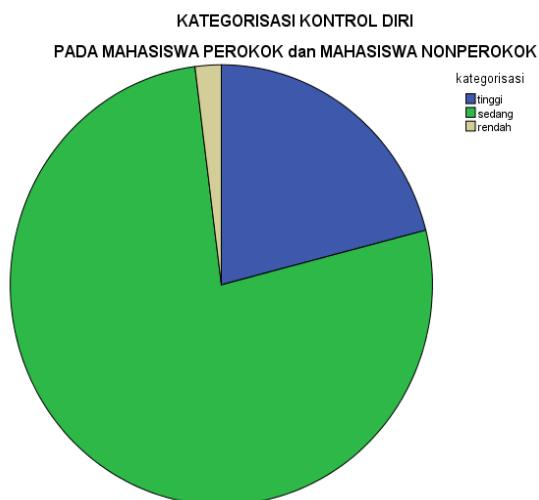
Variabel	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
	Max	Min	Mean	SD	Max	Min	Mean	SD
Kontrol Diri Keseluruhan	99	27	69,99	10,693	105	21	63	14
Kontrol Diri Perokok	82	27	66,76	9,433	105	21	63	14
Kontrol Diri Nonperokok	99	41	72,62	11,113	105	21	63	14

Berdasarkan hasil tabel diatas skor mean hipotetik adalah 63. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mean empirik yaitu 69,99 lebih tinggi dibandingkan dengan mean hipotetik. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa secara umum kontrol diri yang terlihat adalah sedang. Untuk data selengkapnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.3 Kategorisasi Tingkat Kontrol Diri

Kriteria Jenjang	Norma	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
$X > M + 1SD$	$X > 78$	TINGGI	42	21%
$M - 1SD > X > M + 1SD$	$49 > X > 77$	SEDANG	154	77%
$X < M - 1SD$	$X < 48$	RENDAH	4	2%
Total			200	100%

Berdasarkan hasil yang ditunjukkan pada tabel diatas kontrol diri yang tampak pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat yang berbeda-beda. Diperoleh 21% Mahasiswa yang memiliki kontrol diri tinggi dengan jumlah 42 orang, 77% Mahasiswa memiliki kontrol diri sedang dengan jumlah 154 orang, dan 2% Mahasiswa memiliki kontrol diri rendah dengan jumlah 4 orang. Berikut adalah diagram kategorisasi tingkat kontrol diri pada Mahasiswa di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang baik yang merokok maupun tidak merokok:



Gambar 4.1 Diagram Kategorisasi Tingkat Kontrol Diri

2. Deskripsi Data Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok

Analisis data dilakukan guna menjawab rumusan masalah dan hipotesis yang diajukan pada bab sebelumnya, sekaligus memenuhi tujuan dari penelitian ini. Adapun proses analisa data yang dilakukan adalah dengan menggunakan norma penggolongan yang dapat dilihat pada tabel mean.

1) Hasil Deskripsi Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok

Guna mengetahui deskripsi masing-masing aspek, maka perhitungannya didasarkan pada distribusi normal yang diperoleh dari mean dan standar deviasi, dari hasil ini kemudian dilakukan pengelompokan menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Dapat

dilihat pada tabel berikut dari hasil analisis instrument tingkat kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok:

Tabel 4.4 Deskripsi Data Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok

Variabel	Status	Norma	Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
Kontrol Diri	Perokok	$X > 77,19$	TINGGI	10	5%
		$57,33 > X > 76,19$	SEDANG	88	44%
		$X < 56,33$	RENDAH	2	1%
	Nonperokok	$X > 84,73$	TINGGI	32	16%
		$61,51 > X > 83,73$	SEDANG	66	33%
		$X < 60,51$	RENDAH	2	1%
Total				200	100%

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari tabel diatas, dapat dilihat bahwa tingkat kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang. Hal ini dapat dilihat dari frekuensi yang nampak dari ke dua jenis subjek lenih tinggi pada kategori sedang (perokok= 88 orang, nonperokok= 66 orang). Namun meskipun sama-sama berada pada kategori sedang, tingkat kontrol diri pada Mahasiswa nonperokok lebih tinggi dibanding dengan Mahasiswa perokok. Hal ini dapat dilihat dari jumlah frekuensi yang muncul pada kategori tinggi, yaitu pada Mahasiswa perokok terdapat 10 orang yang memiliki kontrol diri tinggi, sedangkan pada Mahasiswa nonperokok terdapat 32 orang yang memiliki kontrol diri tinggi.

2) Hasil Deskripsi Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek

Pada tabel dibawah ini ditampilkan hasil deskripsi tingkat kontrol diri pada mahasiswa perokok berdasarkan aspek kontrol diri menurut Tangney, & Baumeister (2004) yang terdiri dari: 1) *Self-discipline* (kedisiplinan diri), (2) *Deliberate/nonimpulsive* (aksi yang tidak impulsiv), (3) *Healthy habits* (pola hidup sehat), (4) *Work ethic* (etika kerja), dan (5) *Reliability* (kehandalan).

Tabel 4.5 Deskripsi Data Tingkat Kontrol Diri Berdasarkan Aspek

Aspek	Norma	Kategori	Frekuensi	
B	<i>Self-discipline</i>	X > 19	TINGGI	66
		12 > X > 18	SEDANG	126
		X < 11	RENDAH	8
	<i>Deliberate/nonimpulsive</i>	X > 16	TINGGI	40
		9 > X > 15	SEDANG	148
		X < 8	RENDAH	12
	<i>Healthy habits</i>	X > 5	TINGGI	100
		2 > X > 4	SEDANG	92
		X < 1	RENDAH	8
<i>Work ethic</i>	X > 19	TINGGI	12	
	12 > X > 18	SEDANG	136	
	X < 11	RENDAH	52	
<i>Reliability</i>	X > 23	TINGGI	86	
	14 > X > 22	SEDANG	112	
	X < 13	RENDAH	2	

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil kategori tingkat kontrol diri pada Mahasiswa berdasarkan aspek yang ada, yaitu: 1) aspek *Self-discipline* terdiri dari 66 orang pada kategori tinggi, 126 orang pada kategori sedang, dan 8 orang pada kategori rendah, (2) aspek *Deliberate/nonimpulsive* terdiri dari 40 orang pada kategori tinggi, 148 orang pada kategori sedang, dan 12 orang pada kategori rendah, (3) aspek *Healthy habits* terdiri dari 100 orang pada kategori tinggi, 92 orang pada kategori sedang, dan 8 orang pada kategori rendah, (4) aspek *Work ethic* terdiri dari 12 orang pada kategori tinggi, 136 orang pada kategori sedang, dan 52 orang pada kategori rendah. , dan (5) aspek *Reliability* terdiri dari 86 orang pada kategori tinggi, 112 orang pada kategori sedang, dan 2 orang pada kategori rendah.

Adanya hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri secara umum yang dimiliki oleh Mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2014-2015 mayoritas berada pada kategori sedang.

Tabel 4.6 Deskripsi Data Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek

Aspek	Status	Norma	Kategori	Frekuensi
<i>Self-discipline</i>	Perokok	$X > 19$	TINGGI	20
		$12 > X > 18$	SEDANG	76
		$X < 11$	RENDAH	4
	Nonperokok	$X > 19$	TINGGI	46
		$12 > X > 18$	SEDANG	50
		$X < 11$	RENDAH	4
<i>Deliberate/nonimpulsive</i>	Perokok	$X > 16$	TINGGI	20
		$9 > X > 15$	SEDANG	72
		$X < 8$	RENDAH	8
	Nonperokok	$X > 16$	TINGGI	20
		$9 > X > 15$	SEDANG	76
		$X < 8$	RENDAH	4
<i>Healthy habits</i>	Perokok	$X > 5$	TINGGI	40
		$2 > X > 4$	SEDANG	56
		$X < 1$	RENDAH	4
	Nonperokok	$X > 5$	TINGGI	60
		$2 > X > 4$	SEDANG	36
		$X < 1$	RENDAH	4
<i>Work ethic</i>	Perokok	$X > 19$	TINGGI	0
		$12 > X > 18$	SEDANG	64
		$X < 11$	RENDAH	36
	Nonperokok	$X > 19$	TINGGI	12
		$12 > X > 18$	SEDANG	72
		$X < 11$	RENDAH	16
<i>Reliability</i>	Perokok	$X > 23$	TINGGI	28
		$14 > X > 22$	SEDANG	70
		$X < 13$	RENDAH	2
	Nonperokok	$X > 23$	TINGGI	58
		$14 > X > 22$	SEDANG	42
		$X < 13$	RENDAH	0

Berdasarkan tabel yang telah dijabarkan diatas, diperoleh hasil bahwa pada aspek pertama yakni *Self-discipline* Mahasiswa nonperokok memiliki kontrol diri lebih tinggi dibandingkan dengan Mahasiswa perokok. Pada Mahasiswa perokok didapatkan hasil 20 orang berada pada kategori tinggi, 76 orang berada pada kategorisasi sedang, dan 4 orang berada pada kategori rendah. Sedangkan pada Mahasiswa nonperokok didapatkan hasil 46 orang berada pada kategori tinggi, 50 orang berada pada kategori sedang, dan 4 orang berada pada kategori rendah.

Pada aspek ke dua yakni *Deliberate/nonimpulsive* Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok memiliki jumlah frekuensi yang sama pada kategori tinggi yakni masing-masing 20 orang. Sedangkan pada kategori sedang Mahasiswa nonperokok memiliki tingkat kontrol diri lebih tinggi dibandingkan Mahasiswa perokok yakni 76 orang Mahasiswa nonperokok dan 72 orang Mahasiswa perokok. Kemudian pada kategori rendah Mahasiswa perokok lebih tinggi jumlahnya dibandingkan dengan Mahasiswa nonperokok yakni 8 orang Mahasiswa perokok dan 4 orang Mahasiswa nonperokok.

Pada aspek ke tiga yakni *Healthy habits* tingkat kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok pada kategori rendah memiliki hasil seimbang yakni dengan jumlah masing-masing 4 orang pada ke dua subjek. Pada kategori tinggi jumlah Mahasiswa nonperokok lebih banyak dibanding Mahasiswa nonperokok, yakni 60 orang

Mahasiswa perokok dan 40 orang Mahasiswa nonperokok. Sedangkan pada kategori sedang jumlah Mahasiswa perokok lebih banyak dibanding Mahasiswa nonperokok, yakni 56 orang Mahasiswa perokok dan 36 orang Mahasiswa nonperokok.

Pada aspek ke empat yakni *Work ethic*, dapat dilihat pada kontrol diri yang dimiliki Mahasiswa nonperokok dalam aspek ini lebih baik dibanding dengan Mahasiswa perokok. Hal ini dapat dilihat dari hasil yang diperoleh pada tiap kategori. Pada Mahasiswa perokok didapatkan hasil tidak ada Mahasiswa (0 orang) yang ada pada kategori tinggi, 64 orang pada kategori sedang, dan 36 orang dalam kategori rendah. Sedangkan pada Mahasiswa nonperokok diperoleh hasil 12 orang berada pada kategori tinggi, 72 orang pada kategori sedang, dan 16 orang pada kategori rendah.

Pada aspek ke lima yakni *reliability*, didapatkan hasil pada Mahasiswa perokok terdapat 28 orang berada pada kategori tinggi, 70 orang berada pada kategori sedang, dan 2 orang berada pada kategori rendah. Sedangkan pada Mahasiswa nonperokok didapatkan hasil 58 orang berada pada kategori tinggi, 42 orang berada pada kategori sedang, dan tidak ada Mahasiswa yang berada pada kategori rendah (0 orang).

3. Uji Asumsi

1) Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan suatu teknik pengujian untuk mengukur apakah data yang didapat memiliki distribusi normal sehingga dapat dipakai dalam statistik parametrik. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan bantuan *SPSS 22.00 Microsoft for Windows*. Tujuan dari sebaran uji normalitas sendiri ialah untuk melihat normal atau tidaknya distribusi sebaran skor subjek pada suatu variabel yang dianalisis, dengan kata lain bahwa uji normalitas dilakukan untuk menguji tidak adanya perbedaan antara distribusi sebaran skor subjek sampel penelitian dan distribusi sebaran skor subjek pada populasi penelitian. Distribusi sebaran yang normal memiliki arti bahwa penelitian tergolong *representative* atau dapat mewakili populasi yang ada, sebaliknya apabila sebaran tersebut tidak normal, maka disimpulkan bahwa subjek penelitian itu tidak *representative* atau tidak dapat mewakili keadaan populasi yang sebenarnya, sehingga hasilnya tidak layak untuk digeneralisasikan pada populasi tersebut. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah apabila nilai signifikan $> 0,05$, maka dikatakan bahwa varian tersebut adalah normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat Tabel 4.7:

Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	Sig	Status
Kontrol Diri	200	0,056	Normal

Berdasarkan hasil dari tabel diatas, diperoleh nilai signifikan 0,056 pada variabel kontrol diri. Hasil ini menunjukkan bahwa skor variabel kontrol diri mempunyai sebaran normal, karena nilai signifikan yang muncul lebih besar dari 0,05 artinya tidak ada perbedaan antara sebaran skor sampel dan skor populasi. Hasil uji normalitas sebaran menunjukkan bahwa penelitian tergolong *representative* atau dapat mewakili populasi yang ada.

2) Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk melihat seberapa besar perbedaan varians antara ke dua kelompok. Uji homogenitas ini dilakukan menggunakan *SPSS 22,00 Microsoft for Windows* dengan dasar pengambilan keputusan untuk mengetahui homogenitas suatu data yaitu apabila nilai signifikan $> 0,05$, maka dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah sama atau sebaliknya. Hasil uji homogenitas dapat dilihat Tabel 4.8:

Tabel 4.8 Hasil Uji Homogenitas

Variabel	Sig	Status
Kontrol Diri	0,072	Homogen

Berdasarkan hasil tabel diatas, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,072. Hal tersebut menandakan bahwa varian antara ke dua kelompok bersifat homogen karena nilai signifikansi yang didapat lebih dari 0,05.

3.) Uji Hipotesis Penelitian (Uji-t)

Analisis uji-t dilakukan untuk menguji perbedaan kecenderungan kontrol diri secara umum antara dua kelompok subjek yaitu kelompok subjek Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok. Pada penelitian ini digunakan teknik *Independent sample T-Test* yang ada pada *SPSS 22 for windows* untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok.

Tabel 4.9 Hasil Uji *Independent Sample T-Test* Kontrol Diri

Variabel	P	Status	Jumlah	Mean
Kontrol Diri	0,000	Perokok	100	66,7600
		Nonperokok	100	72,6200

Hasil yang diperoleh dari adanya tabel diatas ialah nilai $p = 0,000$ yang artinya terdapat perbedaan kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok. Hal ini dikarenakan nilai $p < 0,05$. Adanya hasil diatas juga menunjukkan bahwa kontrol diri pada Mahasiswa perokok lebih rendah (mean= 66,7600) dibanding dengan Mahasiswa nonperokok (mean= 72, 6200). Sehingga hipotesis peneliti yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan kontrol diri pada

Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok, serta kontrol diri pada Mahasiswa perokok lebih rendah dibandingkan dengan Mahasiswa nonperokok diterima.

C. Pembahasan

Hasil penelitian pada 200 sampel yakni 100 Mahasiswa perokok dan 100 Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ialah ditemukannya perbedaan kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok. Kontrol diri yang nampak pada Mahasiswa perokok lebih rendah dibandingkan dengan Mahasiswa nonperokok.

1. Deskripsi Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok

Kontrol diri menjadi satu hal yang diperlukan pada diri setiap individu. Sarafino (1998) memaparkan bahwa kontrol diri diperlukan untuk mengatur perilaku yang diinginkan untuk menghadapi stimulus sehingga menghasilkan akibat yang diinginkan dan menghindari hal yang tidak diinginkan.

Perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya, perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri, juga disebabkan faktor lingkungan. Salah satu faktor yang dibutuhkan dalam diri individu agar individu tersebut mampu mengatur keadaan dirinya dalam mengarahkan perilakunya ialah

kontrol diri (Harahap, 2015:19). Pada kehidupan sehari-hari, setiap individu dianjurkan mampu mengontrol dirinya dengan baik. Hal ini dikarenakan setiap individu hidup dalam lingkungan sosial yang didalamnya terdapat berbagai aktifitas serta interaksi yang sangat berpengaruh didalamnya.

Salah satu aktifitas yang nampak dan hampir sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari individu ialah perilaku merokok. Perilaku merokok merupakan suatu hal yang biasa dilakukan oleh kaum laki-laki ditengah menjalankan aktifitas sehari-hari. Meskipun sudah jelas dikatakan pada berita elektronik maupun nonelektronik bahwa merokok merupakan aktifitas yang membahayakan tubuh, nyatanya masih banyak kaum laki-laki yang tidak lepas dari perilaku tersebut.

Merokok setelah makan merupakan salah satu aktifitas yang tidak bisa dilewatkan bagi kaum laki-laki yang sudah terbiasa merokok. Padahal telah dijelaskan bahwa merokok setelah makan adalah hal yang membahayakan bagi tubuh seseorang yang melakukannya. Menurut apoteker berkebangsaan Nigeria, Lanre Alege dari Universitas Ilorin Teaching Hospital mengatakan bahwa satu batang rokok yang dihisap setelah makan, bahayanya sama dengan merokok 10 batang. Hal ini disebabkan karena peredaran darah pada saluran pencernaan setelah makan meningkat, akibatnya sejumlah besar kandungan dalam rokok yang tidak baik bagi

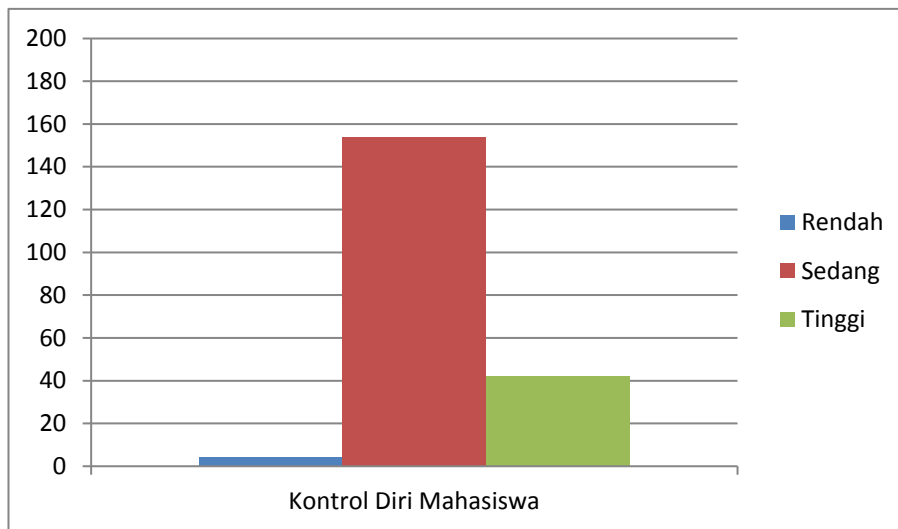
kesehatan diserap, sehingga bisa merusak hati, otak besar dan pembuluh darah jantung dan menyebabkan mempercepat penyakit terkait aspek-aspek ini. Kerusakan organ dalam tubuh akan menjadi lebih cepat dan risiko terkena kanker juga menjadi lebih besar (Setiawati, 2015).

Namun tidak semua individu memiliki tingkat kontrol diri yang sama. Begitu pula dengan individu yang merokok, belum tentu kontrol diri mereka sama atau mungkin lebih buruk bahkan baik dibanding dengan individu yang tidak merokok. Hal ini sesuai dengan apa yang dipaparkan oleh Widiani, dkk (2004) bahwa kontrol diri pada setiap individu tidak selalu sama. Setiap individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi namun ada pula individu yang memiliki kontrol diri yang rendah.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan diatas, diperoleh data bahwa kontrol diri secara umum yang dimiliki oleh Mahasiswa di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang secara keseluruhan berada pada tingkat sedang (mean empirik= 69,99 , dan mean hipotetik= 63).

Kontrol diri yang dimiliki oleh Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada tingkat yang berbeda-beda. Hasil yang diperoleh secara keseluruhan menjelaskan 21% Mahasiswa yang

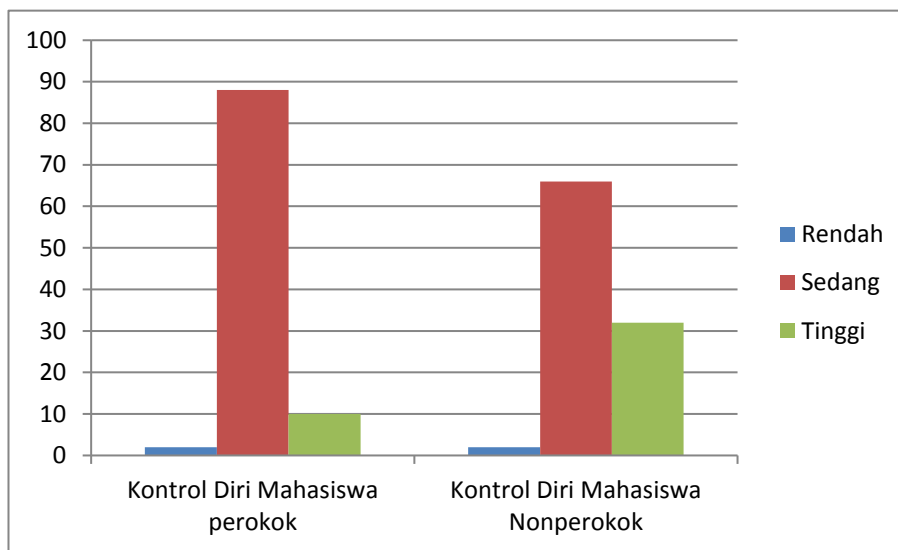
memiliki kontrol diri tinggi dengan jumlah 42 orang, 77% Mahasiswa memiliki kontrol diri sedang dengan jumlah 154 orang, dan 2% Mahasiswa memiliki kontrol diri rendah dengan jumlah 4 orang. Berikut diagram kontrol diri yang dimiliki oleh Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang:



Gambar 4.2 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Secara Keseluruhan

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada tabel 4.4, dapat dilihat bahwa tingkat kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang berada pada kategori sedang. Hal ini terlihat dari frekuensi atau jumlah subjek yang nampak dari ke dua jenis subjek lebih tinggi pada kategori sedang (perokok= 88 orang, nonperokok= 66 orang). Meskipun berada pada kategori sedang antara Mahasiswa perokok

dan Mahasiswa nonperokok, namun jika dilihat dari jumlah frekuensi yang muncul pada kategori tinggi, kontrol diri Mahasiswa nonperokok lebih baik dibanding dengan Mahasiswa perokok. Hal tersebut juga dapat dilihat pada diagram berikut ini:

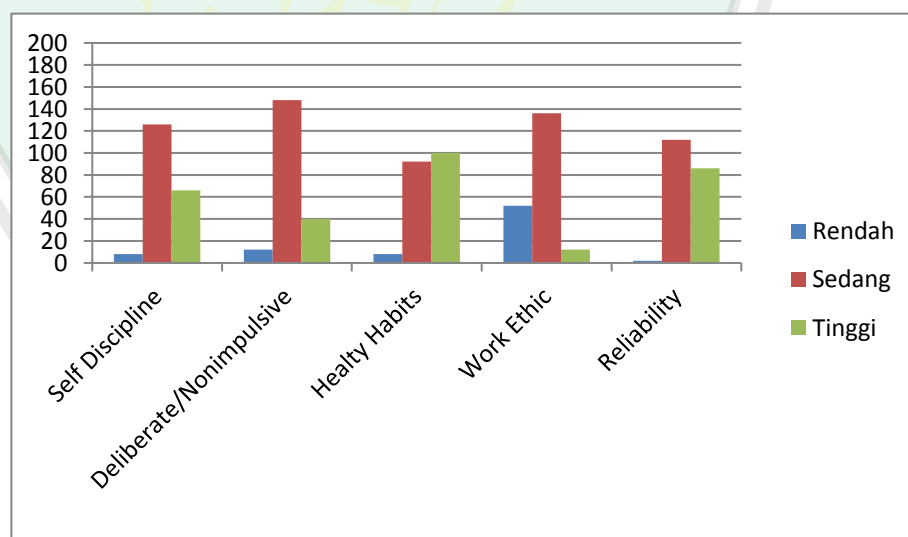


Gambar 4.3 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok

Goldfried dan Merbaum mendefinisikan kontrol diri sebagai proses yang menjadikan individu sebagai agen utama dalam memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku utamanya yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada individu yang satu dengan individu yang lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada yang memiliki kontrol diri yang rendah (dalam Lazarus, 1976). Hal inilah yang mendasari mengapa tingkat kontrol

diri Mahasiswa nonperokok lebih tinggi jika dibandingkan dengan kontrol diri pada Mahasiswa perokok.

Jika ditinjau dari aspek yang dipaparkan oleh Tangney, & Baumeister (2004) yakni: 1) *Self-discipline* (kedisiplinan diri), (2) *Deliberate/nonimpulsive* (aksi yang tidak impulsif), (3) *Healthy habits* (pola hidup sehat), (4) *Work ethic* (etika kerja), dan (5) *Reliability* (kehandalan), secara keseluruhan menunjukkan bahwa kontrol diri Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok ada pada kategori sedang kecuali pada aspek ke tiga yakni *Healthy habits* (pola hidup sehat), kontrol diri Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok berada pada kategori tinggi. Hal tersebut akan diperjelas pada diagram berikut ini:



Gambar 4.4 Diagram Tingkat Kontrol Diri Berdasarkan Aspek

Aspek pertama yakni *Self-discipline* menjelaskan bagaimana

seorang individu melakukan kedisiplinan pada dirinya saat sedang berada dalam suatu tugas. Pada diri Mahasiswa misalnya, mereka dituntut untuk mampu mengontrol diri mereka ditengah padatnya jadwal perkuliahan. Padatnya jadwal perkuliahan dan aktifitas yang ada membuat mereka harus pandai-pandai mengatur kontrol diri yang ada pada diri mereka. Hasil yang diperoleh pada aspek ini, kontrol diri Mahasiswa berada pada kategori sedang. Hal ini terlihat dari tingginya perolehan frekuensi pada kategori sedang (126 orang) dibanding dengan kategori tinggi (66 orang) maupun kategori rendah (8 orang)

Aspek ke dua yakni *Deliberate/nonimpulsive* menjelaskan kecenderungan individu dalam melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu. Ciri-ciri individu ini ialah tidak mudah terpengaruh dan tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan. Hal tersebut diperlukan pada diri Mahasiswa dalam hal kontrol diri. Hasil yang diperoleh pada aspek ini, kontrol diri Mahasiswa berada pada kategori sedang. Hal ini terlihat dari tingginya perolehan frekuensi pada kategori sedang (148 orang) dibanding dengan kategori tinggi (40 orang) maupun kategori rendah (12 orang).

Aspek ke tiga yakni *Healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi seorang individu. Individu dengan *healthy habits* akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya

meskipun hal tersebut menyenangkan. Individu dengan *healthy habits* akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung. Bagi diri Mahasiswa tinggal jauh dari Orangtua mengharuskan mereka untuk lebih menjaga diri mereka, salah satunya adalah pola kehidupan sehat seperti menjaga kesehatan dan pola makan sehari-hari. Hal ini membutuhkan kontrol diri karena bila sedikit saja diri individu tidak mampu mengontrol dengan baik pola kesehatannya, maka yang terjadi adalah mereka akan sakit dan itu berdampak buruk bagi aktifitas sehari-hari mereka. Hasil yang diperoleh pada aspek ini, kontrol diri Mahasiswa berada pada kategori tinggi. Hal ini terlihat dari tingginya perolehan frekuensi pada kategori tinggi (100 orang) dibanding dengan kategori sedang (92 orang) maupun kategori rendah (8 orang).

Aspek ke empat yakni *Work ethic*, merupakan aspek yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka di dalam layanan etika kerja. Individu mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik tanpa dipengaruhi oleh hal-hal di luar tugasnya meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan. Individu dengan *work ethic* mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan. Pada diri Mahasiswa yang tidak lepas dari tugas perkuliahan tentunya aspek ini sangat dibutuhkan dalam kontrol diri. Mahasiswa dengan kontrol diri yang baik pada aspek ini akan

menyelesaikan tugasnya dengan baik, sedangkan pada Mahasiswa yang kontrol dirinya kurang maka hal ini sangat sulit untuk dilakukan. Hasil yang diperoleh pada aspek ini, kontrol diri Mahasiswa berada pada kategori sedang. Hal ini terlihat dari tingginya perolehan frekuensi pada kategori sedang (136 orang) dibanding dengan kategori tinggi (12 orang) maupun kategori rendah (52 orang).

Aspek terakhir yang ke lima yakni *Reliability*, yaitu aspek yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam melaksanakan rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya untuk mewujudkan setiap perencanaannya. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik dalam aspek ini mampu mengatur diri mereka dalam keseharian untuk beberapa jangka waktu yang lama mengingat usia perkembangan mereka sudah tidak lagi muda dan mereka diharuskan memiliki *planning* hidup yang baik untuk masa depan. Hasil yang diperoleh pada aspek ini, kontrol diri Mahasiswa berada pada kategori sedang. Hal ini terlihat dari tingginya perolehan frekuensi pada kategori sedang (112 orang) dibanding dengan kategori tinggi (86 orang) maupun kategori rendah (2 orang).

Berdasarkan uraian diatas maka dapat diartikan bahwa kontrol diri sangat diperlukan dalam diri setiap individu. Hal ini ini

menguatkan pendapat Santrock (1998) bahwa kontrol diri mempunyai peranan yang penting dalam pembentukan perilaku remaja, terutama pada mereka yang akan menginjak masa perkembangan dewasa awal (dalam Komolohadi, & Ulhaq, 2008:17).

Alasan lain mengapa kontrol diri diperlukan dalam diri individu ialah karena Pertama, dalam kehidupan ini individu tidak hidup sendirian melainkan hidup dalam keadaan berkelompok dan individu mempunyai kebutuhan untuk memuaskan keinginan dan kebutuhan. Agar tidak mengganggu kenyamanan serta melanggar keselamatan orang lain dan dirinya sendiri maka individu harus mengontrol perilakunya. Ke dua, masyarakat menghargai kemampuan, kebaikan dan hal-hal yang harus diterima lainnya yang dimiliki oleh individu (Calhoun, & Accocella., 1990).

2. Perbedaan Tingkat Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti, terdapat perbedaan tingkat kontrol diri antara Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok yang ada di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini dapat dilihat pada tabel 4.9 yang menunjukkan adanya perbedaan kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok. Pada tabel tersebut

didapatkan nilai $p = 0,000$ yang artinya terdapat perbedaan antara dua kelompok subjek yang diteliti. Hal ini dikarenakan nilai $p < 0,05$. Perbedaan mean yang didapat juga menjadi tolak ukur adanya perbedaan kontrol diri pada dua kelompok subjek yang diteliti. Pada Mahasiswa perokok didapatkan hasil mean sebesar 66,76 sedangkan pada Mahasiswa nonperokok didapatkan hasil mean sebesar 72, 62 yang artinya kontrol diri pada Mahasiswa perokok lebih rendah daripada kontrol diri pada Mahasiswa nonperokok.

Perbedaan kontrol diri yang nampak pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok yang ada di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2014 dan 2015 menguatkan pendapat Widiana (2004) yang mengatakan bahwa kontrol diri pada setiap individu tidak selalu sama. Setiap individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi namun ada pula individu yang memiliki kontrol diri yang rendah.

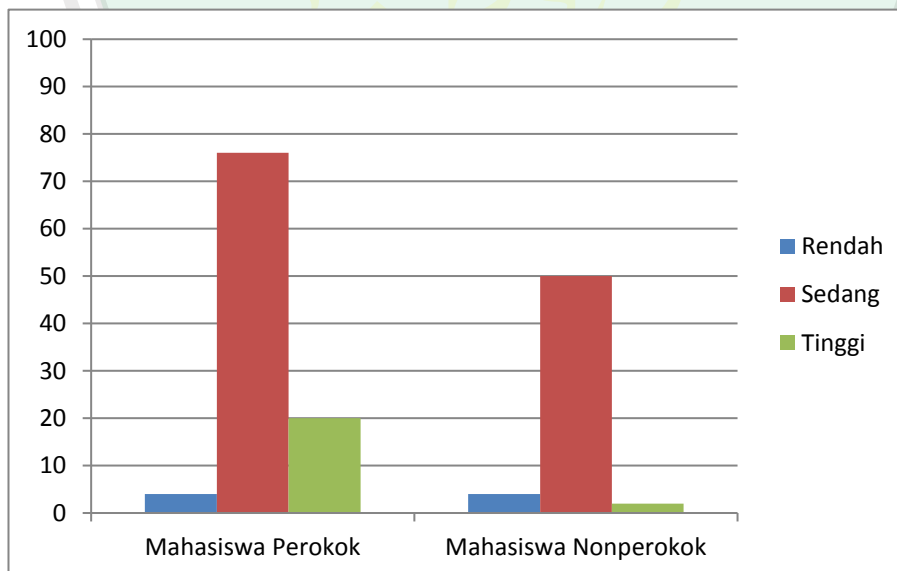
Hal tersebut sesuai dengan observasi awal penelitian ini, saat individu yang merokok dan individu yang tidak merokok dihadapkan dalam keadaan dimana mereka harus mengambil keputusan. Individu yang merokok cenderung santai dan cenderung menganggap mudah permasalahan, sedangkan individu yang tidak merokok selalu memikirkan suatu permasalahan dengan serius sehingga jangan sampai terjadi kesalahan dalam pengambilan keputusan. Individu

yang merokok biasa digambarkan dengan seseorang yang memiliki sifat berisik, sedangkan individu yang tidak merokok cenderung lebih pendiam. Hal ini diperkuat dengan apa yang dipaparkan oleh Feist, & Feist bahwa diantara sifat yang paling sering di distribusikan pada perokok ialah "santai", "terbuka", "pemalas", dan "berisik". Sedangkan sifat yang sering di distribusikan pada nonperokok ialah "pendiam", "rajin belajar", "ramah", dan "atletis" (2011: 311).

Jika ditinjau dari aspek yang dipaparkan oleh Tangney, & Baumeister (2004) yang terdiri dari: 1) *Self-discipline* (kedisiplinan diri), (2) *Deliberate/nonimpulsive* (aksi yang tidak impulsif), (3) *Healthy habits* (pola hidup sehat), (4) *Work ethic* (etika kerja), dan (5) *Reliability* (kehandalan), mayoritas tingkat kontrol diri Mahasiswa berada pada tingkat sedang, namun jika dibandingkan satu persatu tiap aspek dengan dua kelompok subjek yang diteliti yakni Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok maka akan didapatkan hasil bahwa kontrol diri pada Mahasiswa nonperokok lebih tinggi dibandingkan dengan Mahasiswa perokok ditinjau dari banyaknya frekuensi subjek yang muncul pada kategori tinggi tiap aspek. Hasil dari perolehan ini dapat dilihat pada tabel 4.6.

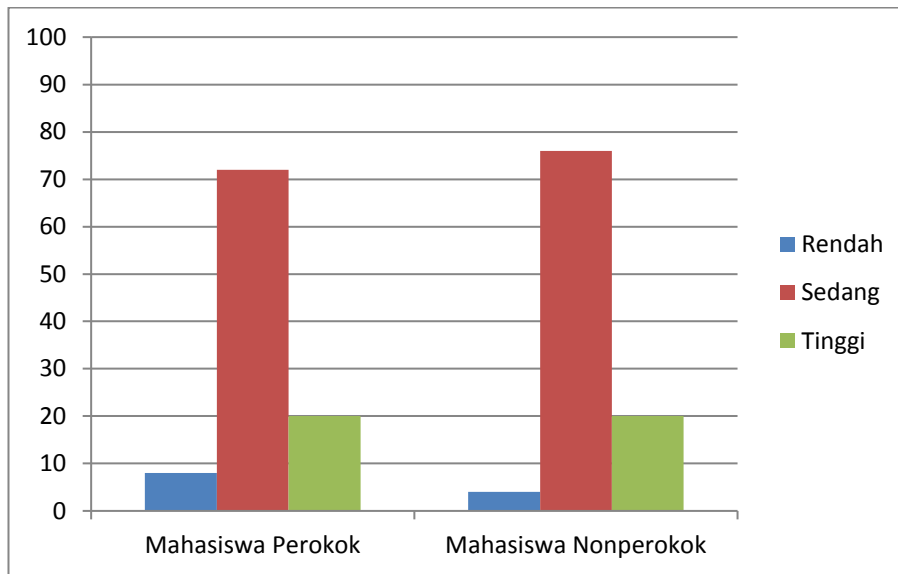
Pada aspek pertama, *Self-discipline* jika dilihat berdasarkan kategori tinggi, Mahasiswa nonperokok memiliki tingkat kontrol diri yang lebih tinggi dibanding Mahasiswa perokok. Jumlah Mahasiswa

nonperokok yang memiliki kontrol diri tinggi sebanyak 46 orang sedangkan jumlah Mahasiswa perokok yang memiliki kontrol diri tinggi hanya berjumlah 20 orang. Aspek ini memerlukan kontrol diri yang baik bagi Mahasiswa mengingat mereka memiliki kewajiban untuk melaksanakan tugas perkuliahan. Tidak hanya dalam tugas perkuliahan, dalam hal lain yang ada di lingkungan sekitar mereka pun kedisiplinan diri juga dibutuhkan agar tidak mengganggu diri individu tersebut, khususnya dalam hal konsentrasi. Hasil dari penelitian pada aspek ini menguatkan apa yang dipaparkan oleh Tangney, & Baumeister (2004) yang menyebutkan bahwa individu dengan *self-discipline* yang baik mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.



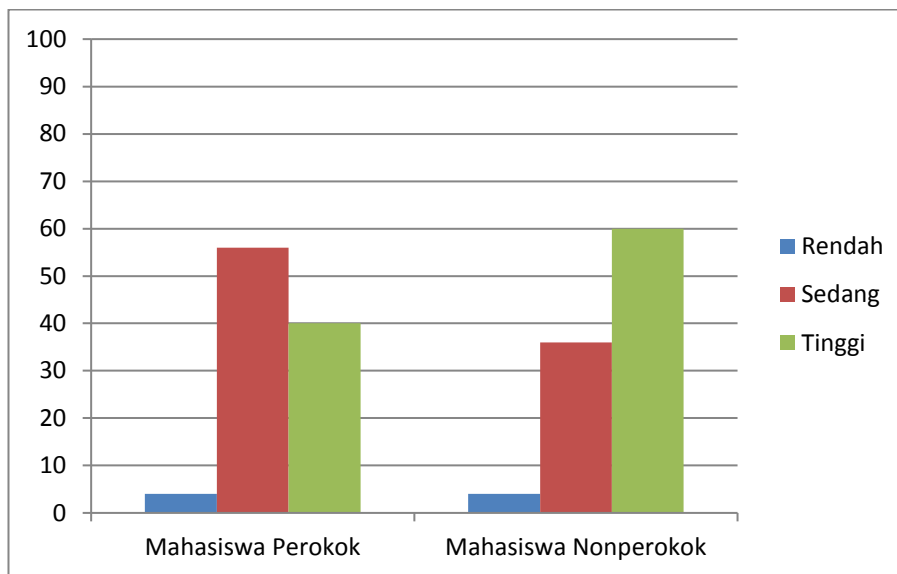
Gambar 4.5 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek *Self Discipline*

Pada aspek ke dua, yakni *Deliberate/nonimpulsive* tingkat kontrol diri pada Mahasiswa nonperokok berada pada taraf seimbang jika ditinjau dari tingkat kategori tinggi. Hal ini terlihat dari hasil yang didapat masing-masing 20 orang dari dua kelompok subjek yang diteliti. Namun jika dilihat dari tingkat kategori sedang jumlah Mahasiswa nonperokok lebih banyak dibanding dengan Mahasiswa perokok, yakni dengan hasil 76 orang Mahasiswa nonperokok dan 72 orang Mahasiswa perokok. Aspek ini menjelaskan bagaimana individu tidak mudah terpengaruh dan lebih berhati-hati khususnya dalam pengambilan keputusan. Hal ini dibutuhkan oleh Mahasiswa khususnya dalam hal yang berhubungan dengan lingkungan perkuliahan serta lingkungan sosial mereka. Aspek ini berhubungan dengan salah satu aspek yang dijelaskan oleh Averill yaitu kemampuan mengontrol keputusan, merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada apa 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 (dalam Ghufron, & Risnawati., 2010: 29-31).



Gambar 4.6 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek *Deliberate/Nonimpulsive*

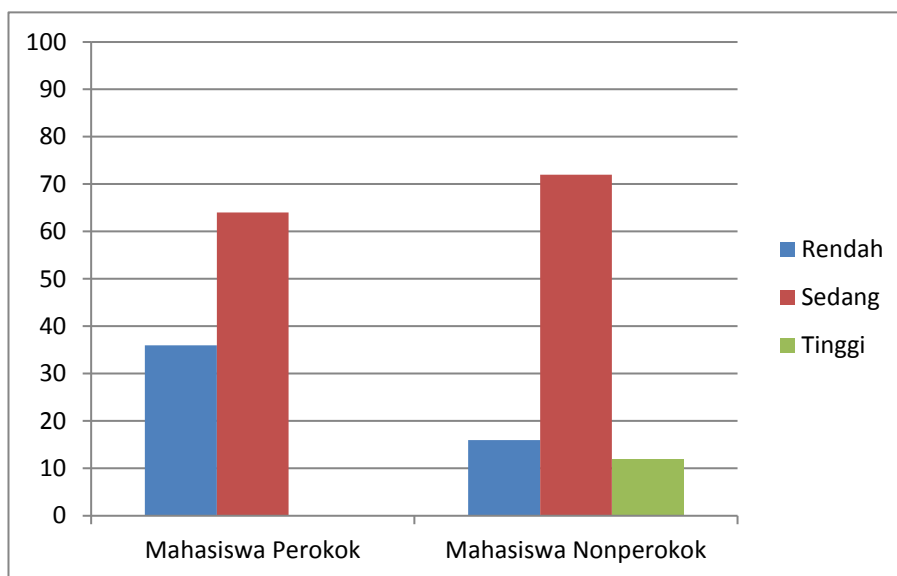
Pada aspek yang ke tiga, yakni *Healthy habits* tingkat kontrol diri pada Mahasiswa nonperokok juga lebih baik dibanding dengan Mahasiswa perokok. Berdasarkan jumlah yang diperoleh pada kategori tinggi jumlah Mahasiswa nonperokok (60 orang) lebih banyak dibanding Mahasiswa perokok (40 orang).



Gambar 4.7 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek *Healthy Habits*

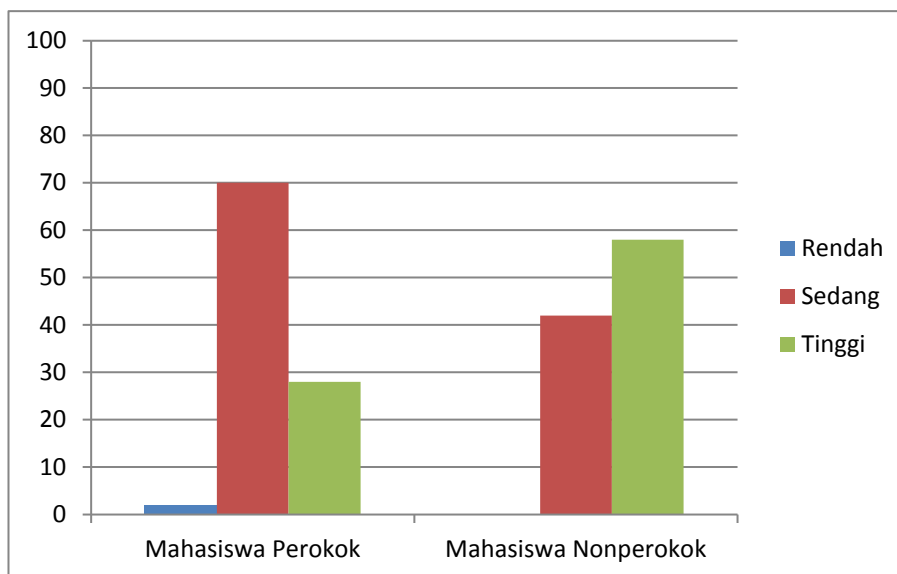
Pada aspek yang ke empat, yakni *Work ethic*. Jumlah Mahasiswa nonperokok lebih memiliki kontrol diri tinggi dibanding Mahasiswa perokok. Pada kategori tinggi menunjukkan hasil tidak ada sama sekali Mahasiswa perokok yang berada pada kategori tinggi, berbeda dengan Mahasiswa nonperokok yang berjumlah 12 orang. Aspek ini berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka di dalam layanan etika kerja. Pada diri Mahasiswa aspek ini diperlukan saat mereka berada dalam suatu organisasi misalnya. Seperti yang diungkapkan Tangney, & Baumeister (2004) bahwasannya Individu dengan *work ethic* baik mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan. Begitu pula dengan Mahasiswa, jika mereka memiliki kontrol diri yang baik pada aspek ini, mereka pasti akan total dalam

melaksanakan kegiatan maupun pekerjaan yang sedang mereka jalani di lingkungan mereka.



Gambar 4.8 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek *Work Ethic*

Pada aspek yang terakhir, yakni *Reliability*. Kontrol diri pada Mahasiswa perokok lebih rendah dibanding dengan kontrol diri pada Mahasiswa nonperokok. Hal ini terlihat dari jumlah frekuensi yang didapat dari kategori tinggi yang muncul pada aspek ini. Mahasiswa perokok berjumlah 28 orang dan Mahasiswa nonperokok berjumlah 58 orang. Menurut Tangney, & Baumeister (2004) aspek ini menjelaskan bagaimana seorang individu mampu mengontrol dirinya untuk kehidupan jangka panjangnya. Pada diri seorang Mahasiswa khususnya yang berada jauh dari orangtua hal ini diperlukan agar kehidupan mereka dapat tertata rapi, atau tidak berantakan.



Gambar 4.9 Diagram Tingkat Kontrol Diri Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok Berdasarkan Aspek *Reliability*

Selain berdasarkan aspek-aspek yang dipaparkan diatas, dalam hal kognitif kontrol diri juga berperan penting, salah satunya dalam hal memori jangka panjang. Individu perokok tidak dapat berfikir saat mengerjakan sesuatu jika tidak sambil merokok. Ingatan mereka akan tiba-tiba muncul ketika mereka mulai menghisap rokok saat sedang tidak dapat berfikir. Padahal secara biofisiologi, kadar nikotin yang ada di dalam darah akan mengurangi catu oksigen ke otak, yang berarti kinerja otak akan terganggu, bukan sebaliknya kinerja otak menjadi lebih lancar. Berbeda dengan individu yang tidak merokok, mereka akan lebih fokus dan mudah untuk berfikir tanpa harus merokok (Ayuningtyas, D., 2011). Hal tersebut membuktikan bahwa ingatan pada individu perokok lebih rendah

dibandingkan ingatan individu nonperokok sesuai dengan hasil observasi dan wawancara yang didapat dalam penelitian ini bahwa mahasiswa yang merokok muda lupa jika ditanya hal yang bersifat penting dibanding dengan mahasiswa nonperokok.

Berdasarkan apa yang telah dipaparkan diatas, jelas terlihat bahwa kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok memiliki perbedaan. Individu yang memiliki kontrol diri tinggi pada umumnya masih dapat mengontrol dorongan-dorongan yang ada dalam dirinya, sehingga mampu mengendalikan perilaku merokoknya tetap rendah. Ray (1983) menambahkan begitu pula sebaliknya individu yang memiliki kontrol diri rendah tidak mampu melepaskan diri dari dorongan – dorongan untuk merokok dan secara terus-menerus terjadi peningkatan jumlah rokok yang dihisap tiap hari, tanpa dapat mempertimbangkan akibat-akibat negatif yang ditimbulkan, baik terhadap dirinya sendiri, ataupun orang – orang di sekitarnya yang tergolong sebagai perokok pasif (dalam Komolohadi, & Ulhaq, 2008: 17).

3. Perbedaan Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok dan Mahasiswa Nonperokok yang Nampak Secara Spesifik

Pada pembahasan sebelumnya telah dijelaskan bahwa terdapat perbedaan tingkat kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan

Mahasiswa nonperokok. Hal tersebut dikarenakan setiap individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda.

Hasil yang didapat menunjukkan bahwa kontrol diri pada Mahasiswa perokok lebih rendah dibanding dengan Mahasiswa nonperokok. Pada beberapa diagram yang telah dipaparkan pada pembahasan sebelumnya hasil yang didapat hampir selalu menunjukkan bahwa Mahasiswa nonperokok memperoleh tingkat yang lebih tinggi dibanding Mahasiswa perokok. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Widiana (2004) bahwa kontrol diri pada setiap individu tidak selalu sama. Setiap individu memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi namun ada pula individu yang memiliki kontrol diri yang rendah.

Namun apabila ditinjau dari beberapa aspek kontrol diri yang ada, seperti: 1) *Self-discipline* (kedisiplinan diri), (2) *Deliberate/nonimpulsive* (aksi yang tidak impulsif), (3) *Healthy habits* (pola hidup sehat), (4) *Work ethic* (etika kerja), dan (5) *Reliability* (kehandalan), perbedaan kontrol diri yang sangat jelas terlihat berada pada aspek yang ke tiga, *Healthy habits* (pola hidup sehat).

Pada aspek tersebut perbedaan yang nampak dapat dilihat dari jumlah tingginya tingkat kontrol diri yang diperoleh oleh Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok. Jumlah Mahasiswa

perokok lebih sedikit dibandingkan dengan Mahasiswa nonperokok, yakni 40 orang Mahasiswa perokok dan 60 Mahasiswa nonperokok.

Aspek *Healthy habits* ini merupakan kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi seorang individu. Menurut Tangney, & Baumeister (2004) Individu dengan tingkat *healthy habits* yang tinggi akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan. Individu dengan *healthy habits* akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung. Bagi diri Mahasiswa tinggal jauh dari Orangtua mengharuskan mereka untuk lebih menjaga diri mereka, salah satunya adalah pola kehidupan sehat seperti menjaga kesehatan dan pola makan sehari-hari. Hal ini membutuhkan kontrol diri karena bila sedikit saja diri individu tidak mampu mengontrol dengan baik pola kesehatannya, maka yang terjadi adalah mereka akan sakit dan itu berdampak buruk bagi aktifitas sehari-hari mereka.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan Berdasarkan hasil dari analisa data dan pembahasan atas hasil penelitian, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kontrol diri yang tampak pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2014 dan 2015 dengan tingkat yang berbeda-beda. Secara keseluruhan tingkat kontrol diri berada pada kategori sedang. Diperoleh 21% Mahasiswa yang memiliki kontrol diri tinggi dengan jumlah 42 orang, 77% Mahasiswa memiliki kontrol diri sedang dengan jumlah 154 orang, dan 2% Mahasiswa memiliki kontrol diri rendah dengan jumlah 4 orang.
2. Terdapat perbedaan tingkat kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Mlalang angkatan 2014 dan 2015. Kategori tingkat kontrol diri secara umum ada pada kategori sedang. Namun meskipun sama-sama berada pada kategori sedang, tingkat kontrol diri pada Mahasiswa nonperokok lebih tinggi dibanding dengan Mahasiswa perokok. Hal ini dapat dilihat dari jumlah frekuensi yang muncul pada kategori tinggi, yaitu pada Mahasiswa perokok terdapat 10 orang yang memiliki kontrol diri tinggi, sedangkan pada Mahasiswa nonperokok terdapat 32 orang yang memiliki kontrol diri tinggi. Hal tersebut yang menjadi tolak ukur adanya

perbedaan tingkat kontrol diri pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2014 dan 2015, yakni tingkat kontrol diri Mahasiswa perokok lebih rendah dibanding dengan Mahasiswa nonperokok.

3. Perbedaan tingkat kontrol diri yang sangat jelas terlihat pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok berada pada aspek ke tiga yakni *Healthy habits* yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi seorang individu. Hasil yang diperoleh terdapat 60 orang Mahasiswa nonperokok yang memiliki kontrol diri pada kategori tinggi, dibandingkan dengan 40 orang Mahasiswa perokok yang memiliki kontrol diri pada kategori tinggi.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, yang menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri Mahasiswa perokok lebih rendah dibandingkan dengan tingkat kontrol diri Mahasiswa nonperokok maka disarankan agar Mahasiswa yang merokok lebih meningkatkan kontrol dirinya dengan mengevaluasi diri serta melakukan hal-hal baik yang mampu meningkatkan kontrol dirinya. Lebih baik lagi jika kebiasaan merokok pada Mahasiswa yang merokok dikurangi guna meningkatkan kesehatan yang ada pada diri mereka. Sedangkan bagi Mahasiswa

nonperokok yang tingkat kontrol dirinya sudah baik, agar terus melakukan kontrol diri agar tingkat kontrol diri yang telah ada semakin menunjukkan kualitas yang baik.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya, hendaknya peneliti menggali lagi mengenai sejumlah faktor yang mempengaruhi perbedaan kontrol diri (*self control*) pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa nonperokok sehingga hasil yang diperoleh dapat lebih maksimal dan mendalam terkait perbedaan kontrol diri (*self control*) pada Mahasiswa perokok dan Mahasiswa non-perokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Adit. (2002). *Bye..Bye..Smoke*. Jakarta: PT. TriEks Trimacindo.
- Anshori, M & Iswati, S. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Surabaya: Airlangga University Press
- Arikunto, Suharsimi. (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Arikunto, (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Adi Mahasatya.
- Averill, J. R. (1973). Personal Control Over Asertive Stimuli and It's Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*. 88, 286-303.
- Azwar, S. (2005). *Penyusunan skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Calhoun, J.F & Acocella, J.R. (1990). *Psychology of Adjusment and Human Relationship. Third edition*. New York: Mc. Graw Hill.
- Cresweel, John W. (2010). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Ghufron, M. Nur, & Risnawati, RS. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Harahap, Elfira, E, W. (2015). *The Correlation of Conformity and Self Control with Smoking Behavior at Girl Adolescent in Surakarta*. IV(1). 19.
- Harahap, Elfira, E, W. (2015). *The Correlation of Conformity and Self Control with Smoking Behavior at Girl Adolescent in Surakarta*. IV(1). 23.
- Helmi, A. F, & Komasari, D,. (2000). Faktor-faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*. 1, 37-47.
- Hurlock, E.B. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

- Husaini, Aiman. (2006). *Tobat Merokok*. Depok: Pustaka Iiman.
- Lazarus, R.S. (1976). *Pattern of Adjustment. Third Edition*. Tokyo: Mc Graw Hill Kogakusha, Ltd
- Mangoenprasodjo, Setiono. (2005). *Hidup Sehat Tanpa Rokok*. Yogyakarta: Pradipta Publishing. .
- Martini, Sih. (2014). Makna Merokok pada Remaja Putri Perokok. *Jurnal Psikologi*. 3(2), 120.
- Martini, Sih. (2014). Makna Merokok pada Remaja Putri Perokok. *Jurnal Psikologi*. 3(2), 121
- Nainggolan. (2001). *Anda Mau Berhenti Merokok?*. Bandung: Indonesia Publising House.
- Prasetyo, Bambang., Jannah, Lira. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Santrock, John W. (2012). *Life Span Development*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sarafino .Edward. P. (1998). *Health Psychology. Biopsychosocial Interaction. Third Editon*. New York: John Wiley & Sons Inc.
- Shaffer, D. R., (1994), *Social and Personality Development. 3rd Edition*, California: Pacific Grove.
- Sugiyono. (1993). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: CV Alfabeta
- Susmiati, (2003). *Hubungan antara Stress Psikis dengan Perilaku Merokok pada Remaja Siswa SMK PGRI Singosari Kab. Malang*. Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., Boone, A.L. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.
- Widiana. H. S., Hidayat, R. Retnowati, S. (2004). Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan Internet. *Humanitas : Indonesian Psychological Journal*. 1.(1), 6-16.

Wheteral, F Charles. (2001). *Stop: Baca Buku Ini dan Berhenti Merokok*. Bandung: How-Press.

Widiana. H. S., Hidayat, R. Retnowati, S. (2004). Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan Internet. *Humanitas : Indonesian Psychological Journal*. 1.(1), 6-16.





LAMPIRAN

Lampiran 1 SKALA PENELITIAN

Nama :
Usia :
Jurusan :
(Lingkari salah satu) : Merokok / Tidak Merokok

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan. Anda diminta untuk mengemukakan apakah isi pernyataan-pernyataan tersebut sesuai dengan diri anda, dengan cara memberi tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia. Anda tidak perlu merasa takut salah karena jawaban yang tersedia tidak bernilai benar ataupun salah.

Adapun pilihan jawaban tersebut ialah:

STS : Sangat Tidak Sesuai
TS : Tidak Sesuai
KS : Kurang Sesuai
S : Sesuai
SS : Sangat Sesuai

Setiap orang dapat mempunyai jawaban yang berbeda, karena itu pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri anda.

No.	Pernyataan	STS	TS	KS	S	SS
1.	Saya merasa kesulitan dalam menghilangkan kebiasaan buruk					
2.	Saya adalah orang yang malas					
3.	Saya membicarakan sesuatu yang tidak benar					
4.	Saya melakukan hal tertentu yang buruk bagi saya jika itu menyenangkan					

5.	Saya dapat diandalkan dalam hal tepat waktu					
6.	Saya mudah berubah pikiran					
7.	Saya adalah orang yang dapat dipercaya					
8.	Saya terbawa perasaan saya sendiri					
9.	Saya melakukan banyak hal secara mendadak					
10.	Saya tidak dapat menjaga rahasia dengan baik					
11.	Saya adalah orang yang memiliki disiplin diri yang kuat menurut orang-orang di sekitar saya					
12.	Saya mengerjakan tugas/pekerjaan secara mendadak					
13.	Saya lebih senang bertindak tanpa berfikir					
14.	Saya menunda untuk menyelesaikan suatu pekerjaan saat merasa senang/bahagia					
15.	Saya memiliki masalah dalam berkonsentrasi					
16.	Saya mampu bekerja secara efektif terhadap tujuan jangka panjang					
17.	Saya bertindak tanpa memikirkan cara lainnya					
18.	Saya mudah untuk lepas kontrol					

19.	Saya hobi menyela orang lain					
20.	Saya minum atau mengonsumsi obat secara berlebihan					
21.	Saya adalah orang yang tepat waktu					



Lampiran 2 ANALISIS DATA

1) Hasil Validitas dan Reliabilitas Uji Coba

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.782	36

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KD1	115.8200	161.078	.113	.782
KD2	117.0600	155.815	.294	.776
KD3	116.4200	148.994	.524	.765
KD4	115.7700	149.532	.546	.765
KD5	115.6700	165.052	-.058	.788
KD6	116.3500	150.856	.410	.770
KD7	116.0400	155.170	.320	.775
KD8	116.4300	155.096	.237	.779
KD9	116.9000	158.515	.175	.781
KD10	116.7800	151.608	.436	.769
KD11	117.2400	162.265	.066	.784
KD12	116.4700	156.797	.223	.779
KD13	115.6800	161.129	.098	.783
KD14	116.6100	157.149	.213	.779
KD15	115.9000	155.545	.265	.777
KD16	115.7900	169.319	-.207	.797
KD17	118.0400	167.372	-.162	.791
KD18	115.5100	157.263	.303	.776
KD19	116.8900	156.442	.267	.777
KD20	117.3100	153.913	.392	.772
KD21	115.7400	154.356	.329	.774
KD22	116.1000	154.596	.378	.773
KD23	117.1200	154.874	.417	.772
KD24	115.9900	167.626	-.154	.794
KD25	116.2200	149.264	.469	.767
KD26	115.8600	158.324	.204	.779
KD27	115.8200	159.179	.192	.780
KD28	116.5700	152.692	.379	.772
KD29	116.8500	153.199	.424	.771

KD30	115.8200	158.735	.268	.777
KD31	116.0100	158.252	.214	.779
KD32	115.9700	155.565	.332	.774
KD33	116.1200	151.561	.379	.771
KD34	115.9800	150.181	.430	.769
KD35	115.4300	155.621	.295	.776
KD36	116.0700	150.328	.509	.767

2) Hasil Validitas dan Reliabilitas Penelitian

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,838	21

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	67,1400	105,287	,376	,832
VAR00002	66,5000	100,794	,551	,824
VAR00003	65,8500	100,188	,629	,821
VAR00004	66,4300	102,015	,445	,829
VAR00005	66,1200	105,795	,351	,833
VAR00006	66,8600	102,835	,467	,828
VAR00007	65,5900	108,545	,284	,835
VAR00008	66,9700	105,698	,353	,833
VAR00009	67,3900	104,661	,431	,830
VAR00010	65,8200	106,842	,279	,836
VAR00011	66,1800	106,319	,361	,833
VAR00012	67,2000	105,407	,467	,829
VAR00013	66,3000	102,945	,408	,831
VAR00014	66,6500	103,405	,423	,830
VAR00015	66,9300	103,905	,473	,828
VAR00016	65,9000	109,357	,274	,836
VAR00017	66,0500	106,359	,354	,833
VAR00018	66,2000	102,633	,412	,831
VAR00019	66,0600	102,147	,436	,829
VAR00020	65,5100	107,608	,257	,837

VAR00021	66,1500	102,962	,485	,827
----------	---------	---------	------	------

3) Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		VAR00001
N		200
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	69,6900
	Std. Deviation	10,69325
Most Extreme Differences	Absolute	,062
	Positive	,057
	Negative	-,062
Test Statistic		,062
Asymp. Sig. (2-tailed)		,056 ^c
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		

4) Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances			
kontrol_diri			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3,274	1	198	,072

ANOVA					
kontrol_diri					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1716,980	1	1716,980	16,160	,000
Within Groups	21037,800	198	106,252		
Total	22754,780	199			

5) Hasil Uji Perbedaan (Uji t)

Group Statistics					
	status	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
kontrol_diri	perokok	100	66,7600	9,43357	,94336
	non_perokok	100	72,6200	11,11354	1,11135

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
kontrol_diri	Equal variances assumed	3,274	,072	4,020	198	,000	5,86000	1,45775	8,73471	2,98529
	Equal variances not assumed			4,020	192,910	,000	5,86000	1,45775	8,73517	2,98483

Lampiran 3 DATA EXCEL

1) Kategori Tingkat Kontrol Diri Keseluruhan

Subjek	Aitem																					Jumlah	KET
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		
Perokok 1	1	5	5	5	5	5	1	5	5	1	5	1	1	5	1	5	5	5	5	1	5	77	sedang
Perokok 2	5	5	4	2	2	5	1	5	2	1	5	1	5	3	3	2	5	5	5	3	3	72	sedang
Perokok 3	2	4	5	4	2	4	4	4	2	4	3	2	4	5	4	4	4	5	5	4	4	79	tinggi
Perokok 4	2	3	4	2	4	3	4	2	2	3	3	2	4	3	4	4	4	4	5	5	3	70	sedang
Perokok 5	3	2	4	3	3	2	4	3	2	4	4	3	4	1	2	3	3	2	4	4	3	63	sedang
Perokok 6	3	3	3	3	4	3	5	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	65	sedang
Perokok 7	5	4	5	3	3	5	5	5	1	5	2	2	5	4	4	4	4	5	2	5	2	80	tinggi
Perokok 8	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	5	4	5	3	77	sedang
Perokok 9	3	3	4	3	4	2	4	2	2	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	63	sedang
Perokok 10	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	53	sedang
Perokok 11	2	4	3	2	4	2	4	4	1	5	4	2	3	1	3	3	4	3	2	4	3	63	sedang
Perokok 12	3	2	2	3	1	3	5	1	3	2	5	2	2	1	2	4	3	2	4	5	5	60	sedang
Perokok 13	2	5	4	2	3	1	5	3	1	5	5	3	4	5	3	3	5	3	3	3	4	72	sedang
Perokok 14	4	3	4	4	5	2	5	3	2	5	3	2	4	3	5	4	5	5	3	5	4	80	tinggi
Perokok 15	2	1	4	5	2	2	4	3	1	5	3	2	2	4	4	4	4	4	5	5	3	69	sedang
Perokok 16	2	2	5	4	4	2	4	4	2	3	4	3	3	3	1	4	4	3	5	2	4	68	sedang
Perokok 17	1	2	5	1	1	4	5	2	1	4	2	1	3	2	4	4	5	4	4	4	2	61	sedang
Perokok 18	4	3	4	2	5	4	5	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	5	5	4	5	81	tinggi
Perokok 19	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	3	2	2	2	2	4	2	2	4	5	3	58	sedang
Perokok 20	2	3	4	5	3	3	4	3	2	4	3	2	5	3	2	4	3	4	5	4	3	71	sedang
Perokok 21	2	3	4	2	3	2	4	3	2	5	3	3	4	3	3	4	4	4	5	5	4	72	sedang
Perokok 22	5	1	4	1	3	1	5	2	1	3	5	1	1	5	2	5	4	2	1	5	4	61	sedang
Perokok 23	3	4	4	4	4	3	4	2	2	3	4	2	3	2	2	4	3	4	4	4	4	69	sedang

Perokok 24	3	4	3	3	4	3	3	3	2	4	3	2	4	3	4	4	4	5	4	4	3	72	sedang
Perokok 25	2	5	5	2	4	5	4	1	1	5	5	3	1	5	3	4	4	1	1	5	3	69	sedang
Perokok 26	2	3	4	2	4	3	4	3	1	1	3	2	4	2	3	5	5	3	4	5	4	67	sedang
Perokok 27	1	4	5	5	2	2	5	2	2	5	3	4	3	4	2	4	4	2	5	5	4	73	sedang
Perokok 28	3	3	3	2	4	3	4	2	2	4	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	3	62	sedang
Perokok 29	2	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	2	60	sedang
Perokok 30	2	5	5	4	4	3	4	4	3	5	3	3	5	3	4	4	4	3	5	5	4	82	tinggi
Perokok 31	1	2	1	1	1	1	1	4	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	rendah
Perokok 32	2	2	4	4	3	2	2	2	2	2	1	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	67	sedang
Perokok 33	1	2	1	1	2	2	5	1	1	3	3	1	3	3	1	5	5	5	3	5	3	56	sedang
Perokok 34	3	3	3	2	4	3	4	2	2	4	2	2	5	5	3	3	4	4	3	4	2	67	sedang
Perokok 35	2	2	4	3	4	3	4	2	2	3	4	1	1	2	3	4	2	2	4	5	3	60	sedang
Perokok 36	2	3	5	4	2	2	4	3	2	4	2	2	2	2	2	5	2	4	5	3	2	62	sedang
Perokok 37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	5	2	3	3	5	1	3	3	3	66	sedang
Perokok 38	1	2	2	1	3	1	5	1	1	5	2	1	4	4	1	2	4	4	5	4	1	54	sedang
Perokok 39	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	2	4	5	3	5	4	4	2	4	3	74	sedang
Perokok 40	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	77	sedang
Perokok 41	2	3	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	2	3	4	65	sedang
Perokok 42	2	3	3	4	3	2	4	2	1	5	3	2	4	2	2	3	4	5	2	5	3	64	sedang
Perokok 43	4	5	4	5	5	5	3	4	2	4	4	3	2	5	3	4	3	5	3	2	2	77	sedang
Perokok 44	4	5	4	5	2	3	4	4	3	4	4	2	2	2	3	3	4	3	2	3	3	69	sedang
Perokok 45	4	4	3	5	3	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	2	4	4	5	5	2	70	sedang
Perokok 46	1	1	5	5	5	1	3	3	1	1	1	1	1	1	3	3	4	5	3	5	1	54	sedang
Perokok 47	3	3	5	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	75	sedang
Perokok 48	1	2	1	1	2	2	5	1	1	3	3	1	3	3	1	5	5	5	3	5	3	56	sedang
Perokok 49	2	3	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	2	3	4	65	sedang
Perokok 50	2	3	3	4	3	2	4	2	1	5	3	2	4	2	2	3	4	5	2	5	3	64	sedang
Perokok 51	2	5	5	2	4	5	4	1	1	5	5	3	1	5	3	4	4	1	1	5	3	69	sedang
Perokok 52	2	3	4	2	4	3	4	3	1	1	3	2	4	2	3	5	5	3	4	5	4	67	sedang
Perokok 53	1	4	5	5	2	2	5	2	2	5	3	4	3	4	2	4	4	2	5	5	4	73	sedang

Perokok 54	3	3	3	2	4	3	4	2	2	4	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	3	62	sedang
Perokok 55	2	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	2	60	sedang
Perokok 56	2	5	5	4	4	3	4	4	3	5	3	3	5	3	4	4	4	3	5	5	4	82	tinggi
Perokok 57	1	2	1	1	1	1	1	4	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	rendah
Perokok 58	2	2	4	4	3	2	2	2	2	2	1	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	67	sedang
Perokok 59	1	2	1	1	2	2	5	1	1	3	3	1	3	3	1	5	5	5	3	5	3	56	sedang
Perokok 60	3	3	3	2	4	3	4	2	2	4	2	2	5	5	3	3	4	4	3	4	2	67	sedang
Perokok 61	2	2	4	3	4	3	4	2	2	3	4	1	1	2	3	4	2	2	4	5	3	60	sedang
Perokok 62	2	3	5	4	2	2	4	3	2	4	2	2	2	2	2	5	2	4	5	3	2	62	sedang
Perokok 63	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	5	2	3	3	5	1	3	3	3	66	sedang
Perokok 64	1	2	2	1	3	1	5	1	1	5	2	1	4	4	1	2	4	4	5	4	1	54	sedang
Perokok 65	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	2	4	5	3	5	4	4	2	4	3	74	sedang
Perokok 66	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	77	sedang
Perokok 67	2	3	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	2	3	4	65	sedang
Perokok 68	2	3	3	4	3	2	4	2	1	5	3	2	4	2	2	3	4	5	2	5	3	64	sedang
Perokok 69	4	5	4	5	5	5	3	4	2	4	4	3	2	5	3	4	3	5	3	2	2	77	sedang
Perokok 70	4	5	4	5	2	3	4	4	3	4	4	2	2	2	3	3	4	3	2	3	3	69	sedang
Perokok 71	4	4	3	5	3	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	2	4	4	5	5	2	70	sedang
Perokok 72	1	1	5	5	5	1	3	3	1	1	1	1	1	1	3	3	4	5	3	5	1	54	sedang
Perokok 73	3	3	5	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	75	sedang
Perokok 74	1	2	1	1	2	2	5	1	1	3	3	1	3	3	1	5	5	5	3	5	3	56	sedang
Perokok 75	2	3	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	2	3	4	65	sedang
Perokok 76	2	3	3	4	3	2	4	2	1	5	3	2	4	2	2	3	4	5	2	5	3	64	sedang
Perokok 77	1	5	5	5	5	5	1	5	5	1	5	1	1	5	1	5	5	5	5	1	5	77	sedang
Perokok 78	5	5	4	2	2	5	1	5	2	1	5	1	5	3	3	2	5	5	5	3	3	72	sedang
Perokok 79	2	4	5	4	2	4	4	4	2	4	3	2	4	5	4	4	4	5	5	4	4	79	tinggi
Perokok 80	2	3	4	2	4	3	4	2	2	3	3	2	4	3	4	4	4	4	5	5	3	70	sedang
Perokok 81	3	2	4	3	3	2	4	3	2	4	4	3	4	1	2	3	3	2	4	4	3	63	sedang
Perokok 82	3	3	3	3	4	3	5	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	65	sedang
Perokok 83	5	4	5	3	3	5	5	5	1	5	2	2	5	4	4	4	4	5	2	5	2	80	tinggi

Perokok 84	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	5	4	5	3	77	sedang
Perokok 85	3	3	4	3	4	2	4	2	2	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	63	sedang
Perokok 86	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	53	sedang
Perokok 87	2	4	3	2	4	2	4	4	1	5	4	2	3	1	3	3	4	3	2	4	3	63	sedang
Perokok 88	3	2	2	3	1	3	5	1	3	2	5	2	2	1	2	4	3	2	4	5	5	60	sedang
Perokok 89	2	5	4	2	3	1	5	3	1	5	5	3	4	5	3	3	5	3	3	3	4	72	sedang
Perokok 90	4	3	4	4	5	2	5	3	2	5	3	2	4	3	5	4	5	5	3	5	4	80	tinggi
Perokok 91	2	1	4	5	2	2	4	3	1	5	3	2	2	4	4	4	4	4	5	5	3	69	sedang
Perokok 92	2	2	5	4	4	2	4	4	2	3	4	3	3	3	1	4	4	3	5	2	4	68	sedang
Perokok 93	1	2	5	1	1	4	5	2	1	4	2	1	3	2	4	4	5	4	4	4	2	61	sedang
Perokok 94	4	3	4	2	5	4	5	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	5	5	4	5	81	tinggi
Perokok 95	2	2	2	4	4	2	3	2	2	4	3	2	2	2	2	4	2	2	4	5	3	58	sedang
Perokok 96	2	3	4	5	3	3	4	3	2	4	3	2	5	3	2	4	3	4	5	4	3	71	sedang
Perokok 97	2	3	4	2	3	2	4	3	2	5	3	3	4	3	3	4	4	4	5	5	4	72	sedang
Perokok 98	5	1	4	1	3	1	5	2	1	3	5	1	1	5	2	5	4	2	1	5	4	61	sedang
Perokok 99	3	4	4	4	4	3	4	2	2	3	4	2	3	2	2	4	3	4	4	4	4	69	sedang
Perokok 100	3	4	3	3	4	3	3	3	2	4	3	2	4	3	4	4	4	5	4	4	3	72	sedang
Nonperokok 1	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	1	2	5	5	5	73	sedang
Nonperokok 2	2	2	2	1	5	1	5	2	1	4	3	1	2	3	2	5	5	1	2	4	5	58	sedang
Nonperokok 3	3	4	4	4	4	2	5	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	78	tinggi
Nonperokok 4	3	3	4	4	5	4	4	2	2	5	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	75	sedang
Nonperokok 5	4	2	3	3	4	1	3	3	1	4	4	2	1	4	2	4	2	1	3	4	4	59	sedang
Nonperokok 6	4	3	3	3	4	2	5	3	2	4	4	3	4	3	3	4	5	5	5	5	4	78	tinggi

Nonperokok 7	3	3	5	3	4	3	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	80	tinggi
Nonperokok 8	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	99	tinggi
Nonperokok 9	2	2	4	4	2	4	5	3	2	5	3	2	4	4	2	3	4	5	5	5	5	75	sedang
Nonperokok 10	2	3	5	2	5	2	5	3	3	4	5	2	3	2	2	4	3	3	5	5	5	73	sedang
Nonperokok 11	1	1	1	1	1	1	3	1	1	5	3	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	41	rendah
Nonperokok 12	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	5	3	69	sedang
Nonperokok 13	1	2	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	4	3	4	3	61	sedang
Nonperokok 14	3	4	4	5	4	2	4	2	3	5	5	3	4	2	2	5	3	2	5	5	5	77	sedang
Nonperokok 15	3	3	3	3	4	3	5	3	2	4	3	3	3	4	2	4	3	3	4	5	4	71	sedang
Nonperokok 16	3	4	4	4	4	5	4	2	2	5	4	3	4	3	3	4	4	5	5	5	3	80	tinggi
Nonperokok 17	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	76	sedang
Nonperokok 18	5	4	5	3	4	3	4	3	3	5	4	2	5	4	3	4	3	5	5	5	4	83	tinggi
Nonperokok 19	2	5	4	4	4	4	5	2	2	5	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	73	sedang
Nonperokok 20	4	5	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	5	5	5	82	tinggi
Nonperokok 21	1	1	2	3	3	2	5	2	2	5	2	3	5	4	2	4	5	2	4	2	2	61	sedang

Nonperokok 22	3	4	3	5	3	4	4	4	2	5	4	2	4	2	4	4	5	5	5	5	3	80	tinggi
Nonperokok 23	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	57	sedang
Nonperokok 24	3	4	5	4	5	3	5	4	3	3	5	3	5	5	4	4	5	4	4	5	5	88	tinggi
Nonperokok 25	2	3	5	2	4	4	5	5	3	5	4	4	4	3	3	4	4	5	5	5	4	83	tinggi
Nonperokok 26	4	4	5	4	4	4	4	2	2	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	86	tinggi
Nonperokok 27	2	5	4	4	2	1	3	4	4	4	2	3	4	4	1	3	4	3	1	1	2	61	sedang
Nonperokok 28	3	3	3	4	4	3	4	2	2	2	4	3	0	3	2	3	3	3	3	4	4	62	sedang
Nonperokok 29	4	5	4	5	4	2	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	5	4	79	tinggi
Nonperokok 30	2	3	3	3	3	2	4	2	3	2	4	2	3	2	2	3	2	2	2	4	3	56	sedang
Nonperokok 31	2	3	4	2	4	3	4	2	3	5	4	3	3	2	3	4	3	5	2	5	4	70	sedang
Nonperokok 32	3	1	5	5	4	3	5	3	2	5	3	3	4	4	5	3	3	1	5	5	4	76	sedang
Nonperokok 33	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	4	4	5	5	5	5	5	5	96	tinggi
Nonperokok 34	3	4	5	3	5	2	5	1	2	5	5	2	3	4	2	5	3	2	2	5	5	73	sedang
Nonperokok 35	3	2	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	5	4	3	63	sedang
Nonperokok 36	2	3	3	2	4	2	5	1	2	4	3	2	2	4	2	4	3	3	3	5	5	64	sedang

Nonperokok 37	1	3	5	3	5	3	4	3	2	5	3	2	5	2	2	3	5	4	3	5	5	73	sedang
Nonperokok 38	2	5	5	5	4	2	4	2	2	5	4	3	5	2	4	4	2	4	5	4	4	77	sedang
Nonperokok 39	1	2	3	3	4	3	4	2	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	4	4	3	62	sedang
Nonperokok 40	3	3	5	4	3	2	5	2	2	5	3	3	4	3	3	4	4	4	4	5	3	74	sedang
Nonperokok 41	5	5	5	4	5	3	5	4	3	5	5	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	95	tinggi
Nonperokok 42	2	4	4	3	3	3	4	1	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	5	69	sedang
Nonperokok 43	2	2	3	2	5	2	4	2	2	4	3	2	2	2	1	4	3	2	4	5	4	60	sedang
Nonperokok 44	2	2	5	2	5	2	4	2	2	2	4	3	4	2	3	3	4	3	2	4	5	65	sedang
Nonperokok 45	2	2	3	2	4	4	4	2	2	3	3	2	4	2	2	4	3	1	3	5	4	61	sedang
Nonperokok 46	4	3	4	4	4	2	4	2	2	4	3	2	4	2	3	3	4	4	4	4	3	69	sedang
Nonperokok 47	3	3	5	5	4	5	3	3	4	2	4	3	3	3	2	4	4	4	3	5	4	76	sedang
Nonperokok 48	4	4	5	3	5	3	5	3	5	5	4	3	5	3	3	4	3	4	4	4	4	83	tinggi
Nonperokok 49	2	3	5	5	2	3	4	4	2	5	2	2	4	3	3	3	3	4	4	5	2	70	sedang
Nonperokok 50	3	5	5	5	3	3	5	1	1	5	5	3	5	5	4	5	5	2	3	5	3	81	tinggi
Nonperokok 51	4	4	5	4	4	4	4	2	2	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	86	tinggi

Nonperokok 67	2	4	4	3	3	3	4	1	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	5	69	sedang
Nonperokok 68	2	2	3	2	5	2	4	2	2	4	3	2	2	2	1	4	3	2	4	5	4	60	sedang
Nonperokok 69	2	2	5	2	5	2	4	2	2	2	4	3	4	2	3	3	4	3	2	4	5	65	sedang
Nonperokok 70	2	2	3	2	4	4	4	2	2	3	3	2	4	2	2	4	3	1	3	5	4	61	sedang
Nonperokok 71	4	3	4	4	4	2	4	2	2	4	3	2	4	2	3	3	4	4	4	4	3	69	sedang
Nonperokok 72	3	3	5	5	4	5	3	3	4	2	4	3	3	3	2	4	4	4	3	5	4	76	sedang
Nonperokok 73	4	4	5	3	5	3	5	3	5	5	4	3	5	3	3	4	3	4	4	4	4	83	tinggi
Nonperokok 74	2	3	5	5	2	3	4	4	2	5	2	2	4	3	3	3	3	4	4	5	2	70	sedang
Nonperokok 75	3	5	5	5	3	3	5	1	1	5	5	3	5	5	4	5	5	2	3	5	3	81	tinggi
Nonperokok 76	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	1	2	5	5	5	73	sedang
Nonperokok 77	2	2	2	1	5	1	5	2	1	4	3	1	2	3	2	5	5	1	2	4	5	58	sedang
Nonperokok 78	3	4	4	4	4	2	5	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	78	tinggi
Nonperokok 79	3	3	4	4	5	4	4	2	2	5	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	75	sedang
Nonperokok 80	4	2	3	3	4	1	3	3	1	4	4	2	1	4	2	4	2	1	3	4	4	59	sedang
Nonperokok 81	4	3	3	3	4	2	5	3	2	4	4	3	4	3	3	4	5	5	5	5	4	78	tinggi

Nonperokok 82	3	3	5	3	4	3	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	80	tinggi
Nonperokok 83	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	99	tinggi
Nonperokok 84	2	2	4	4	2	4	5	3	2	5	3	2	4	4	2	3	4	5	5	5	5	75	sedang
Nonperokok 85	2	3	5	2	5	2	5	3	3	4	5	2	3	2	2	4	3	3	5	5	5	73	sedang
Nonperokok 86	1	1	1	1	1	1	3	1	1	5	3	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	41	rendah
Nonperokok 87	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	5	3	69	sedang
Nonperokok 88	1	2	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	4	3	4	3	61	sedang
Nonperokok 89	3	4	4	5	4	2	4	2	3	5	5	3	4	2	2	5	3	2	5	5	5	77	sedang
Nonperokok 90	3	3	3	3	4	3	5	3	2	4	3	3	3	4	2	4	3	3	4	5	4	71	sedang
Nonperokok 91	3	4	4	4	4	5	4	2	2	5	4	3	4	3	3	4	4	5	5	5	3	80	tinggi
Nonperokok 92	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	76	sedang
Nonperokok 93	5	4	5	3	4	3	4	3	3	5	4	2	5	4	3	4	3	5	5	5	4	83	tinggi
Nonperokok 94	2	5	4	4	4	4	5	2	2	5	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	73	sedang
Nonperokok 95	4	5	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	5	5	5	82	tinggi
Nonperokok 96	1	1	2	3	3	2	5	2	2	5	2	3	5	4	2	4	5	2	4	2	2	61	sedang

Nonperokok 97	3	4	3	5	3	4	4	4	2	5	4	2	4	2	4	4	5	5	5	5	3	80	tinggi
Nonperokok 98	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	57	sedang
Nonperokok 99	3	4	5	4	5	3	5	4	3	3	5	3	5	5	4	4	5	4	4	5	5	88	tinggi
Nonperokok 100	2	3	5	2	4	4	5	5	3	5	4	4	4	3	3	4	4	5	5	5	4	83	tinggi



2) Kategorisasi Tingkat Kontrol Diri Berdasarkan Aspek

NAMA	ITEM ASPEK1					KET	ITEM ASPEK2					KET	ITEM ASPEK3			
	1	3	11	18	21		4	8	13	17	20			KET		
Perokok 1	1	5	5	5	5	21	tinggi	5	5	1	5	16	tinggi	1	1	rendah
Perokok 2	5	4	5	5	3	22	tinggi	2	5	5	5	17	tinggi	3	3	sedang
Perokok 3	2	5	3	5	4	19	tinggi	4	4	4	4	16	tinggi	4	4	sedang
Perokok 4	2	4	3	4	3	16	sedang	2	2	4	4	12	sedang	5	5	tinggi
Perokok 5	3	4	4	2	3	16	sedang	3	3	4	3	13	sedang	4	4	sedang
Perokok 6	3	3	3	3	3	15	sedang	3	3	3	3	12	sedang	3	3	sedang
Perokok 7	5	5	2	5	2	19	tinggi	3	5	5	4	17	tinggi	5	5	tinggi
Perokok 8	3	4	4	5	3	19	tinggi	4	3	4	3	14	sedang	5	5	tinggi
Perokok 9	3	4	3	3	3	16	sedang	3	2	2	3	10	sedang	3	3	sedang
Perokok 10	2	3	3	2	3	13	sedang	2	2	3	3	10	sedang	3	3	sedang
Perokok 11	2	3	4	3	3	15	sedang	2	4	3	4	13	sedang	4	4	sedang
Perokok 12	3	2	5	2	5	17	sedang	3	1	2	3	9	sedang	5	5	tinggi
Perokok 13	2	4	5	3	4	18	sedang	2	3	4	5	14	sedang	3	3	sedang
Perokok 14	4	4	3	5	4	20	tinggi	4	3	4	5	16	tinggi	5	5	tinggi
Perokok 15	2	4	3	4	3	16	sedang	5	3	2	4	14	sedang	5	5	tinggi
Perokok 16	2	5	4	3	4	18	sedang	4	4	3	4	15	sedang	2	2	sedang
Perokok 17	1	5	2	4	2	14	sedang	1	2	3	5	11	sedang	4	4	sedang
Perokok 18	4	4	4	5	5	22	tinggi	2	3	3	4	12	sedang	4	4	sedang
Perokok 19	2	2	3	2	3	12	sedang	4	2	2	2	10	sedang	5	5	tinggi
Perokok 20	2	4	3	4	3	16	sedang	5	3	5	3	16	tinggi	4	4	sedang
Perokok 21	2	4	3	4	4	17	sedang	2	3	4	4	13	sedang	5	5	tinggi
Perokok 22	5	4	5	2	4	20	tinggi	1	2	1	4	8	rendah	5	5	tinggi
Perokok 23	3	4	4	4	4	19	tinggi	4	2	3	3	12	sedang	4	4	sedang
Perokok 24	3	3	3	5	3	17	sedang	3	3	4	4	14	sedang	4	4	sedang
Perokok 25	2	5	5	1	3	16	sedang	2	1	1	4	8	rendah	5	5	tinggi
Perokok 26	2	4	3	3	4	16	sedang	2	3	4	5	14	sedang	5	5	tinggi

Perokok 27	1	5	3	2	4	15	sedang	5	2	3	4	14	sedang	5	5	tinggi
Perokok 28	3	3	3	3	3	15	sedang	2	2	3	4	11	sedang	2	2	sedang
Perokok 29	2	3	3	4	2	14	sedang	3	2	2	2	9	sedang	3	3	sedang
Perokok 30	2	5	3	3	4	17	sedang	4	4	5	4	17	tinggi	5	5	tinggi
Perokok 31	1	1	1	1	1	5	rendah	1	4	1	1	7	rendah	1	1	rendah
Perokok 32	2	4	1	4	4	15	sedang	4	2	4	4	14	sedang	4	4	sedang
Perokok 33	1	1	3	5	3	13	sedang	1	1	3	5	10	sedang	5	5	tinggi
Perokok 34	3	3	2	4	2	14	sedang	2	2	5	4	13	sedang	4	4	sedang
Perokok 35	2	4	4	2	3	15	sedang	3	2	1	2	8	rendah	5	5	tinggi
Perokok 36	2	5	2	4	2	15	sedang	4	3	2	2	11	sedang	3	3	sedang
Perokok 37	3	3	5	1	3	15	sedang	3	3	5	5	16	tinggi	3	3	sedang
Perokok 38	1	2	2	4	1	10	rendah	1	1	4	4	10	sedang	4	4	sedang
Perokok 39	2	4	3	4	3	16	sedang	4	4	4	4	16	tinggi	4	4	sedang
Perokok 40	2	4	4	4	4	18	sedang	4	4	4	4	16	tinggi	4	4	sedang
Perokok 41	2	4	4	3	4	17	sedang	2	3	3	3	11	sedang	3	3	sedang
Perokok 42	2	3	3	5	3	16	sedang	4	2	4	4	14	sedang	5	5	tinggi
Perokok 43	4	4	4	5	2	19	tinggi	5	4	2	3	14	sedang	2	2	sedang
Perokok 44	4	4	4	3	3	18	sedang	5	4	2	4	15	sedang	3	3	sedang
Perokok 45	4	3	3	4	2	16	sedang	5	3	1	4	13	sedang	5	5	tinggi
Perokok 46	1	5	1	5	1	13	sedang	5	3	1	4	13	sedang	5	5	tinggi
Perokok 47	3	5	4	3	3	18	sedang	3	4	4	4	15	sedang	4	4	sedang
Perokok 48	1	1	3	5	3	13	sedang	1	1	3	5	10	sedang	5	5	tinggi
Perokok 49	2	4	4	3	4	17	sedang	2	3	3	3	11	sedang	3	3	sedang
Perokok 50	2	3	3	5	3	16	sedang	4	2	4	4	14	sedang	5	5	tinggi
Perokok 51	2	5	5	1	3	16	sedang	2	1	1	4	8	rendah	5	5	tinggi
Perokok 52	2	4	3	3	4	16	sedang	2	3	4	5	14	sedang	5	5	tinggi
Perokok 53	1	5	3	2	4	15	sedang	5	2	3	4	14	sedang	5	5	tinggi
Perokok 54	3	3	3	3	3	15	sedang	2	2	3	4	11	sedang	2	2	sedang
Perokok 55	2	3	3	4	2	14	sedang	3	2	2	2	9	sedang	3	3	sedang

Perokok 56	2	5	3	3	4	17	sedang	4	4	5	4	17	tinggi	5	5	tinggi
Perokok 57	1	1	1	1	1	5	rendah	1	4	1	1	7	rendah	1	1	rendah
Perokok 58	2	4	1	4	4	15	sedang	4	2	4	4	14	sedang	4	4	sedang
Perokok 59	1	1	3	5	3	13	sedang	1	1	3	5	10	sedang	5	5	tinggi
Perokok 60	3	3	2	4	2	14	sedang	2	2	5	4	13	sedang	4	4	sedang
Perokok 61	2	4	4	2	3	15	sedang	3	2	1	2	8	rendah	5	5	tinggi
Perokok 62	2	5	2	4	2	15	sedang	4	3	2	2	11	sedang	3	3	sedang
Perokok 63	3	3	5	1	3	15	sedang	3	3	5	5	16	tinggi	3	3	sedang
Perokok 64	1	2	2	4	1	10	rendah	1	1	4	4	10	sedang	4	4	sedang
Perokok 65	2	4	3	4	3	16	sedang	4	4	4	4	16	tinggi	4	4	sedang
Perokok 66	2	4	4	4	4	18	sedang	4	4	4	4	16	tinggi	4	4	sedang
Perokok 67	2	4	4	3	4	17	sedang	2	3	3	3	11	sedang	3	3	sedang
Perokok 68	2	3	3	5	3	16	sedang	4	2	4	4	14	sedang	5	5	tinggi
Perokok 69	4	4	4	5	2	19	tinggi	5	4	2	3	14	sedang	2	2	sedang
Perokok 70	4	4	4	3	3	18	sedang	5	4	2	4	15	sedang	3	3	sedang
Perokok 71	4	3	3	4	2	16	sedang	5	3	1	4	13	sedang	5	5	tinggi
Perokok 72	1	5	1	5	1	13	sedang	5	3	1	4	13	sedang	5	5	tinggi
Perokok 73	3	5	4	3	3	18	sedang	3	4	4	4	15	sedang	4	4	sedang
Perokok 74	1	1	3	5	3	13	sedang	1	1	3	5	10	sedang	5	5	tinggi
Perokok 75	2	4	4	3	4	17	sedang	2	3	3	3	11	sedang	3	3	sedang
Perokok 76	2	3	3	5	3	16	sedang	4	2	4	4	14	sedang	5	5	tinggi
Perokok 77	1	5	5	5	5	21	tinggi	5	5	1	5	16	tinggi	1	1	rendah
Perokok 78	5	4	5	5	3	22	tinggi	2	5	5	5	17	tinggi	3	3	sedang
Perokok 79	2	5	3	5	4	19	tinggi	4	4	4	4	16	tinggi	4	4	sedang
Perokok 80	2	4	3	4	3	16	sedang	2	2	4	4	12	sedang	5	5	tinggi
Perokok 81	3	4	4	2	3	16	sedang	3	3	4	3	13	sedang	4	4	sedang
Perokok 82	3	3	3	3	3	15	sedang	3	3	3	3	12	sedang	3	3	sedang
Perokok 83	5	5	2	5	2	19	tinggi	3	5	5	4	17	tinggi	5	5	tinggi
Perokok 84	3	4	4	5	3	19	tinggi	4	3	4	3	14	sedang	5	5	tinggi

Perokok 85	3	4	3	3	3	16	sedang	3	2	2	3	10	sedang	3	3	sedang
Perokok 86	2	3	3	2	3	13	sedang	2	2	3	3	10	sedang	3	3	sedang
Perokok 87	2	3	4	3	3	15	sedang	2	4	3	4	13	sedang	4	4	sedang
Perokok 88	3	2	5	2	5	17	sedang	3	1	2	3	9	sedang	5	5	tinggi
Perokok 89	2	4	5	3	4	18	sedang	2	3	4	5	14	sedang	3	3	sedang
Perokok 90	4	4	3	5	4	20	tinggi	4	3	4	5	16	tinggi	5	5	tinggi
Perokok 91	2	4	3	4	3	16	sedang	5	3	2	4	14	sedang	5	5	tinggi
Perokok 92	2	5	4	3	4	18	sedang	4	4	3	4	15	sedang	2	2	sedang
Perokok 93	1	5	2	4	2	14	sedang	1	2	3	5	11	sedang	4	4	sedang
Perokok 94	4	4	4	5	5	22	tinggi	2	3	3	4	12	sedang	4	4	sedang
Perokok 95	2	2	3	2	3	12	sedang	4	2	2	2	10	sedang	5	5	tinggi
Perokok 96	2	4	3	4	3	16	sedang	5	3	5	3	16	tinggi	4	4	sedang
Perokok 97	2	4	3	4	4	17	sedang	2	3	4	4	13	sedang	5	5	tinggi
Perokok 98	5	4	5	2	4	20	tinggi	1	2	1	4	8	rendah	5	5	tinggi
Perokok 99	3	4	4	4	4	19	tinggi	4	2	3	3	12	sedang	4	4	sedang
Perokok 100	3	3	3	5	3	17	sedang	3	3	4	4	14	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 1	3	4	4	2	5	18	sedang	3	3	2	1	9	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 2	2	2	3	1	5	13	sedang	1	2	2	5	10	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 3	3	4	4	4	4	19	tinggi	4	2	4	4	14	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 4	3	4	4	4	4	19	tinggi	4	2	4	4	14	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 5	4	3	4	1	4	16	sedang	3	3	1	2	9	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 6	4	3	4	5	4	20	tinggi	3	3	4	5	15	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 7	3	5	4	4	5	21	tinggi	3	2	4	4	13	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 8	3	5	5	5	5	23	tinggi	5	5	5	5	20	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 9	2	4	3	5	5	19	tinggi	4	3	4	4	15	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 10	2	5	5	3	5	20	tinggi	2	3	3	3	11	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 11	1	1	3	1	1	7	rendah	1	1	5	1	8	rendah	5	5	tinggi
Nonperokok 12	3	3	3	4	3	16	sedang	3	3	3	4	13	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 13	1	3	4	4	3	15	sedang	3	3	2	3	11	sedang	4	4	sedang

Nonperokok 14	3	4	5	2	5	19	tinggi	5	2	4	3	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 15	3	3	3	3	4	16	sedang	3	3	3	3	12	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 16	3	4	4	5	3	19	tinggi	4	2	4	4	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 17	3	4	3	4	4	18	sedang	4	4	4	3	15	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 18	5	5	4	5	4	23	tinggi	3	3	5	3	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 19	2	4	4	3	4	17	sedang	4	2	3	3	12	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 20	4	4	2	4	5	19	tinggi	4	3	4	3	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 21	1	2	2	2	2	9	rendah	3	2	5	5	15	sedang	2	2	sedang
Nonperokok 22	3	3	4	5	3	18	sedang	5	4	4	5	18	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 23	2	3	4	3	3	15	sedang	2	2	3	3	10	sedang	1	1	rendah
Nonperokok 24	3	5	5	4	5	22	tinggi	4	4	5	5	18	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 25	2	5	4	5	4	20	tinggi	2	5	4	4	15	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 26	4	5	4	4	5	22	tinggi	4	2	4	4	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 27	2	4	2	3	2	13	sedang	4	4	4	4	16	tinggi	1	1	rendah
Nonperokok 28	3	3	4	3	4	17	sedang	4	2	0	3	9	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 29	4	4	3	4	4	19	tinggi	5	3	4	4	16	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 30	2	3	4	2	3	14	sedang	3	2	3	2	10	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 31	2	4	4	5	4	19	tinggi	2	2	3	3	10	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 32	3	5	3	1	4	16	sedang	5	3	4	3	15	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 33	1	5	5	5	5	21	tinggi	5	5	5	5	20	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 34	3	5	5	2	5	20	tinggi	3	1	3	3	10	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 35	3	4	3	3	3	16	sedang	3	2	3	3	11	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 36	2	3	3	3	5	16	sedang	2	1	2	3	8	rendah	5	5	tinggi
Nonperokok 37	1	5	3	4	5	18	sedang	3	3	5	5	16	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 38	2	5	4	4	4	19	tinggi	5	2	5	2	14	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 39	1	3	4	3	3	14	sedang	3	2	3	3	11	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 40	3	5	3	4	3	18	sedang	4	2	4	4	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 41	5	5	5	5	5	25	tinggi	4	4	5	5	18	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 42	2	4	4	3	5	18	sedang	3	1	4	3	11	sedang	3	3	sedang

Nonperokok 43	2	3	3	2	4	14	sedang	2	2	2	3	9	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 44	2	5	4	3	5	19	tinggi	2	2	4	4	12	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 45	2	3	3	1	4	13	sedang	2	2	4	3	11	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 46	4	4	3	4	3	18	sedang	4	2	4	4	14	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 47	3	5	4	4	4	20	tinggi	5	3	3	4	15	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 48	4	5	4	4	4	21	tinggi	3	3	5	3	14	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 49	2	5	2	4	2	15	sedang	5	4	4	3	16	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 50	3	5	5	2	3	18	sedang	5	1	5	5	16	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 51	4	5	4	4	5	22	tinggi	4	2	4	4	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 52	2	4	2	3	2	13	sedang	4	4	4	4	16	tinggi	1	1	rendah
Nonperokok 53	3	3	4	3	4	17	sedang	4	2	0	3	9	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 54	4	4	3	4	4	19	tinggi	5	3	4	4	16	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 55	2	3	4	2	3	14	sedang	3	2	3	2	10	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 56	2	4	4	5	4	19	tinggi	2	2	3	3	10	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 57	3	5	3	1	4	16	sedang	5	3	4	3	15	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 58	1	5	5	5	5	21	tinggi	5	5	5	5	20	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 59	3	5	5	2	5	20	tinggi	3	1	3	3	10	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 60	3	4	3	3	3	16	sedang	3	2	3	3	11	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 61	2	3	3	3	5	16	sedang	2	1	2	3	8	rendah	5	5	tinggi
Nonperokok 62	1	5	3	4	5	18	sedang	3	3	5	5	16	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 63	2	5	4	4	4	19	tinggi	5	2	5	2	14	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 64	1	3	4	3	3	14	sedang	3	2	3	3	11	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 65	3	5	3	4	3	18	sedang	4	2	4	4	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 66	5	5	5	5	5	25	tinggi	4	4	5	5	18	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 67	2	4	4	3	5	18	sedang	3	1	4	3	11	sedang	3	3	sedang
Nonperokok 68	2	3	3	2	4	14	sedang	2	2	2	3	9	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 69	2	5	4	3	5	19	tinggi	2	2	4	4	12	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 70	2	3	3	1	4	13	sedang	2	2	4	3	11	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 71	4	4	3	4	3	18	sedang	4	2	4	4	14	sedang	4	4	sedang

Nonperokok 72	3	5	4	4	4	20	tinggi	5	3	3	4	15	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 73	4	5	4	4	4	21	tinggi	3	3	5	3	14	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 74	2	5	2	4	2	15	sedang	5	4	4	3	16	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 75	3	5	5	2	3	18	sedang	5	1	5	5	16	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 76	3	4	4	2	5	18	sedang	3	3	2	1	9	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 77	2	2	3	1	5	13	sedang	1	2	2	5	10	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 78	3	4	4	4	4	19	tinggi	4	2	4	4	14	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 79	3	4	4	4	4	19	tinggi	4	2	4	4	14	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 80	4	3	4	1	4	16	sedang	3	3	1	2	9	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 81	4	3	4	5	4	20	tinggi	3	3	4	5	15	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 82	3	5	4	4	5	21	tinggi	3	2	4	4	13	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 83	3	5	5	5	5	23	tinggi	5	5	5	5	20	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 84	2	4	3	5	5	19	tinggi	4	3	4	4	15	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 85	2	5	5	3	5	20	tinggi	2	3	3	3	11	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 86	1	1	3	1	1	7	rendah	1	1	5	1	8	rendah	5	5	tinggi
Nonperokok 87	3	3	3	4	3	16	sedang	3	3	3	4	13	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 88	1	3	4	4	3	15	sedang	3	3	2	3	11	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 89	3	4	5	2	5	19	tinggi	5	2	4	3	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 90	3	3	3	3	4	16	sedang	3	3	3	3	12	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 91	3	4	4	5	3	19	tinggi	4	2	4	4	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 92	3	4	3	4	4	18	sedang	4	4	4	3	15	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 93	5	5	4	5	4	23	tinggi	3	3	5	3	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 94	2	4	4	3	4	17	sedang	4	2	3	3	12	sedang	4	4	sedang
Nonperokok 95	4	4	2	4	5	19	tinggi	4	3	4	3	14	sedang	5	5	tinggi
Nonperokok 96	1	2	2	2	2	9	rendah	3	2	5	5	15	sedang	2	2	sedang
Nonperokok 97	3	3	4	5	3	18	sedang	5	4	4	5	18	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 98	2	3	4	3	3	15	sedang	2	2	3	3	10	sedang	1	1	rendah
Nonperokok 99	3	5	5	4	5	22	tinggi	4	4	5	5	18	tinggi	5	5	tinggi
Nonperokok 100	2	5	4	5	4	20	tinggi	2	5	4	4	15	sedang	5	5	tinggi

NAMA	ITEM ASPEK4					KET	ITEM ASPEK5					KET			
	2	9	12	14	15		5	6	7	10	16		19		
Perokok 1	5	5	1	5	1	17	sedang	5	5	1	1	5	5	22	sedang
Perokok 2	5	2	1	3	3	14	sedang	2	5	1	1	2	5	16	sedang
Perokok 3	4	2	2	5	4	17	sedang	2	4	4	4	4	5	23	tinggi
Perokok 4	3	2	2	3	4	14	sedang	4	3	4	3	4	5	23	tinggi
Perokok 5	2	2	3	1	2	10	rendah	3	2	4	4	3	4	20	sedang
Perokok 6	3	2	2	4	3	14	sedang	4	3	5	3	4	2	21	sedang
Perokok 7	4	1	2	4	4	15	sedang	3	5	5	5	4	2	24	tinggi
Perokok 8	3	4	3	3	3	16	sedang	4	4	4	3	4	4	23	tinggi
Perokok 9	3	2	3	2	3	13	sedang	4	2	4	4	4	3	21	sedang
Perokok 10	3	2	2	2	2	11	rendah	3	2	3	2	3	3	16	sedang
Perokok 11	4	1	2	1	3	11	rendah	4	2	4	5	3	2	20	sedang
Perokok 12	2	3	2	1	2	10	rendah	1	3	5	2	4	4	19	sedang
Perokok 13	5	1	3	5	3	17	sedang	3	1	5	5	3	3	20	sedang
Perokok 14	3	2	2	3	5	15	sedang	5	2	5	5	4	3	24	tinggi
Perokok 15	1	1	2	4	4	12	sedang	2	2	4	5	4	5	22	sedang
Perokok 16	2	2	3	3	1	11	rendah	4	2	4	3	4	5	22	sedang
Perokok 17	2	1	1	2	4	10	rendah	1	4	5	4	4	4	22	sedang
Perokok 18	3	3	3	4	4	17	sedang	5	4	5	3	4	5	26	tinggi
Perokok 19	2	2	2	2	2	10	rendah	4	2	3	4	4	4	21	sedang
Perokok 20	3	2	2	3	2	12	sedang	3	3	4	4	4	5	23	tinggi
Perokok 21	3	2	3	3	3	14	sedang	3	2	4	5	4	5	23	tinggi
Perokok 22	1	1	1	5	2	10	rendah	3	1	5	3	5	1	18	sedang
Perokok 23	4	2	2	2	2	12	sedang	4	3	4	3	4	4	22	sedang
Perokok 24	4	2	2	3	4	15	sedang	4	3	3	4	4	4	22	sedang
Perokok 25	5	1	3	5	3	17	sedang	4	5	4	5	4	1	23	tinggi
Perokok 26	3	1	2	2	3	11	rendah	4	3	4	1	5	4	21	sedang
Perokok 27	4	2	4	4	2	16	sedang	2	2	5	5	4	5	23	tinggi

Perokok 28	3	2	3	2	3	13	sedang	4	3	4	4	4	2	21	sedang
Perokok 29	3	3	2	2	3	13	sedang	4	4	4	3	3	3	21	sedang
Perokok 30	5	3	3	3	4	18	sedang	4	3	4	5	4	5	25	tinggi
Perokok 31	2	1	1	1	1	6	rendah	1	1	1	3	1	1	8	rendah
Perokok 32	2	2	4	5	4	17	sedang	3	2	2	2	4	4	17	sedang
Perokok 33	2	1	1	3	1	8	rendah	2	2	5	3	5	3	20	sedang
Perokok 34	3	2	2	5	3	15	sedang	4	3	4	4	3	3	21	sedang
Perokok 35	2	2	1	2	3	10	rendah	4	3	4	3	4	4	22	sedang
Perokok 36	3	2	2	2	2	11	rendah	2	2	4	4	5	5	22	sedang
Perokok 37	3	3	3	2	3	14	sedang	3	3	3	3	3	3	18	sedang
Perokok 38	2	1	1	4	1	9	rendah	3	1	5	5	2	5	21	sedang
Perokok 39	3	2	2	5	3	15	sedang	4	4	4	4	5	2	23	tinggi
Perokok 40	4	3	3	3	3	16	sedang	4	3	4	4	4	4	23	tinggi
Perokok 41	3	3	3	2	2	13	sedang	4	4	4	3	4	2	21	sedang
Perokok 42	3	1	2	2	2	10	rendah	3	2	4	5	3	2	19	sedang
Perokok 43	5	2	3	5	3	18	sedang	5	5	3	4	4	3	24	tinggi
Perokok 44	5	3	2	2	3	15	sedang	2	3	4	4	3	2	18	sedang
Perokok 45	4	3	3	3	3	16	sedang	3	3	4	3	2	5	20	sedang
Perokok 46	1	1	1	1	3	7	rendah	5	1	3	1	3	3	16	sedang
Perokok 47	3	4	3	3	4	17	sedang	4	2	4	4	4	3	21	sedang
Perokok 48	2	1	1	3	1	8	rendah	2	2	5	3	5	3	20	sedang
Perokok 49	3	3	3	2	2	13	sedang	4	4	4	3	4	2	21	sedang
Perokok 50	3	1	2	2	2	10	rendah	3	2	4	5	3	2	19	sedang
Perokok 51	5	1	3	5	3	17	sedang	4	5	4	5	4	1	23	tinggi
Perokok 52	3	1	2	2	3	11	rendah	4	3	4	1	5	4	21	sedang
Perokok 53	4	2	4	4	2	16	sedang	2	2	5	5	4	5	23	tinggi
Perokok 54	3	2	3	2	3	13	sedang	4	3	4	4	4	2	21	sedang
Perokok 55	3	3	2	2	3	13	sedang	4	4	4	3	3	3	21	sedang
Perokok 56	5	3	3	3	4	18	sedang	4	3	4	5	4	5	25	tinggi

Perokok 57	2	1	1	1	1	6	rendah	1	1	1	3	1	1	8	rendah
Perokok 58	2	2	4	5	4	17	sedang	3	2	2	2	4	4	17	sedang
Perokok 59	2	1	1	3	1	8	rendah	2	2	5	3	5	3	20	sedang
Perokok 60	3	2	2	5	3	15	sedang	4	3	4	4	3	3	21	sedang
Perokok 61	2	2	1	2	3	10	rendah	4	3	4	3	4	4	22	sedang
Perokok 62	3	2	2	2	2	11	rendah	2	2	4	4	5	5	22	sedang
Perokok 63	3	3	3	2	3	14	sedang	3	3	3	3	3	3	18	sedang
Perokok 64	2	1	1	4	1	9	rendah	3	1	5	5	2	5	21	sedang
Perokok 65	3	2	2	5	3	15	sedang	4	4	4	4	5	2	23	tinggi
Perokok 66	4	3	3	3	3	16	sedang	4	3	4	4	4	4	23	tinggi
Perokok 67	3	3	3	2	2	13	sedang	4	4	4	3	4	2	21	sedang
Perokok 68	3	1	2	2	2	10	rendah	3	2	4	5	3	2	19	sedang
Perokok 69	5	2	3	5	3	18	sedang	5	5	3	4	4	3	24	tinggi
Perokok 70	5	3	2	2	3	15	sedang	2	3	4	4	3	2	18	sedang
Perokok 71	4	3	3	3	3	16	sedang	3	3	4	3	2	5	20	sedang
Perokok 72	1	1	1	1	3	7	rendah	5	1	3	1	3	3	16	sedang
Perokok 73	3	4	3	3	4	17	sedang	4	2	4	4	4	3	21	sedang
Perokok 74	2	1	1	3	1	8	rendah	2	2	5	3	5	3	20	sedang
Perokok 75	3	3	3	2	2	13	sedang	4	4	4	3	4	2	21	sedang
Perokok 76	3	1	2	2	2	10	rendah	3	2	4	5	3	2	19	sedang
Perokok 77	5	5	1	5	1	17	sedang	5	5	1	1	5	5	22	sedang
Perokok 78	5	2	1	3	3	14	sedang	2	5	1	1	2	5	16	sedang
Perokok 79	4	2	2	5	4	17	sedang	2	4	4	4	4	5	23	tinggi
Perokok 80	3	2	2	3	4	14	sedang	4	3	4	3	4	5	23	tinggi
Perokok 81	2	2	3	1	2	10	rendah	3	2	4	4	3	4	20	sedang
Perokok 82	3	2	2	4	3	14	sedang	4	3	5	3	4	2	21	sedang
Perokok 83	4	1	2	4	4	15	sedang	3	5	5	5	4	2	24	tinggi
Perokok 84	3	4	3	3	3	16	sedang	4	4	4	3	4	4	23	tinggi
Perokok 85	3	2	3	2	3	13	sedang	4	2	4	4	4	3	21	sedang

Perokok 86	3	2	2	2	2	11	rendah	3	2	3	2	3	3	16	sedang
Perokok 87	4	1	2	1	3	11	rendah	4	2	4	5	3	2	20	sedang
Perokok 88	2	3	2	1	2	10	rendah	1	3	5	2	4	4	19	sedang
Perokok 89	5	1	3	5	3	17	sedang	3	1	5	5	3	3	20	sedang
Perokok 90	3	2	2	3	5	15	sedang	5	2	5	5	4	3	24	tinggi
Perokok 91	1	1	2	4	4	12	sedang	2	2	4	5	4	5	22	sedang
Perokok 92	2	2	3	3	1	11	rendah	4	2	4	3	4	5	22	sedang
Perokok 93	2	1	1	2	4	10	rendah	1	4	5	4	4	4	22	sedang
Perokok 94	3	3	3	4	4	17	sedang	5	4	5	3	4	5	26	tinggi
Perokok 95	2	2	2	2	2	10	rendah	4	2	3	4	4	4	21	sedang
Perokok 96	3	2	2	3	2	12	sedang	3	3	4	4	4	5	23	tinggi
Perokok 97	3	2	3	3	3	14	sedang	3	2	4	5	4	5	23	tinggi
Perokok 98	1	1	1	5	2	10	rendah	3	1	5	3	5	1	18	sedang
Perokok 99	4	2	2	2	2	12	sedang	4	3	4	3	4	4	22	sedang
Perokok 100	4	2	2	3	4	15	sedang	4	3	3	4	4	4	22	sedang
Nonperokok 1	3	4	4	3	4	18	sedang	3	3	4	4	4	5	23	tinggi
Nonperokok 2	2	1	1	3	2	9	rendah	5	1	5	4	5	2	22	sedang
Nonperokok 3	4	2	4	4	4	18	sedang	4	2	5	4	4	4	23	tinggi
Nonperokok 4	3	2	2	2	3	12	sedang	5	4	4	5	4	4	26	tinggi
Nonperokok 5	2	1	2	4	2	11	rendah	4	1	3	4	4	3	19	sedang
Nonperokok 6	3	2	3	3	3	14	sedang	4	2	5	4	4	5	24	tinggi
Nonperokok 7	3	3	4	4	4	18	sedang	4	3	5	4	4	4	24	tinggi
Nonperokok 8	5	5	5	5	1	21	tinggi	5	5	5	5	5	5	30	tinggi
Nonperokok 9	2	2	2	4	2	12	sedang	2	4	5	5	3	5	24	tinggi
Nonperokok 10	3	3	2	2	2	12	sedang	5	2	5	4	4	5	25	tinggi
Nonperokok 11	1	1	1	1	1	5	rendah	1	1	3	5	5	1	16	sedang
Nonperokok 12	3	2	3	3	3	14	sedang	3	3	4	4	3	4	21	sedang

Nonperokok 13	2	3	3	2	2	12	sedang	4	2	4	3	3	3	19	sedang
Nonperokok 14	4	3	3	2	2	14	sedang	4	2	4	5	5	5	25	tinggi
Nonperokok 15	3	2	3	4	2	14	sedang	4	3	5	4	4	4	24	tinggi
Nonperokok 16	4	2	3	3	3	15	sedang	4	5	4	5	4	5	27	tinggi
Nonperokok 17	4	4	3	3	4	18	sedang	2	3	4	4	4	4	21	sedang
Nonperokok 18	4	3	2	4	3	16	sedang	4	3	4	5	4	5	25	tinggi
Nonperokok 19	5	2	3	3	2	15	sedang	4	4	5	5	3	4	25	tinggi
Nonperokok 20	5	4	4	4	4	21	tinggi	3	4	4	4	3	5	23	tinggi
Nonperokok 21	1	2	3	4	2	12	sedang	3	2	5	5	4	4	23	tinggi
Nonperokok 22	4	2	2	2	4	14	sedang	3	4	4	5	4	5	25	tinggi
Nonperokok 23	3	2	3	3	3	14	sedang	3	2	3	3	3	3	17	sedang
Nonperokok 24	4	3	3	5	4	19	tinggi	5	3	5	3	4	4	24	tinggi
Nonperokok 25	3	3	4	3	3	16	sedang	4	4	5	5	4	5	27	tinggi
Nonperokok 26	4	2	4	5	4	19	tinggi	4	4	4	5	4	5	26	tinggi
Nonperokok 27	5	4	3	4	1	17	sedang	2	1	3	4	3	1	14	sedang
Nonperokok 28	3	2	3	3	2	13	sedang	4	3	4	2	3	3	19	sedang
Nonperokok	5	3	3	3	4	18	sedang	4	2	4	4	3	4	21	sedang

29															
Nonperokok 30	3	3	2	2	2	12	sedang	3	2	4	2	3	2	16	sedang
Nonperokok 31	3	3	3	2	3	14	sedang	4	3	4	5	4	2	22	sedang
Nonperokok 32	1	2	3	4	5	15	sedang	4	3	5	5	3	5	25	tinggi
Nonperokok 33	5	5	2	4	4	20	tinggi	5	5	5	5	5	5	30	tinggi
Nonperokok 34	4	2	2	4	2	14	sedang	5	2	5	5	5	2	24	tinggi
Nonperokok 35	2	3	2	2	2	11	rendah	3	3	4	3	3	5	21	sedang
Nonperokok 36	3	2	2	4	2	13	sedang	4	2	5	4	4	3	22	sedang
Nonperokok 37	3	2	2	2	2	11	rendah	5	3	4	5	3	3	23	tinggi
Nonperokok 38	5	2	3	2	4	16	sedang	4	2	4	5	4	5	24	tinggi
Nonperokok 39	2	2	2	3	2	11	rendah	4	3	4	3	4	4	22	sedang
Nonperokok 40	3	2	3	3	3	14	sedang	3	2	5	5	4	4	23	tinggi
Nonperokok 41	5	3	3	4	4	19	tinggi	5	3	5	5	5	5	28	tinggi
Nonperokok 42	4	3	4	3	3	17	sedang	3	3	4	4	4	2	20	sedang
Nonperokok 43	2	2	2	2	1	9	rendah	5	2	4	4	4	4	23	tinggi
Nonperokok 44	2	2	3	2	3	12	sedang	5	2	4	2	3	2	18	sedang
Nonperokok 45	2	2	2	2	2	10	rendah	4	4	4	3	4	3	22	sedang

Nonperokok 46	3	2	2	2	3	12	sedang	4	2	4	4	3	4	21	sedang
Nonperokok 47	3	4	3	3	2	15	sedang	4	5	3	2	4	3	21	sedang
Nonperokok 48	4	5	3	3	3	18	sedang	5	3	5	5	4	4	26	tinggi
Nonperokok 49	3	2	2	3	3	13	sedang	2	3	4	5	3	4	21	sedang
Nonperokok 50	5	1	3	5	4	18	sedang	3	3	5	5	5	3	24	tinggi
Nonperokok 51	4	2	4	5	4	19	tinggi	4	4	4	5	4	5	26	tinggi
Nonperokok 52	5	4	3	4	1	17	sedang	2	1	3	4	3	1	14	sedang
Nonperokok 53	3	2	3	3	2	13	sedang	4	3	4	2	3	3	19	sedang
Nonperokok 54	5	3	3	3	4	18	sedang	4	2	4	4	3	4	21	sedang
Nonperokok 55	3	3	2	2	2	12	sedang	3	2	4	2	3	2	16	sedang
Nonperokok 56	3	3	3	2	3	14	sedang	4	3	4	5	4	2	22	sedang
Nonperokok 57	1	2	3	4	5	15	sedang	4	3	5	5	3	5	25	tinggi
Nonperokok 58	5	5	2	4	4	20	tinggi	5	5	5	5	5	5	30	tinggi
Nonperokok 59	4	2	2	4	2	14	sedang	5	2	5	5	5	2	24	tinggi
Nonperokok 60	2	3	2	2	2	11	rendah	3	3	4	3	3	5	21	sedang
Nonperokok 61	3	2	2	4	2	13	sedang	4	2	5	4	4	3	22	sedang
Nonperokok	3	2	2	2	2	11	rendah	5	3	4	5	3	3	23	tinggi

62															
Nonperokok 63	5	2	3	2	4	16	sedang	4	2	4	5	4	5	24	tinggi
Nonperokok 64	2	2	2	3	2	11	rendah	4	3	4	3	4	4	22	sedang
Nonperokok 65	3	2	3	3	3	14	sedang	3	2	5	5	4	4	23	tinggi
Nonperokok 66	5	3	3	4	4	19	tinggi	5	3	5	5	5	5	28	tinggi
Nonperokok 67	4	3	4	3	3	17	sedang	3	3	4	4	4	2	20	sedang
Nonperokok 68	2	2	2	2	1	9	rendah	5	2	4	4	4	4	23	tinggi
Nonperokok 69	2	2	3	2	3	12	sedang	5	2	4	2	3	2	18	sedang
Nonperokok 70	2	2	2	2	2	10	rendah	4	4	4	3	4	3	22	sedang
Nonperokok 71	3	2	2	2	3	12	sedang	4	2	4	4	3	4	21	sedang
Nonperokok 72	3	4	3	3	2	15	sedang	4	5	3	2	4	3	21	sedang
Nonperokok 73	4	5	3	3	3	18	sedang	5	3	5	5	4	4	26	tinggi
Nonperokok 74	3	2	2	3	3	13	sedang	2	3	4	5	3	4	21	sedang
Nonperokok 75	5	1	3	5	4	18	sedang	3	3	5	5	5	3	24	tinggi
Nonperokok 76	3	4	4	3	4	18	sedang	3	3	4	4	4	5	23	tinggi
Nonperokok 77	2	1	1	3	2	9	rendah	5	1	5	4	5	2	22	sedang
Nonperokok 78	4	2	4	4	4	18	sedang	4	2	5	4	4	4	23	tinggi

Nonperokok 79	3	2	2	2	3	12	sedang	5	4	4	5	4	4	26	tinggi
Nonperokok 80	2	1	2	4	2	11	rendah	4	1	3	4	4	3	19	sedang
Nonperokok 81	3	2	3	3	3	14	sedang	4	2	5	4	4	5	24	tinggi
Nonperokok 82	3	3	4	4	4	18	sedang	4	3	5	4	4	4	24	tinggi
Nonperokok 83	5	5	5	5	1	21	tinggi	5	5	5	5	5	5	30	tinggi
Nonperokok 84	2	2	2	4	2	12	sedang	2	4	5	5	3	5	24	tinggi
Nonperokok 85	3	3	2	2	2	12	sedang	5	2	5	4	4	5	25	tinggi
Nonperokok 86	1	1	1	1	1	5	rendah	1	1	3	5	5	1	16	sedang
Nonperokok 87	3	2	3	3	3	14	sedang	3	3	4	4	3	4	21	sedang
Nonperokok 88	2	3	3	2	2	12	sedang	4	2	4	3	3	3	19	sedang
Nonperokok 89	4	3	3	2	2	14	sedang	4	2	4	5	5	5	25	tinggi
Nonperokok 90	3	2	3	4	2	14	sedang	4	3	5	4	4	4	24	tinggi
Nonperokok 91	4	2	3	3	3	15	sedang	4	5	4	5	4	5	27	tinggi
Nonperokok 92	4	4	3	3	4	18	sedang	2	3	4	4	4	4	21	sedang
Nonperokok 93	4	3	2	4	3	16	sedang	4	3	4	5	4	5	25	tinggi
Nonperokok 94	5	2	3	3	2	15	sedang	4	4	5	5	3	4	25	tinggi
Nonperokok	5	4	4	4	4	21	tinggi	3	4	4	4	3	5	23	tinggi

95																
Nonperokok 96	1	2	3	4	2	12	sedang	3	2	5	5	4	4	23	tinggi	
Nonperokok 97	4	2	2	2	4	14	sedang	3	4	4	5	4	5	25	tinggi	
Nonperokok 98	3	2	3	3	3	14	sedang	3	2	3	3	3	3	17	sedang	
Nonperokok 99	4	3	3	5	4	19	tinggi	5	3	5	3	4	4	24	tinggi	
Nonperokok 100	3	3	4	3	3	16	sedang	4	4	5	5	4	5	27	tinggi	

