



**HUBUNGAN ANTARA STRESS AKADEMIK DENGAN PERILAKU MEROKOK  
PADA MAHASISWA ANGKATAN 2017 JURUSAN TEKNIK INDUSTRI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

Hak cipta milik UIN Suska Riau



UIN SUSKA RIAU

Oleh:

RAHMI YULIA SIMAHARA  
11661200019

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
2021**

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA STRESS AKADEMIK DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA MAHASISWA ANGKATAN 2017 JURUSAN TEKNIK INDUSTRI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui untuk diseminarkan pada sidang munaqasah Fakultas Psikologi Univeritas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Rahmi Yulia Simahara

NIM : 11661200019

Pekanbaru, 5 Juli 2021

Pembimbing



Desma Husni, S.Pd.I, MA., Psi

NIP: 19781228200604 2 002



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



PENGESAHAN PENGUJI

**Skripsi yang ditulis oleh:**


**Nama Mahasiswa** : Rahmi Yulia Simahara  
**NIM** : 11661200019  
**Judul Skripsi** : Hubungan Antara Stress Akademik dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Angkatan 2017 Jurusan Teknik Industri UIN Suska Riau

**Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dan disetujui untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi. Diuji Pada:**


**Tanggal** : Senin/ 09 Agustus 2021 M  
**Bertepatan pada** : Senin/ 30 Zulhijah 1442 H

TIM PENGUJI

**Ketua,**

(.....)  **Dr. Yulita Kurniawaty Asra., M.Psi., Psikolog**  
**NIP: 19780720 200710 2 003**

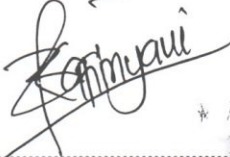
**Sekretaris,**

(.....)  **Desma Husni, S.Pdi, S.Psi, M.A. Psikolog**  
**NIP: 19781228 200604 2 002**

**Penguji I,**

(.....)  **Drs. Cipto Hadi, M.Pd**  
**NIP: 19670708 199802 1 001**

**Penguji II,**

(.....)  **Eka Fitriyani, M.Psi., Psikolog**  
**NIP: 19840721 201503 2 002**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**MOTTO**

***Karena sesungguhnya setelah kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya setelah kesulitan ada kemudahan***

***-QS. Al-Insyirah : 5-6-***

***Ketika kita berusaha dan tau hasil yang akan didapatkan namun kita tetap yakin dengan hasil yang berbeda***

***-Rahmi Yulia Simahara-***

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kupersembahkan karya sederhana ini untuk:

Kebesaran dan kemuliaan Allah SWT serta Nabi Muhammad SAW, Bapak dan Ibu yang selalu memberikan cinta dan dorongan hidup, Abang Adik yang selalu membantu, serta teman-teman yang selalu menanyakan kapan lulus



## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, segala puji syukur bagi Allah SWT atas segala nikmat, karunia dan rahmatNya serta shalawat beserta salam untuk Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis memperoleh kemudahan dalam menyelesaikan skripsi dengan judul **Hubungan antara Stress Akademik dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Angkatan 2017 Jurusan Teknik Industri Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.**

Skripsi ini dibuat sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan studi strata satu (S-1) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Penulis menyadari bahwa skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik seiring dengan adanya bimbingan, dukungan serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati dan rasa hormat, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak, Dr Kusnadi. M.Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi, Bapak Dr. Zuriatul Khairi, M.Ag selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi, Ibu Dr. Vivik Shofiah, M.Si selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi dan Ibu Dr. Yusnelita Muda selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau.
3. Ibu Desma Husni, S.Pd.I., MA., Psi, selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu untuk memberikan masukan, arahan, dan motivasi



meskipun dalam keadaan sibuk sekalipun, hingga terselesaikannya penulisan skripsi ini.

4. Ibu Liliza Agustin, S.Psi., M.Psi., Psi, selaku Penasehat Akademik serta Penguji I dan Ibu Eka Fitriyani, M.Psi, Psi selaku penguji II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan motivasi, nasehat, masukan, kritikan serta saran kepada penulis demi kesempurnaan skripsi ini.
5. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas kesabaran dan keikhlasannya dalam memberikan ilmu-ilmunya dalam proses perkuliahan. Tanpa adanya keikhlasan dari Bapak Ibu kami tidak akan seperti sekarang ini.
6. Seluruh Staf Karyawan Bagian Akademik, Bagian Umum, Tata Usaha Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau yang telah meluangkan waktu untuk membantu saat masa perkuliahan maupun dalam penyelesaian skripsi.
7. Terima kasih untuk diriku sendiri, yang sudah betahan dan berjuang untuk menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas perjuangannya untuk mengerjakan skripsi. Tetap kuat untuk melanjutkan perjalanan hidup dan temukan pengalaman-pengalaman baru disetiap langkahmu.
8. Terima kasih untuk keluarga tercinta, Bapak Deswandi, ST., MT, Ibu Sabariah, S.Pd, abang Rahmat Gayo Hidayatullah, dan adek Fitria Jamia Rahma yang selalu mendo'akan, memberikan kasih sayang, semangat serta motivasi yang tiada batas sehingga skripsi ini terselesaikan.
9. Terima kasih buat teman-teman Psikologi C'16 serta seluruh teman-teman angkatan 2016 Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau yang telah

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memberikan dukungan, masukan serta perhatiannya sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini.

10. Terima kasih buat seluruh teman-teman angkatan 2017 Jurusan Teknik Industri UIN SUSKA Riau yang telah meluangkan waktu untuk membantu dalam proses penelitian, sehingga penelitian berjalan baik dan lancar.
11. Terima kasih untuk keluarga besar KSMP (Komunitas Seni Mahasiswa Psikologi) terkhususnya Perkusi Alakadar yang telah memberi warna yang indah ketika menuntut ilmu di dunia perkuliahan.
12. Terima kasih untuk sahabat tecinta (Muhardianti, Wilsy Rahmadhani, Fifi Ayulia, Devi Silvia Ningsih, Nurul Salsabela, Sri Nova Novianti, Abdul Hafiz Sitompul, Muhammad Hasbi, Teguh Septriawan, M.Hendra Putra, Feri Padli, Amdan Arfisan, Randa Van Basten, Randa Mugerfa) yang selalu membantu dikala penulis mengalami kesulitan dan memberikan semangat dan motivasi tiada batas
13. Terima kasih khusus untuk Kak Rahma Putri, S.Psi, Kak Fransisca Dewi AD, S.Psi dan Kak dr.Mardla Annisa yang selalu sabar membantu dan mengingatkan skripsi ini hingga terselesaikan.
14. Serta semua pihak yang tidak dapat dituliskan satu persatu yang telah banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini. Terimakasih atas kesabaran dan keikhlasannya.





UIN SUSKA RIAU

© hakipta mik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

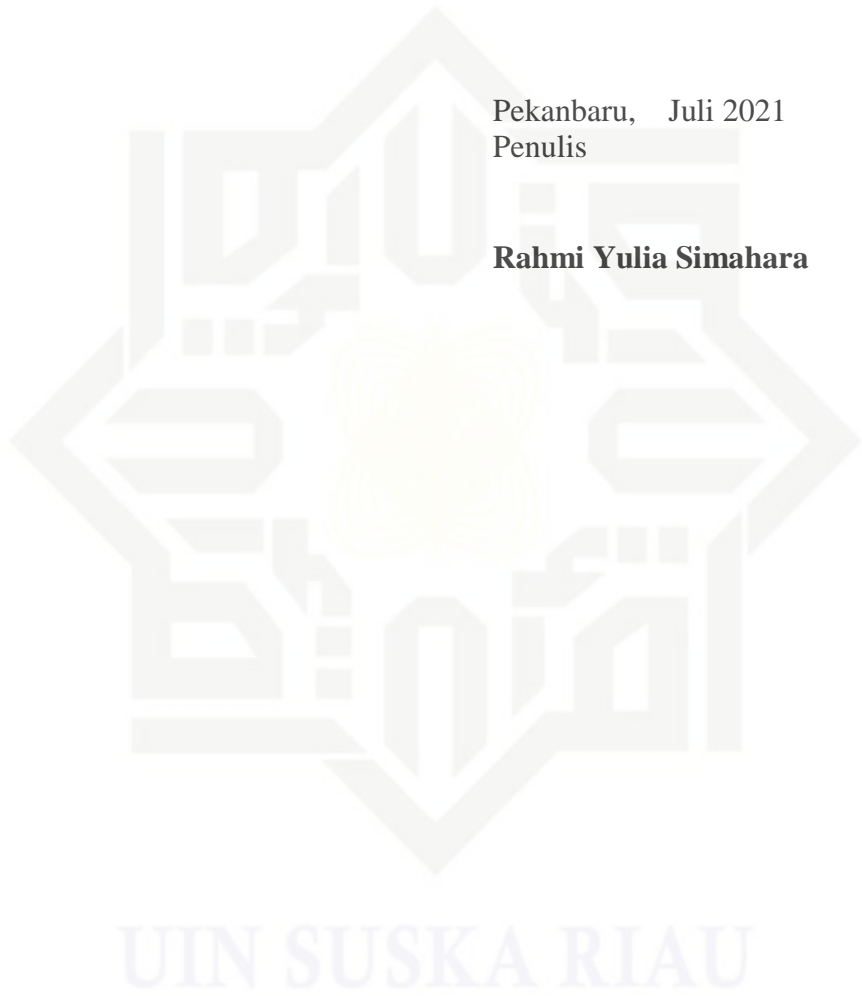
**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penulis menyadari tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik, disamping itu juga penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang dapat membangun sangat diharapkan guna perbaikan di kemudian hari. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan wawasan bagi kita semua. Amin

Pekanbaru, Juli 2021  
Penulis

**Rahmi Yulia Simahara**





## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>i</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>x</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Keaslian Penelitian.....	7
E. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Stress Akademik.....	9
1. Pengertian Stress .....	9
2. Pengertian Stress Akademik .....	10
3. Mekanisme Terjadinya Stress .....	11
4. Faktor yang Mempengaruhi Stress.....	11
5. Jenis-Jenis Stress.....	13
6. Tahapan Stress .....	14
7. Aspek-Aspek Stress .....	16
8. Telaah Teks Islam Tentang Stress.....	18
B. Perilaku Merokok .....	20
1. Pengertian Perilaku Merokok.....	20
2. Dampak Perilaku Merokok .....	21
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok .....	22
4. Tahapan Perilaku Merokok .....	26
5. Tipe Perilaku Merokok .....	27
C. Kerangka Berpikir .....	28
D. Hipotesis Penelitian .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	32
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	32
C. Defenisi Operasional .....	32
1. Stress Akademik.....	32
2. Perilaku Merokok.....	34
D. Subjek Penelitian.....	35
1. Populasi Penelitian .....	35
2. Sampel Penelitian .....	35

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  - Dilarang mengumpurkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



E. Metode Pengumpulan Data.....	36
1. Skala Stress Akademik.....	36
2. Skala Perilaku Merokok.....	37
F. Validitas dan Reliabilitas.....	38
1. Uji Coba Alat Ukur.....	38
2. Uji Validitas.....	40
3. Indeks Daya Beda.....	40
4. Uji Reliabilitas.....	42
G. Teknik Analisis Data.....	43
<b>BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Pelaksanaan Penelitian.....	45
B. Hasil Penelitian.....	45
1. Uji Normalitas.....	45
2. Uji Linearitas.....	46
3. Uji Hipotesis.....	47
C. Analisis Tambahan.....	48
1. Kategorisasi Variabel.....	48
2. Kategorisasi Stres Akademik.....	49
3. Kategorisasi Perilaku Merokok.....	51
4. Uji Analisis Peraspek.....	52
D. Pembahasan.....	54
<b>BAB V : PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran.....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Sistem Penilaian skala Stres Akademik .....	37
Tabel 3.2	<i>Blueprint</i> skala Stres Akademik untuk <i>Try Out</i> .....	37
Tabel 3.3	Sistem penilaian skala Perilaku Merokok .....	38
Tabel 3.4	<i>Blueprint</i> skala Perilaku Merokok untuk <i>Try Out</i> .....	38
Tabel 3.5	<i>Blueprint</i> skala Stres Akademik setelah <i>Try Out</i> .....	41
Tabel 3.6	<i>Blueprint</i> skala Stres Akademik untuk riset .....	41
Tabel 3.7	<i>Blueprint</i> skala Peilaku Merokok setelah <i>Try Out</i> .....	42
Tabel 3.8	<i>Blueprint</i> skala Perilaku Merokok untuk riset .....	42
Tabel 3.9	Hasil Uji Reliabilitas .....	43
Tabel 4.1	Uji Normalitas .....	46
Tabel 4.2	Uji Linearitas .....	47
Tabel 4.3	Hasil Uji Hipotesis .....	48
Tabel 4.4	Kategorisasi Data .....	49
Tabel 4.5	Gambaran Data Hipotetik dan Empirik Variabel Stres Akademik .....	50
Tabel 4.6	Kategorisasi Variabel Stres Akademik .....	50
Tabel 4.7	Gambaran Data Hipotetik dan Empirik Variabel Perilaku Merokok .....	51
Tabel 4.8	Kategorisasi Variabel Perilaku Merokok .....	52
Tabel 4.9	Analisis Aspek Stres Akademik dengan Perilaku Merokok .....	53
Tabel 4.10	Analisis Aspek Perilaku Merokok dengan Variabel Perilaku Merokok .....	54

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran A Lembar Validasi Alat Ukur
1. Stres Akademik
  2. Perilaku Merokok
- Lampiran B Skala *Try Out*
- Lampiran C Tabulasi Data *Try Out*
- Lampiran D Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran E Skala Penelitian
- Lampiran F Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran G Uji Normalitas
- Lampiran H Uji Linearitas
- Lampiran I Uji Hipotesis
- Lampiran J Analisis Tambahan
- Lampiran K Surat Penelitian
1. Surat Izin *Try Out*
  2. Surat Balasan *Try Out*
  3. Surat Izin Riset
  4. Surat Balasan Riset

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





# HUBUNGAN ANTARA STRESS AKADEMIK DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA MAHASISWA ANGKATAN 2017 JURUSAN TEKNIK INDUSTRI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Rahmi Yulia Simahara

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

[Rahmiyuliasimahara7@gmail.com](mailto:Rahmiyuliasimahara7@gmail.com)

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stress akademik dengan perilaku merokok pada mahasiswa angkatan 2017 jurusan Teknik Industri Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara stress akademik dengan perilaku merokok pada mahasiswa angkatan 2017 jurusan Teknik Industri Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 100 orang yang ditentukan dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data skala stress akademik mengacu pada teori Sarafino & Timothy dan teori Silvan Tomkins untuk skala perilaku merokok yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan kebutuhan penelitian. Berdasarkan analisis korelasi *Pearson Product Moment* ditemukan terdapat hubungan positif antara stress akademik dengan perilaku merokok pada mahasiswa angkatan 2017 jurusan Teknik Industri Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan nilai ( $r$ ) sebesar 0,181 dan taraf signifikansi  $p = 0,036$  ( $p < 0,05$ ). Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima. Artinya semakin tinggi stress akademik maka semakin meningkat perilaku merokok. Sumbangan efektif stress akademik terhadap perilaku merokok sebesar 3,3% dan 96,7% dipengaruhi oleh faktor lain seperti biologis, lingkungan, dan karakteristik personal. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa aspek biologis merupakan aspek stress akademik yang memiliki nilai korelasi tertinggi terhadap variabel perilaku merokok dibandingkan dengan aspek yang lain dengan nilai ( $\beta$ ) sebesar 0,259. Sehingga mahasiswa teknik industri angkatan 2017 diharapkan dapat mengontrol perilaku merokok dan menghindari hal-hal yang dapat menyebabkan stress seperti penilaian yang tidak baik terhadap kegiatan akademik.

**Kata kunci:** Perilaku Merokok, Stress Akademik, Mahasiswa Jurusan Teknik Industri



**THE CORRELATION BETWEEN ACADEMIC STRESS AND SMOKING  
BEHAVIOR IN STUDENTS' INDUSTRIAL ENGINEERING  
DEPARTMENT 2017 OF STATE ISLAMIC UNIVERSITY SULTAN  
SYARIF KASIM RIAU**

**Rahmi Yulia Simahara**

**Faculty of Psychology, State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau  
rahmiyuliasimahara7@gmail.com**

**ABSTRACT**

This research aims to determine the correlation between academic stress and smoking behavior in students' Industrial Engineering 2017 of State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau. The hypothesis proposed in this research is that there is a positive correlation between academic stress and smoking behavior in students' Industrial Engineering Department 2017 of State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau. There were 125 people as samples by using purposive sampling technique. The data collection refers to the theory of Sarafino & Timothy and the theory of Silvan Tomkins for the smoking behavior scale that was modified by the researcher based on the research needs. Based on the Pearson Product Moment correlation analysis, it was found that there was a positive correlation between academic stress and smoking behavior in students' Industrial Engineering Department of State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau with a value ( $r$ ) of 0.375 and a significance level of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). This the hypothesis in this research is accepted. This means that the higher the academic stress is, the higher the smoking behavior is. The results also show that the biological aspect is the aspect that has the highest correlation value for smoking behavior compared to other aspects with a value ( $\beta$ ) of 0.282. So that, students are expected to control smoking behavior.

**Keywords: Smoking Behavior, Academic Stress, Industrial Engineering Students**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah bagian dari masa dewasa awal. Masa dewasa awal merupakan istilah yang saat ini digunakan untuk menentukan masa perubahan dari masa remaja menuju dewasa. Rentang usia masa ini antara 18-25 tahun, pada masa ini ditandai oleh aktivitas yang bersifat eksplorasi dan eksperimen (Santrock, 2011). Masa dewasa awal selalu mempunyai keinginan untuk dapat diterima dalam kelompok teman sebayanya. Sikap tersebut dapat mempengaruhi mereka untuk meniru perilaku atau tindakan yang sama dengan lingkungan di sekitarnya salah satunya yaitu perilaku merokok (Defie dkk, 2018)

Perilaku merokok merupakan salah satu kebiasaan yang dapat ditemui hampir disetiap kalangan masyarakat, baik laki-laki maupun perempuan, mulai dari usia muda hingga tua. Rokok bukan lagi menjadi hal yang baru atau asing lagi di masyarakat. Sangat mudah untuk menemukan orang yang merokok seperti di rumah, kantor, *café*, tempat-tempat umum, bahkan di sekolah-sekolah. Merokok sudah menjadi *lifestyle* pada kebanyakan penduduk Indonesia. Dari data Riskesdas (2018) menunjukkan jumlah perokok di Indonesia di atas 15 tahun sebanyak 33,8%. Dari jumlah tersebut 62,9% merupakan perokok laki-laki dan 4,8% perokok perempuan (Kemenkes RI, 2018). Sedangkan di Riau pada tahun 2015, angka perokok pada penduduk usia lebih 15 tahun di Provinsi Riau sudah mencapai 31,21%, sedangkan pada tahun 2018 meningkat lagi menjadi 32,73% (Riau Global, 2019).



Ada alasan yang melatar belakangi perilaku merokok pada mahasiswa. Perilaku merokok merupakan fungsi dari lingkungan dan individu. Artinya perilaku merokok selain disebabkan faktor-faktor dari dalam diri juga disebabkan faktor lingkungan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Widiansyah (2014) menyatakan bahwa perilaku merokok pada mahasiswa dipengaruhi oleh tiga aspek, yaitu: Pertama aspek kognitif karena remaja ingin mendapatkan pengakuan dari teman-temannya sehingga mereka belajar cara merokok atau mencoba merokok pada saat berkumpul bersama teman-temannya. Kedua aspek afektif karena stress yang dialami remaja, mereka merasa bahwa dengan merokok maka stress mereka akan hilang. Ketiga aspek lingkungan yaitu keluarga serta teman-temannya.

Terdapat faktor yang mendorong individu untuk merokok. Menurut Komasari dan Helmi (2000) faktor yang mempengaruhi perilaku merokok adalah faktor lingkungan yang terdiri dari lingkungan keluarga dan lingkungan sebaya, serta kepuasan psikologis. Kepuasan psikologis memberi sumbangan yang lebih tinggi, yaitu mencapai 40,9% daripada sumbangan sikap keluarga dan lingkungan teman sebaya yang hanya mencapai 38,4%. Hal ini memberikan gambaran bahwa perilaku merokok bagi subjek dianggap memberikan kenikmatan yang menyenangkan. Perilaku merokok ini berkaitan erat dengan kondisi emosi. Kondisi yang paling banyak terdapat perilaku merokok yaitu kondisi dimana ketika individu berada dalam keadaan tertekan atau stress.

Menurut Selye (dalam Rohman, 2009) stress adalah respon fisiologis, emosi dan psikologis yang dialami oleh seseorang terhadap peristiwa-peristiwa





yang mengancam dan membahayakan. Reaksi-reaksi fisiologis yang dimaksudkan adalah seperti meningkatnya tekanan darah, detak jantung, frekuensi pernafasan, dan juga bertambah banyaknya sekresi adrenalin. Reaksi-reaksi emosional terhadap stress termasuk perasaan-perasaan cemas, takut, dan frustrasi. Stress normal dialami oleh setiap individu, sehingga stress sudah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan masing-masing individu. Seseorang yang mengalami stress akan berpikir dan berusaha keras untuk menyelesaikan permasalahan atau tantangan hidup yang dihadapinya sebagai respon adaptasi untuk tetap bertahan. Mahasiswa termasuk bagian dari individu yang mengalami stress dalam kehidupannya. Tugas, tanggung jawab, dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa menjadi pemicu stress yang biasa dialami oleh mahasiswa.

Peningkatan stress akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi. Beban stress yang dirasa berat dapat memicu gangguan memori, konsentrasi penurunan kemampuan penyelesaian masalah, dan kemampuan akademik. Dampak dari stress itu sendiri dapat berupa dampak positif maupun negatif. Dampak positif dapat berupa peningkatan kreativitas dan pengembangan diri selama stress yang dialami masih dalam batas kapasitas individu. Sedangkan dampak negatifnya seorang remaja dapat berperilaku negatif seperti merokok, alkohol, tawuran, seks bebas bahkan hingga penyalahgunaan NAPZA (Widianti, 2007).

Goodman & Leroy (dalam Mckean dan Misra, 2005) mengemukakan bahwa salah satu pemicu stress justru sering datang dari lingkungan sekolah yang





UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

seharusnya menjadi tempat yang nyaman dan sehat untuk perkembangan fisik dan psikis peserta didik. Bagi sebagian peserta didik, sekolah dengan segala elemennya justru menjadi sesuatu yang menakutkan. Elemen-elemen yang dimaksud antara lain kurikulum yang dirasa terlalu berat, cara mengajar guru/dosen yang menekan atau merendahkan, lingkungan pergaulan sebaya yang tidak sehat, serta beban tugas yang banyak dan waktu pengumpulan tugas yang sangat sedikit.

Menurut Govaerst & Gregoire (2004) stress yang paling umum dialami oleh mahasiswa merupakan stress akademik. Stress akademik dapat diartikan sebagai suatu keadaan individu mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stressor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi.

Stress yang dialami oleh mahasiswa terjadi karena disebabkan oleh tuntutan kehidupan akademik yang harus dijalani, termasuk di dalamnya aktivitas non- akademik seperti bersosialisasi dan melakukan penyesuaian diri terhadap teman sesama mahasiswa yang memiliki karakteristik dan latarbelakang berbeda-beda, mengasah minat dan bakat, serta bekerja sampingan untuk menambah uang saku (Surwatika dkk, 2014). Tuntutan dan tanggung jawab akademik yang tinggi pada mahasiswa dapat menjadi penyebab stres yang sering dirasakan oleh mahasiswa dimana keadaan ini disebut sebagai stres akademik. Kondisi stres yang terjadi dalam lingkup sekolah atau lingkungan yang berhubungan dengan akademik seseorang disebut dengan stres akademik (Calaguas, 2011). Stres akademik muncul dikarenakan adanya kondisi dimana tuntutan-tuntutan akademik



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang dirasakan siswa tidak dapat dihadapi yang kemudian dipersepsikan sebagai gangguan atau yang disebut dengan *academic stressor* (Sayekti, 2017). Stres dikalangan mahasiswa disebabkan oleh berbagai hal. Penyebab utama yang menyebabkan stres tersebut muncul ialah tekanan dalam masalah akademik berupa keinginan mendapat nilai yang tinggi, dan mahasiswa selalu berusaha untuk tidak gagal dapat menimbulkan kecemasan (Pamukhti, 2016). Olejnik dan Holschuh (dalam Barseli, Ifdil, dan Nikmarijal, 2017) mengatakan ketika menghadapi stres atau tekanan yang datang, reaksi paling umum yang ditunjukkan oleh individu ialah reaksi perilaku dimana diantaranya perilaku menarik diri, tidur terlalu banyak, menangis, dan mengkonsumsi obat-obatan serta alkohol. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Wahyudi, Bebasari, dan Nazriati (2015) dimana hasil penelitiannya mengatakan bahwa dampak negatif dari stres yang dialami oleh mahasiswa dapat berupa sulit berkonsentrasi selama perkuliahan, demotivasi dan penurunan minat, sulit berkonsentrasi bahkan mampu menimbulkan perilaku kurang baik seperti sengaja datang terlambat ketika kuliah, mengkonsumsi alkohol, dan perilaku merokok.

Mahasiswa Teknik Industri yang angkatan 2017 berada di puncaknya perkuliahan karena mahasiswa pada semester tersebut biasanya mendapatkan banyak tugas dari masing-masing mata kuliah sehingga membuat mahasiswa menjadi tertekan dengan tugas yang diberikan oleh dosen karena terlalu banyak. Dengan adanya tekanan pada tugas yang banyak tersebut dapat menimbulkan stress bagi mahasiswa itu sendiri. Oleh karena itu, sebagian dari mahasiswa mencari cara untuk mengurangi beban tugas tersebut dengan cara mengalihkannya



kepada perilaku merokok karena bagi mereka hal tersebut efektif untuk mengurangi stress akademik yang dialami.

Selanjutnya, hasil dari wawancara 13 mahasiswa melalui *google formulir* yang peneliti lakukan ditemukan sebanyak 61,5% mahasiswa merokok ketika mengalami cemas, gelisah, dan khawatir, sebanyak 61,5% mahasiswa merokok ketika sedang sendiri dan kesepian, dan mengalami peningkatan mengkonsumsi rokok ketika sedang mengalami masalah yang berat, pikiran sedang kacau, dan stress.

Dari uraian di atas, yang menjadi permasalahan adalah apakah mahasiswa yang mengalami stress akademik selalu memiliki keinginan untuk merokok? Dari latar belakang di atas, peneliti ingin mengetahui apakah hubungan antara stress akademik dengan perilaku merokok pada mahasiswa.

### **B. Rumusan Masalah**

Peneliti merumuskan masalah sebagai berikut : Apakah terdapat hubungan antara stress akademik dengan perilaku merokok pada mahasiswa angkatan 2017 Jurusan Teknik Industri UIN Suska Riau?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara stress akademik dengan perilaku merokok pada mahasiswa angkatan 2017 Jurusan Teknik Industri UIN Suska Riau.

#### D. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang hubungan antara stress akademik dengan perilaku merokok cukup banyak dilakukan, berikut beberapa penelitian dengan stress akademik dan perilaku merokok. Penelitian yang dilakukan oleh Noni Hilda Bawuna dan kawan-kawan (2017) tentang “Hubungan antara Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas SAM Ratulangi”. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Bawuna dan kawan-kawan membuktikan bahwa terdapat hasil yang signifikan antara tingkat stress dengan perilaku merokok dimana tingkat stress mempengaruhi perilaku merokok tiap individu perokok dalam hal ini mahasiswa teknik Universitas Sam Ratulangi Manado didapati juga semakin tinggi tingkat stress seseorang, perilaku merokoknya semakin berat. Persamaan penelitian ini adalah terletak pada variabel stress dan perilaku merokok. Perbedaan penelitian ini adalah terletak pada lokasi penelitian, penelitian ini dilakukan di Manado sedangkan penelitian yang akan diteliti yaitu di Pekanbaru.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Dilla Dwi Riska Harvinta (2015) tentang “Hubungan antara Stress Akademik dengan Kecenderungan Perilaku Merokok pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Umum Universitas Muhammadiyah Surakarta”. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Harvinta membuktikan bahwa adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara stress akademik dengan kecenderungan perilaku merokok pada mahasiswi. Semakin tinggi stress akademik, maka semakin tinggi kecenderungan perilaku merokok. Sebaliknya, semakin rendah stress akademik, maka semakin rendah juga







kecenderungan perilaku merokok. Persamaan penelitian ini juga terletak pada variabel yang digunakan yaitu stress dan perilaku merokok. Perbedaan penelitian ini adalah terletak pada lokasi penelitian, pada penelitian ini lokasi penelitian di Surakarta sedangkan lokasi penelitian yang akan di lakukan peneliti yaitu di Pekanbaru.

Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Sutri Kurnela (2014) tentang “Hubungan antara Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok di SMA Santun Untan Pontianak”. Hasil penelitian ini memperoleh hasil bahwa semakin tinggi stress maka perilaku merokok juga akan semakin meningkat. Persamaan penelitian ini juga terletak pada variabel yaitu stress dan perilaku merokok. Perbedaan penelitian ini terletak pada subjek, pada penelitian ini subjek adalah siswa SMA sedangkan penelitian yang akan dilakukan subjek adalah mahasiswa.

### E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang jelas dan diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis, antara lain:

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan wawasan terkait ilmu psikologi, khususnya masalah stress akademik dengan perilaku merokok.

#### 2. Manfaat Praktis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan khususnya, bagi mahasiswa yang mengalami stress akademik agar dapat mengontrol dan mengurangi perilaku merokok.





## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Stres Akademik

##### 1. Pengertian Stres

Menurut Sarafino dan Timothy (2011) stres adalah suatu keadaan yang dimana seseorang merasa tidak cocok dengan situasi secara fisik maupun psikologi dan sumbernya berasal dari biologi serta sistem sosial. Menurut Selye (dalam Hawari, 2011) stres adalah respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya. Misalnya bagaimana respons tubuh seseorang manakala yang bersangkutan mengalami beban pekerjaan yang berlebihan. Bila ia sanggup mengatasinya artinya tidak ada gangguan pada fungsi organ tubuh, maka dikatakan yang bersangkutan tidak mengalami stres, namun sebaliknya bila ternyata ia mengalami gangguan pada salah satu atau lebih organ tubuh sehingga yang bersangkutan tidak lagi dapat menjalankan fungsi pekerjaannya dengan baik maka ia disebut mengalami distress. Stres merupakan suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis dan psikologis atau sistem sosial individu tersebut (Sarafino & Timothy, 2011).

Malach-Pines & Keinan (Busari, 2011) mendefinisikan stres sebagai persepsi ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan (stresor) dan kapasitas individu untuk memenuhi tuntutan tersebut. Stres terjadi ketika seseorang dihadapkan pada situasi yang mereka anggap sangat berlebihan dan mereka merasa tidak bisa mengatasinya.



Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa stres adalah ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis dan psikologis seseorang dimana terdapat kesenjangan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan individu untuk memenuhinya.

## 2. Pengertian Stres Akademik

Menurut Govaerst & Gregoire (2004) stres akademik adalah segala sesuatu yang mempengaruhi kehidupan akademik, hal ini disebabkan oleh tuntutan yang timbul saat seseorang dalam masa pendidikan. Stres akademik diartikan sebagai suatu kondisi atau keadaan individu yang mengalami tekanan sebagai hasil persepsi dan penilaian mahasiswa tentang stresor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan. Fairbrother & Warn telah mengidentifikasi bahwa stres akademik terjadi karena terlalu banyak tugas, persaingan dengan siswa lain, kegagalan, kekurangan uang saku, hubungan yang buruk dengan teman atau dosen, kelembagaan (Universitas), ruang kuliah yang penuh sesak, sistem semester, dan sumber daya yang tidak memadai untuk melakukan pekerjaan akademik (Busari, 2011).

Berdasarkan dari definisi di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa stres akademik merupakan suatu respon (afektif, behavioral, fisiologikal, dan kognitif) yang muncul karena tekanan yang bersumber dari akademik, seperti terlalu banyaknya tugas yang diberikan, ruang kuliah yang penuh sesak, persaingan antara mahasiswa lain, hubungan yang buruk dengan teman ataupun dosen serta ketakutan terjadinya kegagalan dibidang akademik.



### 3. Mekanisme Terjadinya Stres

Stres baru nyata dirasakan apabila keseimbangan diri terganggu, artinya kita baru mengalami stres manakala kita mempersepsi tekanan dari stresor melebihi daya tahan yang kita punya untuk menghadapi tekanan tersebut. Jadi selama kita memandangkan diri kita masih bisa menahan tekanan tersebut (yang kita persepsikan lebih ringan dari daya tahan kita) maka cekaman stres belum nyata. Akan tetapi apabila tekanan tersebut bertambah besar (baik dari stresor yang sama atau stresor yang lain dalam waktu yang sama) maka cekaman menjadi nyata, membuat kita kewalahan dan merasakan stres (Musradinur, 2016).

### 4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres

Sesuatu yang merupakan akibat pasti memiliki penyebab atau yang disebut stresor, seseorang dapat mengalami stres karena menemui banyak masalah dalam kehidupannya. Beberapa hal yang dapat menyebabkan stres berasal dari berbagai sumber (Musradinur, 2016), yaitu:

#### a. Lingkungan

Lingkungan merupakan segala sesuatu yang berada di sekitar individu, yang termasuk dalam stresor lingkungan adalah:

- 1) Sikap lingkungan, seperti yang kita ketahui bahwa lingkungan itu memiliki nilai positif dan negatif terhadap perilaku masing-masing individu sesuai pemahaman suatu kelompok dalam masyarakat. Tuntutan inilah yang dapat membuat individu tersebut harus selalu

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



berlaku positif sesuai dengan pandangan masyarakat dilingkungan tersebut.

- 2) Tuntutan dan sikap keluarga, contohnya seperti tuntutan yang sesuai dengan keinginan orang tua untuk memilih jurusan saat ingin kuliah, pekerjaan, perjodohan, dan lain-lain yang bertolak belakang dengan keinginannya dan menimbulkan tekanan pada individu tersebut.
- 3) Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, tuntutan untuk selalu *update* terhadap perkembangan zaman membuat sebagian individu berlomba-lomba untuk menjadi yang pertama tahu tentang hal-hal yang baru, tuntutan tersebut juga terjadi karena rasa malu yang tinggi jika disebut gaptek.

b. Diri sendiri, terdiri dari:

- 1) Kebutuhan psikologis, yaitu tuntutan terhadap keinginan yang ingin dicapai.
- 2) Proses internalisasi diri adalah tuntutan individu untuk terus-menerus menyerap sesuatu yang diinginkan sesuai dengan perkembangan.

c. Pikiran, terdiri dari:

- 1) Berkaitan dengan penilaian individu terhadap lingkungan dan pengaruhnya pada diri dan persepsinya terhadap lingkungan.
- 2) Berkaitan dengan cara penilaian diri tentang cara penyesuaian yang bisa dilakukan oleh individu yang bersangkutan.

Penyebab-penyebab stres di atas sudah tentu tidak akan membuat seseorang stres secara langsung. Hal tersebut dikarenakan setiap orang



berbeda dalam menyikapi setiap masalah yang dihadapi. Menurut Kozier & Erb (Musradinur, 2016), dampak stresor tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor:

a. Sifat stressor

Pengetahuan individu tentang bagaimana cara mengatasi dan darimana sumber stresor tersebut serta besarnya pengaruh stresor pada individu tersebut, membuat dampak stres yang terjadi pada setiap individu berbeda-beda.

b. Jumlah stressor

Banyaknya stresor yang diterima individu dalam waktu bersamaan. Jika individu tersebut tidak siap menerima akan menimbulkan perilaku yang tidak baik. Misalnya marah-marah pada hal-hal yang kecil.

c. Lama stressor

Seberapa sering individu menerima stresor yang sama, semakin sering individu mengalami hal sama, maka akan timbul kelelahan dalam mengatasi masalah tersebut.

## 5. Jenis-Jenis Stres

Menurut Kusmiati & Desminiarti (Musradinur, 2016), stres dapat digolongkan menjadi tiga yaitu:

- a. Stres fisik, disebabkan oleh suhu atau temperatur yang terlalu tinggi atau terlalu rendah, suara amat bising, sinar yang terlalu terang, atau tersengat arus listrik.





- b. Stres kimiawi, disebabkan oleh asam-basa kuat, obat-obatan, zat beracun hormon, atau gas.
- c. Stres fisiologik, disebabkan oleh gangguan struktur, fungsi jaringan, organ atau sistemik sehingga menimbulkan fungsi tubuh tidak normal.

## 6. Tahapan Stres

Gejala stres dalam diri seseorang seringkali tidak disadari karena perjalanan awal stres timbul secara lambat. Stres akan mulai dirasakan apabila telah mengganggu fungsi dari kehidupannya sehari-hari. Dr. Robert J. Van Aberg (dalam Hawari, 2011) membagi tahapan stres sebagai berikut:

### a. Stres tahap I

Tahap ini merupakan tahap stres yang paling ringan, biasanya disertai dengan perasaan seperti:

- 1) Semangat bekerja besar bahkan berlebihan
- 2) Merasa mampu menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya, namun tanpa disadari cadangan energi dihabiskan, disertai dengan rasa gugup yang berlebihan
- 3) Merasa senang dengan pekerjaannya itu dan semakin bertambah semangat, namun tanpa disadari cadangan energi semakin menipis.

### b. Stres tahap II

Pada tahap ini, dampak stres yang semula “menyenangkan” sebagaimana diuraikan pada tahap I mulai menghilang, dan kemudian timbul keluhan-keluhan yang disebabkan karena cadangan energi tidak



lagi cukup sepanjang hari karena tidak cukup waktu untuk istirahat.

Keluhan-keluhan pada tahap ini antara lain:

- 1) Bangun pagi yang seharusnya terasa segar, namun terasa letih
- 2) Merasa mudah lelah setelah makan siang
- 3) Sering mengeluh lambung atau perut tidak nyaman
- 4) Berdebar-debar
- 5) Otot tungkuk dan punggung terasa tegang

#### c. Stres tahap III

Apabila seseorang itu tetap memaksakan diri dalam pekerjaannya tanpa menghiraukan keluhan-keluhan sebagaimana diuraikan pada tahap II, maka seseorang tersebut akan menunjukkan keluhan-keluhan yang semakin nyata seperti:

- 1) Gangguan lambung dan usus semakin nyata, misalnya keluhan *gastritis*, buang air besar tidak teratur
- 2) Ketegangan otot semakin terasa
- 3) Perasaan tidak tenang semakin meningkat
- 4) Gangguan pola tidur (*insomnia*)
- 5) Koordinasi tubuh terganggu

#### d. Stres tahap IV

Pada tahap ini tidak ditemukan kelainan-kelainan fisik pada organ tubuhnya, namun apabila hal ini dibiarkan dan yang bersangkutan memaksakan diri untuk bekerja tanpa mengenal istirahat, maka gejala stres tahap IV akan muncul, seperti:



- 1) Sulit untuk bertahan sepanjang hari
- 2) Aktivitas pekerjaan yang semula menyenangkan dan mudah diselesaikan menjadi membosankan dan terasa lebih sulit
- 3) Kehilangan kemampuan untuk merespons situasi secara memadai
- 4) Gangguan pola tidur disertai dengan mimpi yang menegangkan
- 5) Daya konsentrasi dan daya ingat menurun
- 6) Timbul perasaan takut dan cemas yang tidak dapat dijelaskan apa penyebabnya

e. Stres tahap V

- 1) Kelelahan fisik dan mental yang semakin mendalam
- 2) Gangguan sistem pencernaan semakin berat
- 3) Meningkatnya perasaan takut dan cemas sehingga mudah bingung dan panik,

f. Stres tahap VI

- 1) Debaran jantung teramat keras
- 2) Susah bernapas
- 3) Sekujur badan terasa gemetar, dingin, dan keringat bercucuran
- 4) Pingsan

## 7. Aspek – Aspek Stres

Aspek-aspek stres yang dikemukakan oleh Sarafino & Timothy (2011) adalah sebagai berikut:



a. Aspek biologis

Stres yang muncul karena dihadapkan pada kondisi atau situasi yang mengancam atau berbahaya, maka akan ada reaksi fisiologis dari tubuh terhadap stres yang ditimbulkan, seperti detak jantung yang meningkat atau kaki yang gemetar.

b. Aspek psikososial

Menjelaskan bahwa stres yang muncul karena pengaruh keadaan lingkungan. Stresor akan menghasilkan perubahan-perubahan psikologis dan juga sosial individu. Perubahan- perubahan tersebut antara lain:

1) Kognitif

Level stres yang tinggi dapat mempengaruhi ingatan dan juga perhatian. Stres dapat merusak fungsi kognitif, seringkali mengalihkan perhatian individu. Kebisingan dapat menjadi stresor yang mana dapat menjadi kronis bagi individu yang tinggal di lingkungan yang bising, seperti didekat rel kereta api atau tepi jalan raya.

2) Emosi

Emosi cenderung menyertai stres dan seseorang sering menggunakan emosi mereka untuk menilai kondisi stres yang dialami. Stres juga dapat menimbulkan perasaan sedih atau depresi. Saat penggunaan psikologis sudah parah parah dan berkepanjangan, biasanya berlangsung minimal 2 minggu. Orang dengan kelainan ini cenderung:



- a) Miliki suasana hati yang menyedihkan hampir setiap hari
  - b) Tampak lesu, kehilangan energi, kesenangan, dan konsentrasi
  - c) Menunjukkan kebiasaan tidur yang buruk dan nafsu makan yang buruk atau nafsu makannya meningkat drastic
  - d) Memiliki pikiran untuk bunuh diri atau merasa putus asa tentang masa depan.
  - e) Memiliki harga diri rendah, sering menyalahkan diri mereka sendiri atas keinginan mereka.
- 3) Perilaku Sosial

Stres dapat mengubah perilaku seseorang terhadap orang lain. Dalam situasi yang penuh stres, seperti kecelakaan kereta api, gempa bumi, dan bencana lainnya, banyak orang bekerja sama untuk saling membantu. Namun pada situasi stres yang lain, bisa menyebabkan individu kurang sosial atau kurang peduli bahkan cenderung bermusuhan dengan orang lain dan tidak sensitif. Saat stres dan kemarahan bergabung, perilaku sosial negatif sering meningkat.

## 8. Telaah Teks Islam Tentang Stres

Sebagai hamba Allah yang secara fitrah memiliki kelebihan dan kekurangan, manusia membutuhkan sejumlah hal baru, kegembiraan dan rangsangan tertentu dalam hidup. Seseorang dapat mengalami berbagai ketidakpastian, kecemasan dan tekanan yang memotivasinya untuk melakukan sesuatu, menjadi berhasil dalam mencapai sejumlah keinginan dan cita-cita.





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Islam dengan segala kesempurnaannya datang membawa risalah untuk kehidupan manusia. Stres dalam Islam bukanlah sesuatu yang harus ditakuti atau dihindari, namun Islam mengajarkan kepada manusia bahwa tuntutan atau ujian ini merupakan sesuatu yang harus dijalani sebagai bagian dari proses kehidupan itu sendiri. Firman Allah SWT dalam surat Al-Baqarah ayat 286 menjelaskan tentang ujian yang diberikan kepada manusia yang berbunyi:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya:

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengankesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): Ya Tuhan kami, janganlah engkau hukum kami jika kami lupa atau tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang yang sebelum kami. Ya Tuhankami, janganlah engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maafilah kami, ampunilah kami, danrah matilah kami. Engkau penolong kami, maka tolonglah kamiterhadap kaum yang fakir.”* (QS. Al-Baqarah: 286).

Ayat diatas menjelaskan bahwa segala tekanan dan cobaan dalam kehidupan yang diterima oleh manusia sesuai dengan porsinya masing- masing. Permasalahan yang melanda merupakan karunia Allah SWT kepada manusia berdasarkan kemampuan manusia itu sendiri, itu berarti bahwa kita dapat menghadapi semua ujian yang diberikan kepada kita. Stres juga dikategorikan sebagai ujian hidup, namun bisa jadi kesempatan hidup yang menjadikan seseorang stres atau berada pada tekanan. Hanya diri kita yang dapat



menjadikan tekanan tersebut menjadi hal yang positif atau sebaliknya. Apabila kita selalu memandang tekanan sebagai sesuatu yang menyenangkan, tentunya akan menghasilkan sesuatu yang baik. Oleh karena itu diri kita sendiri yang dapat menjadikan tekanan sebagai sesuatu yang baik atau sebaliknya.

Islam mengajarkan kepada umatnya untuk selalu bersikap positif bahwa ujian hidup atau beban kerja akan dapat diselesaikan dengan baik. Hal ini tertuang dalam QS Al-Insyirah ayat 5-6, sebagai berikut:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya:

*“Karena sesungguhnya bersama setiap kesulitan ada kemudahan (5) Sesungguhnya bersama setiap kesulitan ada kemudahan(6)”*

Contoh yang bisa kita jumpai dalam lingkungan sekitar kita adalah ketika seseorang mengerjakan tugas pada waktu yang sudah ditentukan (*deadline*), maka tugas tersebut akan dapat diselesaikan dengan baik. Atau seseorang yang menjalani serangkaian aktivitas dalam hidupnya dengan berbagai pencapaian-pencapaian untuk menjadikan hidupnya berkualitas. Jadi kita harus yakin bahwa setiap kesulitan yang kita hadapi, pasti ada kemudahan setelahnya.

## B. Perilaku Merokok

### 1. Pengertian Perilaku Merokok

Komasari & Helmi (2000) perilaku merokok adalah aktivitas subjek yang berhubungan dengan perilaku merokonya, yang diukur melalui

intensitas merokok, tempat merokok, waktu merokok, dan fungsi merokok dalam kehidupan sehari-hari. Merokok menurut Armstrong (dalam Nasution, 2007) adalah menghisap asap tembakau yang dibakar ke dalam tubuh dan menghembuskannya kembali keluar. Menurut Sitepoe (dalam Sanjiwani & Budisetyani, 2014) perilaku merokok adalah suatu perilaku yang melibatkan proses membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok ataupun pipa. Selain itu Menurut Levy ( dalam Dianarizki & Yusti, 2010) perilaku merokok adalah suatu aktivitas yang dilakukan seseorang berupa membakar dan menghisapnya serta dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang-orang di sekitarnya.

Jadi dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok adalah aktivitas seseorang membakar tembakau agar asapnya dapat dihirup lewat mulut dan dihembuskan ke udara baik menggunakan mulut secara langsung ataupun menggunakan pipa.

## 2. Dampak Perilaku Merokok

Komasari & Helmi (2000) mengatakan bahwa perilaku merokok dilihat dari berbagai sudut pandang sangat merugikan, baik bagi diri sendiri maupun orang disekelilingnya. Dilihat dari sisi kesehatan, pengaruh bahan-bahan kimia yang dikandung rokok seperti nikotin, CO (*carbon monoksida*) dan tar akan memacu kerja dari susunan syaraf pusat dan susunan syaraf simpatis sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat dan detak jantung bertambah cepat, menstimulasi penyakit kanker dan berbagai penyakit yang





lain seperti penyempitan pembuluh darah, tekanan darah tinggi, jantung, paru-paru dan *bronchitis* kronis.

Bagi ibu hamil, rokok menyebabkan kelahiran prematur, berat badan bayi rendah, mortalitas prenatal, kemungkinan lahir dalam keadaan cacat, dan mengalami gangguan dalam perkembangan. Sensitivitas ketajaman penciuman dan pengecapan para perokok berkurang bila dibandingkan dengan non-perokok. Dilihat dari sisi ekonomi, merokok pada dasarnya “membakar uang” apalagi jika hal tersebut dilakukan remaja yang belum memiliki penghasilan sendiri (Komasari & Hemi, 2000).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dampak negatif dari merokok lebih banyak daripada dampak positifnya. Meskipun rokok dapat memberikan efek rasa menenangkan dan lain sebagainya, namun merokok dapat memicu berbagai penyakit yang akan dialami oleh seseorang perokok aktif maupun pasif.

### 3. Faktor –Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok

Terdapat enam faktor yang mempengaruhi perilaku merokok seseorang (Adistie, 2015) yaitu:

#### a. Faktor biologis

Faktor ini menekankan pada kandungan nikotin yang ada di dalam rokok yang dapat mempengaruhi ketergantungan seseorang pada rokok secara biologis. Masing-masing orang memiliki reaksi yang berbeda terhadap konsumsi rokok. Beberapa tidak kecanduan, lainnya terstimulasi atau malah menjadi depresi karena konsumsi nikotin.





b. Faktor lingkungan

Pada remaja, perilaku merokok cenderung disebabkan oleh pengaruh rekan sebaya. Agar diterima oleh kelompoknya, remaja melakukan konformitas salah satunya dengan merokok.

Berbagai fakta mengungkapkan bahwa semakin banyak remaja merokok maka semakin banyak kemungkinan teman-temannya adalah perokok juga dan demikian sebaliknya. Dari fakta tersebut ada dua kemungkinan yang terjadi, pertama remaja tadi terpengaruh oleh teman-temannya atau bahkan teman-teman remaja tersebut yang terpengaruh oleh diri remaja tersebut yang akhirnya mereka semua menjadi perokok.

c. Faktor karakteristik personal

Seseorang yang mempunyai karakteristik pemberontak dan berani ambil resiko akan dengan mudah memutuskan untuk merokok. Hal itu dilakukannya untuk menunjukkan bahwa dirinya mempunyai kewenangan atas dirinya sendiri. Sehingga ia tidak peduli dengan aturan larangan merokok maupun pandangan orang lain terhadap perokok.

Orang mencoba untuk merokok karena alasan ingin tahu atau ingin melepaskan diri dari rasa sakit fisik atau jiwa, membebaskan diri dari kebosanan. Namun satu sifat kepribadian yang bersifat prediktif pada pengguna obat-obatan (termasuk rokok) ialah konformitas sosial. Remaja yang kurang berprestasi, tidak dapat memenuhi harapan orang tua, biasanya memanifestasikan dirinya melalui tindakan merokok sebagai bentuk pemberontakan agar terlihat kuat, gagah, dan merdeka.





d. Faktor keluarga

Remaja akan mudah untuk merokok bila mempunyai setidaknya salah satu dari orang tua baik itu ayah atau ibunya yang merupakan perokok. Anak muda yang berasal dari rumah tangga yang tidak bahagia, dimana orang tua tidak begitu memperhatikan anak-anaknya dan memberikan hukuman fisik yang keras lebih mudah untuk menjadi perokok dibanding anak-anak muda yang berasal dari lingkungan rumah tangga yang bahagia.

Remaja yang berasal dari keluarga konservatif yang menekankan nilai-nilai sosial dan agama dengan baik dengan tujuan jangka panjang lebih sulit untuk terlibat dengan rokok, tembakau, dan obat-obatan dibandingkan dengan keluarga yang permisif dengan penekanan pada falsafah “kerjakan urusanmu sendiri-sendiri” dan yang paling kuat pengaruhnya adalah apabila orang tua sendiri menjadi figur contoh yaitu sebagai perokok berat, maka anak-anaknya kemungkinan akan mencontohnya.

Keluarga memiliki kontribusi yang besar dalam pembentukan perilaku seorang anak. Kebiasaan merokok pada orang tua dapat membuat seorang anak menganggap bahwa merokok merupakan suatu hal yang tidak dilarang. Hal ini semakin diperkuat apabila tidak ada larangan dari orang tua apabila anaknya merokok.

e. Faktor psikologis

Seperti yang telah disebutkan dalam faktor biologis merokok, nikotin yang masuk didalam darah memberikan efek rasa tenang dan daya pikir serasa lebih cemerlang, sehingga bagi beberapa orang, merokok

diasumsikan dapat meningkatkan konsentrasinya dalam melakukan sesuatu. Merokok dianggap dapat menciptakan suasana menyenangkan, tetap terjaga atau waspada, konsentrasi, penampilan psikomotor yang baik dalam menghadapi rangsangan yang tidak menyenangkan, dan mengurangi kecemasan.

Perokok dewasa memiliki persepsi stres yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak merokok. Hal tersebut kemungkinan berkaitan dengan fungsi rokok bagi sebagian orang yaitu untuk mengatasi stres yang dialami. Salah satu faktor psikologis seseorang berperilaku merokok adalah untuk mengurangi reaksi emosi negatif seperti cemas, tegang dan sebagainya.

f. Pengaruh iklan

Melihat iklan di media massa dan elektronik yang menampilkan gambaran bahwa perokok adalah lambang kejantanan atau *glamour*, membuat remaja seringkali terpicu untuk mengikuti perilaku seperti yang ada dalam iklan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi seseorang untuk merokok pada remaja, faktor-faktor tersebut antara lain: faktor biologis, faktor lingkungan, faktor karakteristik personal, faktor keluarga, faktor psikologis dan pengaruh iklan.





#### 4. Tahapan Perilaku Merokok

Terdapat beberapa tahapan yang dilalui seseorang sehingga menjadi perokok. Seperti yang diungkapkan oleh Leventhal & Clearly (1980) bahwa terdapat empat tahap dalam perilaku merokok yaitu:

a. Tahap *preparatory*

Tahap pertama yaitu seseorang mendapatkan gambaran yang menyenangkan mengenai merokok dengan cara mendengar, melihat, atau dari hasil bacaan. Hal-hal inilah yang menimbulkan niat seseorang untuk merokok.

b. Tahap *initiation*

Setelah timbul niat dalam seseorang untuk merokok, tahap selanjutnya yaitu tahap perintisan merokok, yaitu tahap apakah seseorang akan melanjutkan atau tidak terhadap perilaku merokok.

c. Tahap *becoming a smoker*

Apabila seseorang sudah mengkonsumsi rokok sebanyak empat batang sehari, maka seseorang tersebut akan cenderung menjadi perokok.

d. Tahap *maintenance of smoking*

Tahap terakhir yaitu tahap dimana merokok sudah menjadi salah satu bagian dari cara pengaturan diri (*self-regulating*). Merokok diartikan untuk mendapatkan efek fisiologis yang menyenangkan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



## 5. Tipe Perilaku Merokok

Menurut Silvan Tomkins (dalam Adistie, 2015) terdapat empat tipe perilaku merokok berdasarkan *management of affect theory*, keempat teori tersebut adalah:

a. Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif (*positive affect smoking*). Dengan merokok, seseorang merasakan penambahan rasa yang positif. Terdapat tiga sub tipe dari tipe perokok ini, meliputi:

- 1) *Pleasure relaxation*, perilaku merokok hanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat. Misalnya merokok setelah minum kopi atau setelah makan.
- 2) *Stimulation to pick them up*, perilaku merokok hanya dilakukan sekadarnya untuk menyenangkan perasaan.
- 3) *Pleasure of handling cigarette*, kenikmatan yang diperoleh dengan memegang rokok. Sangat spesifik pada perokok pipa, perokok pipa akan menghabiskan waktu untuk mengisi pipa dengan tembakau sedangkan untuk menghisapnya hanya membutuhkan waktu beberapa menit saja. Contoh lainnya, perokok lebih senang berlama-lama untuk memainkan rokoknya dengan jari-jarinya sebelum ia nyalakan rokoknya dengan api.

b. Perilaku Merokok yang Dipengaruhi Oleh Perasaan Negatif (*Negatif Affect Smoking*) yang Meliputi:

- 1) Individu merokok saat marah

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- 2) Individu merokok karena sedang merasa cemas, gelisah, khawatir, dan takut
- 3) Individu merokok ketika sendirian, merasa kesepian atau bosan.

c. Perilaku merokok yang adiktif (*addictive smoking*)

Perilaku merokok yang adiktif yaitu individu tidak dapat menahan keinginannya untuk merokok dan menambah dosis rokok setiap hari. Mereka pada umumnya akan pergi keluar rumah untuk membeli rokok, walaupun tengah malam sekalipun, karena ia akan khawatir apabila tidak tersedia rokok setiap saat ia menginginkannya.

d. Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan (*pure habits smoker*)

Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan yaitu individu merasa bahwa merokok adalah kebiasaan rutin dan merasa bahwa merokok merupakan suatu perilaku yang bersifat otomatis dilakukan.

### C. Kerangka Berpikir

Dalam mengkaji hubungan antara stres akademik dengan perilaku merokok pada mahasiswa angkatan 2017 jurusan teknik industri UIN SUSKA RIAU, peneliti menggunakan teori dari Sarafino dan Timothy (2011) untuk stres akademik dan teori dari Komasari dan Helmi (2000) untuk perilaku merokok.

Menurut Sarafino dan Timothy (2011) stres adalah suatu keadaan dimana seseorang merasa tidak cocok dengan situasi secara fisik maupun psikologi dan sumbernya berasal dari biologi serta sistem sosial. Setiap individu yang menjalani kehidupan pasti tidak akan lepas dari stres, sebab stres merupakan sesuatu yang kompleks yang selalu melekat dalam kehidupan individu. Meskipun demikian,





stres yang dihadapi setiap individu berbeda tergantung pada bagaimana individu tersebut menilai sumber stres yang muncul, apakah termasuk pada tingkatan yang berat sampai tidak sanggup mengatasinya atau tingkat yang ringan, tentunya ini juga akan berpengaruh pada perubahan hidup individu tersebut. Perubahan hidup yang terjadi bisa berupa peristiwa yang menyenangkan maupun peristiwa yang menyakitkan, bisa juga karena adanya stres akademik yang dialami oleh individu.

Fairbrother & Warn telah menyatakan bahwa stres akademik terjadi karena terlalu banyak tugas, persaingan dengan siswa lain, kegagalan, kekurangan uang saku, hubungan yang buruk dengan teman atau dosen, kelembagaan (Universitas), ruang kuliah yang penuh sesak, sistem semester, dan sumber daya yang tidak memadai untuk melakukan pekerjaan akademik (Busari, 2011). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa stres akademik merupakan ketidakmampuan individu untuk mengatasi dan beradaptasi dengan hal-hal yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan.

Menurut Sarafino dan Timothy (2011) terdapat dua aspek yang menyebabkan stres, yaitu aspek biologis dan aspek psikososial yang terbagi menjadi tiga diantaranya kognitif, emosi, dan perilaku sosial. Aspek biologis akan muncul ketika kondisi atau situasi mengancam atau berbahaya, yang menimbulkan detak jantung yang meningkat atau kaki yang gemetar. Setiap individu khususnya mahasiswa pernah berada disituasi yang mendesak seperti tugas yang belum selesai namun jadwal *deadline* sudah dekat yang akan menyebabkan mahasiswa menjadi stres. Mahasiswa yang tidak bisa mengatasi hal tersebut akan melampiaskan dengan cara merokok sebagai penenang sementara.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hakipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Yang Kasim Riau



Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fikriyah & Febrijanto (2012) bahwa dengan merokok akan menimbulkan perasaan relaksasi atau ketenangan serta mengurangi kecemasan atau ketegangan.

Aspek emosi ketika individu menggunakan emosi untuk menilai kondisi stres yang dialami. Mahasiswa yang bersaing untuk mendapatkan nilai yang sempurna akan mudah mengalami stres dan menyebabkan sedih atau depresi. Stres yang dialami mahasiswa akan mempengaruhi aktifitas lainnya karena sebagian dari mereka hanya akan terus larut dalam stres yang dihadapi sedangkan sebagian lainnya akan berusaha untuk keluar dari stres yang dihadapi. Banyak cara yang bisa dilakukan untuk stres, namun bagi sebagian mahasiswa memilih cara negatif yang hanya memberikan kesenangan sementara seperti merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian Kurnela (2014) bahwa merokok adalah cara terbaik yang dilakukan remaja, karena menurut mereka rokok merupakan cara yang ampuh untuk keluar dari rasa stres yang mereka hadapi.

Harvinta (2015) yang menjelaskan bahwa stres akademik memberikan pengaruh terhadap perilaku merokok karena semakin tinggi stres akademik maka semakin tinggi kecenderungan perilaku merokok dan sebaliknya, semakin rendah stres akademik maka semakin rendah juga kecenderungan perilaku merokok. Bawuna, dkk (2017) mengungkapkan bahwa tingkat stres mempengaruhi perilaku merokok tiap individu karena semakin tinggi tingkat stres individu maka perilaku merokoknya semakin berat.

Seperti yang kita ketahui bahwa perilaku merokok muncul karena ketidakmampuan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas tepat waktu membuat

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

mahasiswa tersebut merasa tertekan, putus asa, dan memiliki kecenderungan merokok yang pada akhirnya memilih untuk merokok sebagai pelampiasan ketenangan karena mekanisme pertahanan diri yang lemah.

Dengan demikian, dapat dilihat bahwa ada keterkaitan antara stres akademik dengan perilaku merokok, dimana individu yang memiliki pertahanan diri yang lemah akan melakukan pelampiasan atau pelariannya dengan cara merokok.

#### D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian di atas dapat diajukan hipotesis ‘Terdapat hubungan positif antara stres akademik dengan perilaku merokok pada mahasiswa angkatan 2017 Jurusan Teknik Industri UIN Suska Riau. Semakin tinggi stres akademik maka akan meningkat perilaku merokok, dan semakin rendah stres akademik maka perilaku merokok semakin menurun.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk penelitian korelasional. Penelitian korelasional (Sevilla, 1993) adalah metode yang dirancang untuk menentukan tingkat hubungan variabel-variabel yang berbeda dalam suatu populasi. Melalui penelitian ini kita dapat memastikan berapa besar yang disebabkan oleh satu variabel dalam hubungannya dengan variasi yang disebabkan oleh variabel lain.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua macam yaitu variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen (X) dalam penelitian ini adalah stres akademik, sedangkan variabel dependen (Y) dalam penelitian ini adalah perilaku merokok.

#### C. Definisi Operasional

##### 1. Stres Akademik

Stres akademik merupakan suatu respon (afektif, behavioral, fisiologikal, dan kognitif) oleh tiap mahasiswa dalam menempuh pendidikan yang berasal dari lingkungan tempat menempuh pendidikan seperti menyelesaikan tugas yang banyak dan membutuhkan waktu yang lama, perkuliahan di kelas, ujian, kompetisi prestasi dengan teman, kegagalan dalam proses belajar, dan lain sebagainya.

Aspek-aspek stres yang dikemukakan oleh Sarafino & Timothy (2011) adalah sebagai berikut:

a. Aspek biologis

Stres yang muncul karena dihadapkan pada kondisi atau situasi yang mengancam atau berbahaya.

b. Aspek psikososial

Menjelaskan bahwa stres yang muncul karena pengaruh keadaan lingkungan. Stresor akan menghasilkan perubahan-perubahan psikologis dan juga sosial individu. Perubahan-perubahan tersebut antara lain:

1) Kognitif

Level stres yang tinggi dapat mempengaruhi ingatan dan juga perhatian.

2) Emosi

Emosi cenderung menyertai stres dan seseorang sering menggunakan emosi mereka untuk menilai kondisi stres yang dialami.

3) Perilaku sosial

Stres dapat mengubah perilaku seseorang terhadap orang lain. Dalam situasi yang penuh stres, seperti kecelakaan kereta api, gempa bumi, dan bencana lainnya, banyak orang bekerja sama untuk saling membantu.







## 2. Perilaku Merokok

Perilaku merokok adalah perilaku yang melibatkan proses membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok ataupun pipa. Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok.

Menurut Silvan Tomkins (Adistie, 2015) terdapat empat tipe perilaku merokok berdasarkan *management of affect theory*, keempat teori tersebut adalah:

- a. Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif (*positive affect smoking*). Dengan merokok, seseorang merasakan penambahan rasa yang positif.
- b. Perilaku Merokok yang Dipengaruhi Oleh Perasaan Negatif (*Negative Affect Smoking*) yang Meliputi:
  - 1) Individu merokok saat marah
  - 2) Individu merokok karena sedang merasa cemas, gelisah, khawatir, dan takut
  - 3) Individu merokok ketika sendirian, merasa kesepian atau bosan.
- c. Perilaku merokok yang adiktif (*addictive smoking*)

Perilaku merokok yang adiktif yaitu individu tidak dapat menahan keinginannya untuk merokok dan menambah dosis rokok setiap hari.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- d. Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan (*pure habits smoker*)

Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan yaitu individu merasa bahwa merokok adalah kebiasaan rutin dan merasa bahwa merokok merupakan suatu perilaku yang bersifat otomatis dilakukan.

## D. Subjek Penelitian

### 1. Populasi Penelitian

Dalam penelitian kuantitatif, populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019).

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Jurusan Teknik Industri UIN Suska Riau angkatan 2017 dengan jumlah sebanyak 125 orang.

### 2. Sampel Penelitian

Dalam penelitian kuantitatif, sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2019). Sebagaimana karakteristik populasi, sampel yang mewakili populasi adalah sampel yang benar-benar terpilih sesuai dengan karakteristik populasi itu.

Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Alasan mengapa peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* adalah untuk membatasi subjek penelitian agar tidak terlalu luas, untuk itu peneliti memilih subjek dengan jelas yaitu mahasiswa angkatan 2017 berjenis kelamin laki-laki sebanyak 100 orang yang melakukan perilaku merokok.

## E. Metode Pengumpulan Data

Instrumen penelitian merupakan alat ukur seperti tes, kuesioner, pedoman wawancara dan pedoman observasi yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data dalam suatu penelitian (Sugiyono, 2019). Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini adalah Skala yang berbentuk *likert*.

### 1. Skala Stres Akademik

Alat ukur yang digunakan berdasarkan aspek-aspek stres menurut Sarafino & Timothy (2011). Pada penelitian ini, peneliti memodifikasi alat ukur Stress Akademik dari Amalia dengan reliabilitas sebesar 0,714. Nilai skala setiap pernyataan diperoleh dari jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*favourable*) atau tidak mendukung (*unfavourable*) terhadap setiap pernyataan dalam empat kategori jawaban yakni sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS).

Pemberian skor terhadap jawaban responden dilakukan dengan mempertimbangkan jenis aitem, apakah aitem *favorabel* atau *unfavorabel*. Sistem penilaian itu didasarkan pada 4(empat) alternatif jawaban. Pada penelitian ini menggunakan satu pernyataan yaitu, berbentuk *favorable* penilaian aitem berkisar antara 1 (satu) sampai 4 (empat) dan *unfavorable* penilaian aitem antara 4 (empat) sampai 1 (satu) dengan ketentuan sebagai berikut:





**Tabel 3.1**  
 Sistem Penilaian Skala Stres Akademik

<i>Aitem Favorabel</i>		<i>Aitem Unfavorabel</i>	
Skor	Jawaban	Skor	Jawaban
SS	4	SS	1
S	3	S	2
TS	2	TS	3
STS	1	STS	4

Selanjutnya peneliti menyusun *blueprint* skala yang berisi aspek-aspek stres yang akan dibuat aitem.

**Tabel 3.2**  
*Blueprint* Skala Stres Akademik untuk *Try Out*

Aspek	F	UF	Jumlah
Biologis	2,6,11,13,14	-	5
Psikososial			
a. Emosi	1,5,10,12	15	5
b. Kognitif	3,4,16,18	7	5
c. Perilaku sosial	8,9,19,20	17	5
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>3</b>	<b>20</b>

## 2. Skala Perilaku Merokok

Alat ukur yang digunakan berdasarkan *management of affect theory* menurut Silvan Tomkins (Adistie, 2015). Pada penelitian ini, peneliti memodifikasi alat ukur Perilaku Merokok dari Adistie dengan reliabilitas sebesar 0,592. Nilai skala setiap pernyataan diperoleh dari jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*favourable*) atau tidak mendukung (*unfavourable*) terhadap setiap pernyataan dalam empat kategori jawaban yakni sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS).

Pemberian skor terhadap jawaban responden dilakukan dengan mempertimbangkan jenis aitem, apakah aitem *favorabel* atau *unfavorable*. Sistem penilaian itu didasarkan pada 4 (empat) alternatif jawaban. Pada

penelitian ini menggunakan satu pernyataan yaitu, berbentuk *favorable* penilaian aitem berkisar antara 1 (satu) sampai 4 (empat) dan *unfavorable* penilaian aitem antara 4 (empat) sampai 1 (satu) dengan ketentuan sebagai berikut:

**Tabel 3.3**  
Sistem Penilaian Skala Perilaku Merokok

<i>Aitem Favorabel</i>		<i>Aitem Unfavorabel</i>	
Skor	Jawaban	Skor	Jawaban
SS	4	SS	1
S	3	S	2
TS	2	TS	3
STS	1	STS	4

Selanjutnya peneliti menyusun *blueprint* skala yang berisi aspek-aspek stres yang akan dibuat aitem.

**Tabel 3.4**  
*Blueprint* skala Perilaku Merokok untuk *Try Out*

Aspek	F	UF	Jumlah
<i>Positive affect smoking</i>	1,2,3,4,5	-	5
<i>Negative affect smoking</i>	6,7,8,9,10	-	5
<i>Addictive smoking</i>	11,12,13,14,15	-	5
<i>Pure habits smoker</i>	16,17,18,19,20	-	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>20</b>

## F. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Uji Coba Alat Ukur

Setelah masing-masing aitem benar-benar dicermati, maka pada tahap berikutnya diperlukan uji coba melalui evaluasi lebih lanjut yaitu evaluasi kualitatif dan evaluasi empirik. Evaluasi empirik bertujuan untuk menguji apakah aitem yang ditulis sudah sesuai dengan *blueprint* dan indikator perilaku yang hendak diungkap, menguji apakah aitem yang ditulis sesuai dengan kaidah penulisan yang benar, dan melihat apakah aitem-aitem yang







ditulis mengandung *sosial desirability* yang tinggi. Evaluasi dan seleksi aitem dalam tahap ini dikerjakan oleh suatu panel ahli (*expert judgement*). *Expert judgement* dalam penelitian ini yaitu dosen pembimbing dan narasumber seminar proposal. Setelah prosedur evaluasi kualitatif selesai dan diperoleh sekumpulan aitem yang berkualitas dalam jumlah yang cukup, maka kumpulan aitem akan disusun dalam bentuk skala yang siap untuk diuji cobakan secara empirik pada kelompok subjek yang seharusnya (Azwar, 2015).

Evaluasi empirik menurut Azwar (2015) adalah prosedur menguji kualitas aitem secara empirik (menggunakan data hasil uji coba aitem pada kelompok subjek yang karakteristiknya setara dengan subjek yang hendak dikenai skala itu nantinya) dengan cara melakukan analisis kuantitatif terhadap parameter-parameter aitem. Sebelum alat ukur digunakan dalam penelitian yang sebenarnya, terlebih dahulu peneliti melakukan uji coba (*try out*) yang dilakukan pada tanggal 03 s.d 05 Februari 2021 pada mahasiswa UIN SUSKA Riau dengan jumlah subjek sebanyak 60 orang.

Sebagaimana menurut Azwar (2015) mengatakan bahwa secara tradisional, statistika menganggap jumlah sampel *try out* yang lebih dari 60 orang sudah cukup banyak. Setelah di lakukan *try out*, akan dilakukan analisis daya diskriminasi aitem, validitas dan reliabilitas aitem dengan bantuan komputer dengan aplikasi SPSS 22.0 *for windows*.

## 2. Uji Validitas

Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh peneliti (Sugiyono, 2016). Jenis validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas isi. Validitas isi adalah validitas yang estimasi lewat pengukuran terhadap isi dengan analisis rasional atau *professional judgment*. Validitas isi juga menunjukkan sejauh mana isi sesuai ataupun relevan dengan tujuan alat ukur (Azwar, 2010).

### 3. Indeks Daya Beda

Daya beda disebut juga daya diskriminasi aitem. Daya diskriminasi aitem adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur. Besarnya koefisien korelasi aitem total bergerak dari 0 sampai dengan 1,00 dengan tanda positif atau negatif. Semakin baik daya diskriminasi aitem maka koefisien korelasinya semakin mendekati angka 1,00. Koefisien yang kecil mendekati angka 0 atau yang memiliki tanda negatif mengindikasikan bahwa aitem yang bersangkutan tidak memiliki daya diskriminasi (Azwar, 2015).

Sebagai kriteria pemilihan aitem berdasarkan korekasi aitem total, biasanya digunakan batas  $rix \geq 0,30$ . Artinya semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya bedanya dianggap memuaskan. Aitem yang memiliki harga  $rix$  kurang dari 0,30 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah (Azwar, 2015).

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan koefisiensi korelasi aitem total minimal 0,30 sebagai acuan penentu daya beda aitem. Untuk melihat



indeks daya beda aitem, hasil uji coba tersebut dianalisa dengan bantuan program SPSS 22.0 *for windows*.

Pada skala stres akademik dari 20 aitem, setelah dianalisis terdapat 4 aitem yang gugur yaitu aitem 2, 4, 7, dan 17 dan terdapat 16 aitem yang valid dengan koefisien korelasi aitem diatas 0,30 yaitu berkisar antara 0,344 sampai dengan 0,675. Oleh karena itu jumlah aitem untuk penelitian sebanyak 16 aitem. Berikut *blueprint* hasil uji indeks daya beda skala stres akademik pada table 3.5

**Tabel 3.5**  
*Blueprint* skala Stres Akademik setelah *Try Out*

Aspek	Aitem		Jumlah
	Valid	Gugur	
Biologis	6,11,13,14	2	5
Psikososial			
a. Emosi	1,5,10,12,15	-	5
b. Kognitif	3,16,18	4,7	5
c. Perilaku Sosial	8,9,19,20	17	5
<b>TOTAL</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>20</b>

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem skala stres akademik yang memenuhi kriteria, maka disusun kembali *blueprint* skala stres akademik yang akan digunakan untuk penelitian. Berikut uraiannya dapat dilihat pada tabel 3.6 :

**Tabel 3.6**  
*Blueprint* skala Stres Akademik untuk riset

Aspek	Aitem	Jumlah
Biologis	4,8,10,11	4
Psikososial		
a. Emosi	1,3,7,9,12	5
b. Kognitif	2,13,14	3
c. Perilaku sosial	5,6,15,16	4
<b>TOTAL</b>	<b>16</b>	<b>16</b>



**Tabel 3.7***Blueprint* skala Perilaku Merokok setelah *Try Out*

Aspek	Aitem		Jumlah
	Valid	Gugur	
<i>Positive affect smoking</i>	1,2,3,4,5	-	5
<i>Negative affect smoking</i>	6,7,8,9,10	-	5
<i>Addictive affect smoking</i>	11,12,13,14,15	-	5
<i>Pure habits smoker</i>	16,17,18,19,20	-	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>20</b>

Hasil analisis dari 20 aitem perilaku merokok yang telah diuji coba tidak terdapat aitem yang gugur (seluruh aitem valid) dengan koefisien aitem diatas 0,30 yaitu berkisar antara 0,706 sampai dengan 0,917. Oleh karena itu jumlah aitem untuk penelitian sebanyak 20 aitem.

Berdasarkan hasil uji daya beda skala perilaku merokok yang memenuhi kriteria, maka disusun kembali *blueprint* skala perilaku merokok yang akan digunakan untuk penelitian. Berikut uraiannya dapat dilihat pada tabel 3.8 :

**Tabel 3.8***Blueprint* skala Perilaku Merokok untuk riset

Aspek	Aitem	Jumlah
<i>Positive affect smoking</i>	1,2,3,4,5	5
<i>Negative affect smoking</i>	6,7,8,9,10	5
<i>Addictive affect smoking</i>	11,12,13,14,15	5
<i>Pure habits smoker</i>	16,17,18,19,20	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>20</b>

#### 4. Uji Reliabilitas

Reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi, maka bila ada peneliti lain mengulangi atau mereplikasi dalam penelitian pada objek yang sama dengan metode yang sama maka akan menghasilkan data yang sama (Sugiyono, 2016).



Pada penelitian ini, reliabilitas dihitung dengan menggunakan rumus koefisien reliabilitas alpha. Koefisien korelasi alpha diperoleh lewat penyajian suatu bentuk skala yang dikenakan hanya sekali saja pada kelompok responden reliabilitas dalam aplikasi dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai 1,00. Koefisien reliabilitasnya akan semakin tinggi jika mendekati 1,00 sebaliknya koefisien reliabilitas semakin rendah jika mendekati 0. Dalam menentukan reliabilitas alat ukur, maka akan dilakukan dengan proses komputerisasi dengan menggunakan aplikasi SPSS 22.0 *for windows*. Reabilitas skala stres akademik dan perilaku merokok dapat dilihat pada tabel 3.9 berikut :

**Tabel 3.9**  
*Hasil uji reliabilitas*

Variabel	Jumlah Aitem	Cronbach's Alpha	Keterangan
Stess akademik	16	0,810	Reliabilitas
Perilaku merokok	20	0,986	Reliabilitas

Berdasarkan tabel 3.9 dapat dilihat bahwa nilai koefisien ( $r_{xx}$ ) pada variabel stres akademik 0,810 dan perilaku merokok sebesar 0,986. Dari uji reliabilitas yang telah dilakukan maka dapat dikatakan bahwa reliabilitas instrument telah teruji dengan baik sehingga layak untuk digunakan sebagai instrument penelitian.

## G. Teknik Analisis Data

Data dari hasil penelitian ini berupa kuantitatif dan dianalisis menggunakan metode statistik dengan teknik analisis *pearson product moment*





untuk menganalisa hubungan antara stres akademik dengan perilaku merokok.

Dalam perhitungannya dilakukan dengan bantuan analisis melalui perhitungan *statistical package for sosial science (SPSS) 22.0 for windows*.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan antara stress akademik dengan perilaku merokok pada mahasiswa angkatan 2017 jurusan Teknik Industri UIN Suska Riau, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu Stres akademik memiliki hubungan positif yang signifikan dengan perilaku merokok pada mahasiswa angkatan 2017 jurusan Teknik Industri UIN Suska Riau.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti memberikan saran sehubungan dengan penelitian ini kepada beberapa pihak, yaitu:

1. Untuk Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan mampu untuk memenuhi tuntutan yang dirasakan tanpa harus melakukan penyaluran stres yang dirasakan ke arah negatif seperti merokok. Stres yang dirasakan diharapkan mampu diarahkan sebagai tenaga untuk melakukan hal-hal positif lain yang bermanfaat bagi mahasiswa seperti pengembangan *softskill* dan kegiatan lainnya.

2. Untuk Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti- peneliti selanjutnya dengan tema dan topik pembahasan yang sama. Peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengatasi kekurangan-

kekurangan dalam penelitian ini agar hasilnya lebih sempurna. Selain itu, saran untuk peneliti selanjutnya adalah perlu adanya penelitian dengan desain kualitatif untuk memperdalam pembahasan terkait perilaku merokok yang muncul pada mahasiswi jurusan Teknik Industri sehingga dapat diketahui lebih mendalam tentang penyebab munculnya perilaku merokok pada mahasiswa.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





## DAFTAR PUSTAKA

- Ablelo, F. O., Kusuma, F. D., dan Rosdiana, Y. (2019). Hubungan Antara Frekuensi Merokok Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Akhir. *Nursing News*, 4 (1), 133 – 144.
- Adistie, Fanny dkk. 2015. Jurnal Keperawatan: *Faktor-Faktor yang Mendukung Perilaku Merokok Mahasiswi*. Volume 2. No. 1 .
- Agung, I. M. (2015). *Modul Pelatihan SPSS*. Pekanbaru : Al-Mujtahadah Press.
- Arikunto, Suharsimi. (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2010). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifuddin. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi Jilid 2*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Barseli, M., Ifdil, I., dan Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 5 (3), 143 – 148.
- Bawuna, NH, dkk. (2017). E-Journal Keperawatan. *Hubungan antara Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Sam Ratulangi*. Volume 5, No. 2.
- Busari, A.O. (2011). *British Journal of Humanities and Social Sciences: Stress Inoculation Techniques in Fostering Adjustment to Academic Stress among Undergraduate Students*. Volume 1.No. 2.
- Calaguas, G. M. (2011). Collage Academic Stress: Differences Along Gender Lines. *Journal of Social and Developmental Sciences*. 1 (5), 194 – 201.
- Childs, E. dan Wit, H. D. (2010). Effects of Acute Psychosocial Stress on Cigarette Craving and Smoking. *Nicotin Tob Res*. 12, 449 – 453.
- Darmawan, Deni. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Defie, R., Probosari, E., Diponegoro, M. U., & Stress, T. (2018). Hubungan Tingkat Stress, Perilaku Merokok Dan Asupan Energi Pada Mahasiswa. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 7(2), 507–526.
- Dianerizki, V. & D. Yusti. (2010). *Perilaku Merokok*. Makalah Seminar Psikologi Klinis. [diakses pada 06 Mei 2018].
- Effendi, R. Huda, D. M. (2014). *Hubungan Tingkat Stres dan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Jakarta Angkatan 2010-2014*. Skripsi. Fakultas

Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.

- Fikriyah, S & Yoyok F. (2012). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok pada Mahasiswa Laki-Laki di Asrama Putra*. Jurnal STIKES, Volume 5, No.1.
- Govaerst, S & Gregoire, J. (2004). *Stressfull Academia Situation: Study onappraisil variable in adolescence*. British Journal of Clinical Psikologi. [diakses 18 April 2017].
- Gondodiputro, S. (2007). *Bahaya Tembakau dan Bentuk-Bentuk Sediaan Tembakau*. Bandung: Fakultas Kedokteran Universitas Padjajaran.
- Hartono. (2015). *Analisis Item Instrumen*. Pekanbaru : Zanafa Publising.
- Harvinta, DDR. (2015). *Hubungan antara Stress Akademik dengan Kecenderungan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hawari, Dadang. (2011). *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Ji, H. dan Zhang, L. (2011). *Research on College Students' Stresses and Coping Strategies*. *Asian Social Science*. 7 (10), 30 – 34.
- Kemendes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta :Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Komasari, Dian & Helmi, A. F. (2000). *Jurnal Psikologi: Faktor-faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja*. No.1. [diakses 09 Mei 2017].
- Kurnela, Sutri. (2014). *Hubungan antara Tingkat Stres dengan Perilaku Merokok di SMA Santun Untan Pontianak*. Skripsi. Pontianak. Univesitas Tanjungpura Pontianak.
- Leventhal, H. & Cleary, P. A. (1980). *The Smoking Problem: A Review Of The Reaserch And Theory In Behavioral Risk Modification*. *Psychological Bulletin* 88(2): 370-405 [diakses pada 06 Mei 2018].
- Long, D. (2010). *Smoking as Coping Strategy*. *Respiratory Care*. 99 (33), 50 – 53.
- Meilani, P. (2017). *Merokok di Kalangan Mahasiswa (Studi Kasus Fakultas Kedokteran Universitas Riau)*. *JOM FISIP*. 4 (2), 1 – 14.
- McKean, M & Misra R. (2005). *The Determinants of Smoking Behaviour Among Teenagers in East Java Province Indonesia*. *Journal Economic of Tobacco Control*.







- Musradinur. (2016). *Jurnal Edukasi: Stres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi*. Volume 2.No. 2.
- Nasution, Indri Kemala. (2007). *Perilaku Merokok Pada Remaja*. Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. [diakses pada 05 Mei 2018].
- Pamukhti, B. B. D. (2016). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Mahasiswa Laki-Laki Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Purwati, Susi. (2012). *Tingkat Stres akademik pada Mahasiswa Reguler angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia*. Skripsi. Depok: Universitas Indonesia.
- Rebeca, P. (2013). *Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Konformitas Dalam Perilaku Merokok Pada Siswa SMPN 26 Surakarta*. Skripsi. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Riau Global. (2019). *Jumlah Perokok Dikalangan Remaja Semakin Meningkat, Ners Muda Berikan Sosialisasi bahaya Meokok di S*. Diakses pada laman <https://www.riau-global.com/read-16163--jumlah-perokok-dikalangan-remaja-semakin-meningkat-ners-muda-berikan-sosialisasi-bahaya-merokok-di-sm.html>
- Rohman, Abdur. (2009). *Hubungan Antara Tingkat Stres dan Status Sosial Ekonomi Orang Tua dengan Perilaku Merokok pada Remaja*.
- Sanjiwani, Ni Luh PY, Budisetyani, I Gusti APW. (2014). *Jurnal Psikologi Udayana: Pola Asuh Permisif Ibu dan Perilaku Merokok pada Remaja Laki-laki di Sma Negeri 1 Semarang*. Volume.1. No. 2. [diakses 13 April 2107].
- Santrock, John W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2*. (Terjemahan: Sarah Genis B) Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, Edward & Smith, Timothy. 2011. *Health Psychologi: Biopsychosocial Interactions*. United State of America.
- Sari, E. M. (2014). *Hubungan Antara Identitas Diri dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Putra di Kelurahan Jebres, Surakarta*. Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Sayekti, E. (2017). *Efektivitas Teknik Self-Instruction Dalam Mereduksi Stres Akademik pada Siswa Kelas XI MA YAROBI Kec. Grobogan, Kab. Grobogan Tahun 2016/2017*. Disertasi. IAIN Salatiga.

Sevilla, CG. (1993). *An Introduction to Research Methods*. Pengantar Metode Penelitian.

Sugiyono, (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.

Surwatika, I., Nurdin, A., Ruhmadi, E. (2014). *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Reguler Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya*. *Jurnal Keperawatan Soedirman*. 9 (3), 173 – 189.

Wahyudi, R. Bebasari, E., dan Nazriati, E. (2015). *Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama*. *JIK*. 9 (2), 107 – 113.

Widiansyah, Muhammad. (2014). e-Jurnal Sosiologi: *Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Remaja perokok di Desa Sidorejo Kabupaten Penajam Paser Utara*. Volume. 2. No.4. [ejournal.sos.fisip.unmul].

Widianti, Elfri. (2007). *Remaja dan Permasalahannya: Bahaya Merokok, Penyimpangan Seks pada Remaja, dan Bahaya Penyalahgunaan Minuman Keras dan Narkoba*.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU



# LAMPIRAN

UIN SUSKA RIAU

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR STRES AKADEMIK

### 1. Defenisi Operasional

Stress akademik adalah sebagai derajat tinggi/rendah skor responden terhadap pernyataan yang mengidentifikasi reaksi mahasiswa terhadap tuntutan (stressor) yang berupa peristiwa, objek atau orang di lingkungan akademik yang dinilai sebagai ancaman atau tekanan sehingga mempengaruhi kondisi fisik, perilaku sosial, kognitif, dan emosi.

Aspek-aspek yang dikemukakan oleh Sarafino & Timothy (2011) adalah sebagai berikut:

#### a. Aspek biologis

Stress yang muncul karena dihadapkan pada kondisi atau situasi yang mengancam atau berbahaya, maka akan ada reaksi fisiologis dari tubuh terhadap stress yang ditimbulkan, seperti detak jantung yang meningkat atau kaki yang gemetar.

#### b. Aspek psikososial

##### 1) Kognitif

Level stress yang tinggi dapat mempengaruhi ingatan dan juga perhatian. Stress dapat merusak fungsi kognitif, seringkali mengalihkan perhatian individu.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2) Emosi

Emosi cenderung menyertai stress dan seseorang sering menggunakan emosi mereka untuk menilai kondisi stress yang dialami.

3) Perilaku sosial

Stress dapat mengubah perilaku seseorang terhadap orang lain.

**2. Skala yang digunakan**

Skala yang digunakan untuk menilai Stress Akademik dalam penelitian ini yaitu skala dari Shinta Amalia (2017).

Disusun sendiri

Adaptasi

Modifikasi

**3. Jumlah Aitem** : 20 aitem

**4. Format Respon** : Skala *Likert* dengan format respon

<i>Favorable</i>	Skor	<i>Unfavorable</i>	Skor
Sangat sesuai (SS)	4	Sangat sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	3	Sesuai (S)	2
Tidak sesuai (TS)	2	Tidak sesuai (TS)	3
Sangat tidak sesuai (STS)	1	Sangat tidak sesuai (STS)	4

**5. Jenis Penilaian** : Penilaian Butir Aitem

Respon	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Petunjuk :

Pada bagian ini saya memohon kepada ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui stress akademik. Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan kriteria yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternative jawaban yang disediakan, yaitu: relevan (R), kurang relevan (KR), tidak relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada ibu untuk memberikan centang (√) pada kolom yang telah disediakan.

Aspek	Indikator	NO	Pernyataan	Alternatif			Keterangan
				R	KR	TR	
Aspek Biologis	Biologis	2	Keringat saya keluar cukup banyak saat saya membicarakan permasalahan kuliah (F)				
		6	Saya merasa lemas apabila harus				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

			kuliah dari pagi sampai sore (F)				
		11	Tugas yang banyak membuat saya merasa pusing (F)				
		13	Ketika saya diminta untuk presentasi, saya merasa sakit perut karena grogi (F)				
		14	Tubuh saya gemeteran duduk di kursi paling depan (F)				
Aspek Psikososial	Emosi	1	Saya tersinggung jika teman membandingkan IPK saya dengannya (F)				
		5	Saya merasa tugas kuliah menambah				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		beban (F)				
	10	Saya mudah marah ketika mendapatkan tugas yang banyak dengan <i>deadline</i> yang bersamaan (F)				
	12	Saya gelisah ketika menghadapi ujian mendadak (F)				
	15	Saya tenang saat menghadapi ujian (UF)				
Kognitif	3	Saya sulit memilih ketika ada dua masalah antara kuliah dan organisasi (F)				
	4	Prestasi saya menurun				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		dibandingkan semester sebelumnya (F)				
	7	Saya mampu menyampaikan pendapat dengan baik meskipun dalam situasi yang menekan (UF)				
	16	Saya mudah lupa dengan tugas kuliah saya karena terlalu sibuk dengan kegiatan lain (F)				
	18	Saya tidak bisa berpikir (apabila tugas saya dicela oleh dosen (F)				
Perilaku	8	Saya gelisah jika				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sosial		menghadapi ujian dengan matei banyak (F)			
	9	Beberapa kali, saya telat mengumpulkan tugas (F)			
	17	Saya selalu menyapa dosen ketika bertemu (UF)			
	19	Saya menggerutu saat dosen memberikan banyak tugas (F)			
	20	Saya sengaja terlambat masuk kelas ketika dosen yang kurang menyenangkan (F)			



## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR PERILAKU MEROKOK

### 1. Defenisi Operasional

Perilaku merokok adalah suatu perilaku yang melibatkan proses membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok ataupun pipa. Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok.

Menurut Silvan Tomkins (dalam Adistie, 2015) terdapat 4 tipe perilaku merokok berdasarkan *management of affect theory*, keempat teori tersebut adalah:

- a. Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif (*positive affect smoking*)
- b. Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif (*negative affect smoking*)
- c. Perilaku merokok yang adiktif (*addictive smoking*)
- d. Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan (*pure habits smoker*)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Skala yang digunakan

Skala yang digunakan untuk menilai Perilaku Merokok dalam penelitian ini yaitu skala dari Adistie (2015).

Disusun sendiri

Adaptasi

Modifikasi

3. Jumlah Aitem : 20 aitem

4. Format Respon : Skala *Likert* dengan format respon

<i>Favorable</i>	Skor	<i>Unfavorable</i>	Skor
Sangat sesuai (SS)	4	Sangat sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	3	Sesuai (S)	2
Tidak sesuai (TS)	2	Tidak sesuai (TS)	3
Sangat tidak sesuai (STS)	1	Sangat tidak sesuai (STS)	4

5. Jenis Penilaian : Penilaian Butir Aitem

Respon	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan

Petunjuk :

Pada bagian ini saya memohon kepada ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui perilaku merokok. Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan kriteria yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari

alternative jawaban yang disediakan, yaitu: relevan (R), kurang relevan (KR), tidak relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada ibu untuk memberikan centang (√) pada kolom yang telah disediakan.

Aspek	NO	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Keterangan
			R	KR	TR	
Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif ( <i>positive affect smoking</i> )	1	Saya merokok setelah makan (F)				
	2	Saya merokok saat saya sedang merasa sendirian (F)				
	3	Ketika saya merokok, saya menikmati sensasi rasa tersendiri (F)				
	4	Merokok dapat membuat saya tenang (F)				
	5	Saya suka memainkan batang rokok dengan jari-jari saya (F)				
Perilaku merokok	6	Saya melampiaskan amarah saya dengan merokok (F)				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang dipengaruhi oleh perasaan negatif ( <i>negative affect smoking</i> )	7	Rokok dapat mengurangi amarah saya (F)				
	8	Saya merokok saat saya merasa frustrasi (F)				
	9	Saya merokok ketika sedang gelisah (F)				
	10	Rokok dapat membantu saya mengatasi kebosanan (F)				
	11	Saya merokok saat tidak melakukan apapun (F)				
Perilaku merokok yang adiktif ( <i>addictive smoking</i> )	12	Jumlah rokok yang saya hisap bertambah setiap harinya (F)				
	13	Saya gelisah jika persediaan rokok saya habis (F)				
	14	Saya akan mengeluarkan berapapun uang saya untuk membeli rokok (F)				
	15	Saya merokok disetiap aktivitas sehari-hari (F)				
Perilaku	16	Merokok telah menjadi gaya				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

merokok		hidup saya (F)				
yang sudah	17	Saya terbiasa merokok dimana				
menjadi		saja (F)				
kebiasaan	18	Saya merokok dengan tanpa				
( <i>pure</i>		alasan (F)				
<i>habits</i>	19	Saya terbiasa memulai hari				
<i>smoker</i> )		dengan merokok (F)				
	20	Saya merokok setiap ada waktu				
		kosong (F)				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Catatan :**

1. Isi (Kesesuaian dengan indicator)

.....

.....

2. Bahasa

.....

.....

3. Jumlah Aitem

.....

.....

Pekanbaru, Juni 2020

UIN SUSKA RIAU Validator

Desma Husni, S.Pd.I, MA., Psi  
NIP: 19781228200604 2 002

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR STRES AKADEMIK

### 1. Defenisi Operasional

Stress akademik adalah sebagai derajat tinggi/rendah skor responden terhadap pernyataan yang mengidentifikasi reaksi mahasiswa terhadap tuntutan (*stressor*) yang berupa peristiwa, objek atau orang di lingkungan akademik yang dinilai sebagai ancaman atau tekanan sehingga mempengaruhi kondisi fisik, perilaku sosial, kognitif, dan emosi.

Aspek-aspek yang dikemukakan oleh Sarafino & Timothy (2011) adalah sebagai berikut:

#### c. Aspek biologis

Stress yang muncul karena dihadapkan pada kondisi atau situasi yang mengancam atau berbahaya, maka akan ada reaksi fisiologis dari tubuh terhadap stress yang ditimbulkan, seperti detak jantung yang meningkat atau kaki yang gemetar.

#### d. Aspek psikososial

##### 4) Kognitif

Level stress yang tinggi dapat mempengaruhi ingatan dan juga perhatian. Stress dapat merusak fungsi kognitif, seringkali mengalihkan perhatian individu.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5) Emosi

Emosi cenderung menyertai stress dan seseorang sering menggunakan emosi mereka untuk menilai kondisi stress yang dialami.

6) Perilaku sosial

Stress dapat mengubah perilaku seseorang terhadap orang lain.

**2. Skala yang digunakan**

Skala yang digunakan untuk menilai Stress Akademik dalam penelitian ini yaitu skala dari Shinta Amalia (2017).

Disusun sendiri

Adaptasi

Modifikasi

**3. Jumlah Aitem** : 20 aitem

**4. Format Respon** : Skala *Likert* dengan format respon

<i>Favorable</i>	Skor	<i>Unfavorable</i>	Skor
Sangat sesuai (SS)	4	Sangat sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	3	Sesuai (S)	2
Tidak sesuai (TS)	2	Tidak sesuai (TS)	3
Sangat tidak sesuai (STS)	1	Sangat tidak sesuai (STS)	4

**5. Jenis Penilaian** : Penilaian Butir Aitem

Respon	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan

Petunjuk :

Pada bagian ini saya memohon kepada ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui stress akademik. Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan kriteria yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternative jawaban yang disediakan, yaitu: relevan (R), kurang relevan (KR), tidak relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada ibu untuk memberikan centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Aspek	Indikator	NO	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Keterangan
				R	KR	TR	
Aspek Biologis	Biologis	2	Keringat saya keluar cukup banyak saat saya membicarakan permasalahan kuliah (F)				
		6	Saya merasa lemas apabila harus kuliah dari pagi				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

			sampai sore (F)				
		11	Tugas yang banyak membuat saya merasa pusing (F)				
		13	Ketika saya diminta untuk presentasi, saya merasa sakit perut karena grogi (F)				
		14	Tubuh saya gemeteran duduk di kursi paling depan (F)				
Aspek Psikososial	Emosi	1	Saya tersinggung jika teman membandingkan IPK saya dengannya (F)				
		5	Saya merasa tugas kuliah menambah beban (F)				



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	10	Saya mudah marah ketika mendapatkan tugas yang banyak dengan <i>deadline</i> yang bersamaan (F)			
	12	Saya gelisah ketika menghadapi ujian mendadak (F)			
	15	Saya tenang saat menghadapi ujian (UF)			
Kognitif	3	Saya sulit memilih ketika ada dua masalah antara kuliah dan organisasi (F)			
	4	Prestasi saya menurun dibandingkan			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		semester sebelumnya (F)			
	7	Saya mampu menyampaikan pendapat dengan baik meskipun dalam situasi yang menekan (UF)			
	16	Saya mudah lupa dengan tugas kuliah saya karena terlalu sibuk dengan kegiatan lain (F)			
	18	Saya tidak bisa berpikir (apabila tugas saya dicela oleh dosen (F)			
Perilaku sosial	8	Saya gelisah jika menghadapi ujian			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	dengan matei banyak (F)				
9	Beberapa kali, saya telat mengumpulkan tugas (F)				
17	Saya selalu menyapa dosen ketika bertemu (UF)				
19	Saya menggerutu saat dosen memberikan banyak tugas (F)				
20	Saya sengaja terlambat masuk kelas ketika dosen yang kurang menyenangkan (F)				

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR PERILAKU MEROKOK

### 1. Defenisi Operasional

Perilaku merokok adalah suatu perilaku yang melibatkan proses membakar tembakau yang kemudian dihisap asapnya, baik menggunakan rokok ataupun pipa. Perilaku merokok pada remaja umumnya semakin lama akan semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangannya yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok.

Menurut Silvan Tomkins (dalam Adistie, 2015) terdapat 4 tipe perilaku merokok berdasarkan *management of affect theory*, keempat teori tersebut adalah:

- e. Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif (*positive affect smoking*)
- f. Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif (*negative affect smoking*)
- g. Perilaku merokok yang adiktif (*addictive smoking*)
- h. Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan (*pure habits smoker*)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**2. Skala yang digunakan**

Skala yang digunakan untuk menilai Perilaku Merokok dalam penelitian ini yaitu skala dari Adistie (2015).

Disusun sendiri

Adaptasi

Modifikasi

**3. Jumlah Aitem** : 20 aitem

**4. Format Respon** : Skala *Likert* dengan format respon

<i>Favorable</i>	Skor	<i>Unfavorable</i>	Skor
Sangat sesuai (SS)	4	Sangat sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	3	Sesuai (S)	2
Tidak sesuai (TS)	2	Tidak sesuai (TS)	3
Sangat tidak sesuai (STS)	1	Sangat tidak sesuai (STS)	4

**5. Jenis Penilaian** : Penilaian Butir Aitem

Respon	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan



Petunjuk :

Pada bagian ini saya memohon kepada ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui perilaku merokok. Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan kriteria yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternative jawaban yang disediakan, yaitu: relevan (R), kurang relevan (KR), tidak relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada ibu untuk memberikan centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Aspek	NO	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Keterangan
			R	KR	TR	
Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif ( <i>positive affect</i> )	1	Saya merokok setelah makan (F)				
	2	Saya merokok saat saya sedang merasa sendirian (F)				
	3	Ketika saya merokok, saya menikmati sensasi rasa tersendiri (F)				
	4	Merokok dapat membuat saya tenang (F)				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

<i>smoking</i> )	5	Saya suka bermain-mainkan batang rokok dengan jari-jari saya (F)				
Perilaku merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif ( <i>negative affect smoking</i> )	6	Saya melampiaskan amarah saya dengan merokok (F)				
	7	Rokok dapat mengurangi amarah saya (F)				
	8	Saya merokok saat saya merasa frustrasi (F)				
	9	Saya merokok ketika sedang gelisah (F)				
	10	Rokok dapat membantu saya mengatasi kebosanan (F)				
	11	Saya merokok saat tidak melakukan apapun (F)				
Perilaku merokok yang adiktif ( <i>addictive smoking</i> )	12	Jumlah rokok yang saya hisap bertambah setiap harinya (F)				
	13	Saya gelisah jika persediaan rokok saya habis (F)				
	14	Saya akan mengeluarkan				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

		berapapun uang saya untuk membeli rokok (F)				
	15	Saya merokok disetiap aktivitas sehari-hari (F)				
Perilaku merokok yang sudah menjadi kebiasaan ( <i>pure habits smoker</i> )	16	Merokok telah menjadi gaya hidup saya (F)				
	17	Saya terbiasa merokok dimana saja (F)				
	18	Saya merokok dengan tanpa alasan (F)				
	19	Saya terbiasa memulai hari dengan merokok (F)				
	20	Saya merokok setiap ada waktu kosong (F)				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Catatan :**

1. Isi (Kesesuaian dengan indicator)

.....

.....

2. Bahasa

.....

.....

3. Jumlah Aitem

.....

.....

Pekanbaru, September 2020

UIN SUSKA RIAU Validator

Liliza Agustin, M.Psi.,Psikolog  
NIK. 130617122

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## TABULASI DATA PENELITIAN *TRY OUT*



Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Nama	Skala Stress Akademik																			
	Aitem																			
Ds	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4
f	4	2	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	2	3	3	3	1	1
R A S	2	2	3	3	2	3	2	4	4	4	4	4	2	2	2	4	2	3	1	1
zh	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	4	2	3	2	3
Lp	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2
I	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2
f	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2
A	2	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	4	2	3	3	3
D	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	1	1
pr	3	2	2	2	1	3	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2
dp	2	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3
Kr	1	3	2	3	3	3	3	1	3	4	4	4	3	3	1	4	1	1	4	4
TN	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	4	4	4	3	2	3	1	3	2	4
nii	3	2	2	4	3	4	1	3	3	2	3	2	1	2	1	4	1	3	2	1
fid	3	3	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	1	3	4	2	3	4	2
as	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	4	4	1	3	2	3	1	2	3	3
an	2	1	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	2
Ps	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	1	1	2	2	1	2	2	1
ARSAD	2	2	3	3	2	3	1	3	3	4	3	4	3	2	2	2	1	1	2	2
RJ	4	2	3	3	3	4	1	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	3	4	3
S	2	2	2	2	1	1	2	1	2	3	2	2	2	3	2	4	2	2	3	3
is	2	1	2	3	2	3	3	3	4	3	1	3	3	1	3	3	2	3	3	2
pp	2	3	3	1	2	4	3	4	4	4	4	4	2	2	3	4	2	4	3	3
ip	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

ngi Undang-Undang  
 milik UIN Suska Riau  
 tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 umumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

nz	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2
AL	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2
WNF	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3
PN	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2
PU	2	1	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2
mi	2	4	1	2	2	3	3	2	1	3	4	4	1	1	1	4	1	4	1	3
Fz	3	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2
O	1	1	1	1	3	1	3	3	3	3	2	2	1	1	2	4	1	2	2	1
Fe	4	2	3	2	4	4	2	4	3	4	4	4	3	2	2	3	1	4	4	4
ZL	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
MP	2	2	3	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	3	2
TAM	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1
PC	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3
RD	2	1	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	1	3	1
S	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	3	2	4
RP	2	3	2	2	1	3	1	3	4	3	2	3	3	3	1	2	3	2	2	4
F	3	2	2	3	4	4	2	4	3	4	4	4	2	2	2	3	2	2	3	3
FI	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2
RB	1	2	2	2	4	3	3	2	1	4	2	4	3	4	1	4	1	2	3	4
IT	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3
RA	3	2	3	3	2	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	1	4	3	2
SAP	3	3	3	3	2	4	3	4	1	3	2	2	1	1	1	4	1	3	2	3
OA	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	3	2	1
RN	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	1	1	2	3	2	2	3	4
RP	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3
RA	1	1	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	2	3	1	2	3	3	3	2

ngi Undang-Undang  
 a milik UIN Suska Riau  
 up sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 umumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

AN	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	3	2
AL	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	3	2
DI	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	3	2
FR	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2
Anggel	2	1	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	1	2	3	1	2	1	1
RG	4	3	1	1	4	4	3	4	2	4	4	4	2	4	1	4	1	1	3	4
ZA	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2
Iqr	3	3	3	2	4	4	2	4	3	4	4	4	2	1	4	3	1	4	4	4
AR	2	4	2	2	2	3	2	3	2	4	3	1	2	2	3	2	1	1	2	2
Ds	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4

Nama	Skala Perilaku Merokok																			
	Aitem																			
Ds	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3
f	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
R A S	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
zh	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2
Lp	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
I	1	1	3	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1
f	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
A	3	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	1	3	3	3	1	2	4
D	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	2	3	2	3
pr	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1
dp	3	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2
Kr	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
TN	3	3	4	4	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
nii	3	1	1	3	1	2	2	2	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1
fid	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
as	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
an	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1
Ps	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ARSAD	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1
RJ	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2
S	1	1	1	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2
is	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3
pp	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
ip	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

ngi Undang-Undang

milik UIN Suska Riau

Upi sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

umumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kasim Riau

nz	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3
AL	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	2	2	3
WNF	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	2	2	2	3	3	2
PN	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
PU	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
mi	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2
Fz	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
O	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Fe	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	2	2	3	2	3	3	2	3	2
ZL	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
MP	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
TAM	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2
PC	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
RD	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
S	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4
RP	3	2	4	4	2	4	4	3	3	4	1	3	2	4	4	3	3	2	3
F	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
FI	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	3
RB	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4
IT	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	4	2	3
RA	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3
SAP	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
OA	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2
RN	4	4	2	4	3	2	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3
RP	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2
RA	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	4	2	4	4	3	3	4	3

ngi Undang-Undang  
 a milik UIN Suska Riau  
 up sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 umumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



AN	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	1	1
AL	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	1	1
DI	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	1	1	
FR	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3	2	2
Anggel	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2
RG	4	4	4	4	2	2	2	4	1	4	4	2	1	3	3	4	4	4	3	2
ZA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3
Iqr	4	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	2	4	2	2	2	2	2	3	3
AR	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	1	4	4	4	4	4	3	3	3	3
Ds	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3



## TABULASI DATA PENELITIAN

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

Nama	Skala Stress Akademik															
	Aitem															
DO	2	2	4	4	3	3	3	4	4	3	1	2	3	4	3	4
RM	4	2	2	2	3	3	3	3	4	2	1	2	3	2	3	2
IJ	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
MIA	3	1	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3
DSk	3	2	2	2	3	2	3	3	3	1	1	2	2	3	3	2
HEP	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	1	2	3	3	3	1
RAP	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
dg	2	3	3	4	2	2	2	4	4	1	1	2	3	4	3	4
b	2	2	3	3	4	3	3	2	4	4	1	4	4	4	2	2
Pjm	2	2	2	3	2	4	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2
FH	2	2	1	3	4	4	4	4	4	2	2	3	2	3	3	2
M	3	2	3	4	4	2	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2
FA	3	2	2	4	4	2	3	4	4	1	1	1	3	4	3	2
GRS	4	1	4	4	4	1	4	4	4	1	1	1	4	3	3	4
AK	4	4	2	4	4	4	1	2	1	1	1	1	4	2	1	3
Z	4	2	2	3	3	2	4	3	3	1	1	2	3	2	3	2
AA	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2
D	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
wg	3	2	3	3	4	2	3	4	4	2	2	2	3	3	3	2
NU	2	2	2	3	4	3	3	3	3	1	1	1	1	2	3	2
Fpa	1	1	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	2
MH	1	1	4	4	3	2	4	4	4	1	1	2	2	3	4	4
SN	1	1	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
AH	2	1	4	4	3	2	4	3	4	2	2	2	2	2	3	2
DO	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2
IZP	3	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2	2	2	3	3	1

ngi Undang-Undang  
 milik UIN Suska Riau  
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau  
 tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 umumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.  
 nip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

RK	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
DyF	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2
V	1	1	1	2	3	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2
Ms	3	2	3	4	4	2	3	4	4	3	2	2	2	3	3	1
R	2	2	4	4	4	2	4	3	4	4	2	2	1	3	4	1
vk	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1
Dp	2	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3
Wt	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	3	4	3
Ry	1	2	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	4	4	2
Dh	4	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2
BS	2	2	3	2	3	3	4	4	4	1	1	1	3	2	3	1
Rv	2	2	3	4	4	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2
AP	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	1	2	1	1	2	1
GN	2	1	1	3	2	3	2	2	4	2	2	2	3	3	3	1
OB	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	2	4	3	4	2
A	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	1
P	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3
D	2	3	3	3	4	4	4	2	3	1	3	3	4	3	2	2
FM	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	4	3	3	2	2
R	2	2	2	3	1	3	2	3	3	3	1	3	3	2	1	3
RQ	3	3	3	3	2	1	1	1	1	3	3	3	2	2	2	3
IY	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	4	1	1	1	1
MR	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
BR	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	4	2	3	3	1
TL	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2
DE	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2
dr	2	3	3	4	3	3	3	4	3	1	1	1	4	2	4	1
RN	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4

RAH	3	2	4	1	4	3	4	4	4	2	1	1	4	1	3	2
MSH	3	2	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	1
R.A.S	2	2	4	4	4	3	4	4	3	2	1	1	3	4	3	3
Znvy	2	1	1	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2
SK	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2
AL	3	2	2	4	3	2	3	4	2	3	3	2	2	3	2	2
KH	2	2	3	4	4	2	2	4	4	4	2	2	3	3	4	3
rk	3	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	2	4	4	1	1
wk	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2
rm	3	2	3	2	4	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	2
mrs	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	2
ct	2	2	2	2	2	1	1	3	2	1	1	1	2	2	3	1
gh	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2
EZ	3	1	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	1
FR	2	2	3	2	2	2	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2
dj	2	2	3	4	3	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	2
OA	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3
nl	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2
rg	3	3	3	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	3	4	1
Fp	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3
HIP	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2
af	1	2	2	3	2	3	3	3	3	1	2	2	3	3	2	2
js	4	2	2	4	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2
R	3	3	4	2	4	3	3	4	4	1	2	3	3	3	3	2
fr	4	2	3	3	2	4	4	4	2	4	2	2	2	4	4	2
Af	2	2	3	2	3	2	3	2	2	1	1	3	1	1	2	1
gt	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
A	3	4	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	2	2

ngi Undang-Undang  
 a milik UIN Suska Riau  
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

utip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 umumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



hb	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2
YS	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4
RZ	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
HS	2	3	3	4	2	2	2	4	4	1	1	2	3	4	3	4	
KH	2	2	2	3	2	4	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	
yh	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	
rs	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	1	2	1	1	2	1	
JS	2	1	4	4	3	2	4	3	4	2	2	2	2	2	3	2	
JB	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	
IQ	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	
Ms	3	2	3	4	4	2	3	4	4	3	2	2	2	3	3	1	
IRW	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	
MH	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	
TA	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	
RY	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	
AS	2	2	3	3	4	3	3	2	4	4	1	4	4	4	2	2	
TH	3	2	3	4	4	2	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	
S	4	4	2	4	4	4	1	2	1	1	1	1	4	2	1	3	



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Nama	SkalaPerilaku Merokok																			
	Aitem																			
DO	3	2	3	2	3	2	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	2	2	2	3
RM	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
IJ	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
MIA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
DSk	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
HE P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
RAP	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
dg	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
b	3	3	4	1	3	4	3	4	1	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	1
Pjm	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
FH	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
M	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3
FA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
GRS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
AK	1	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2
Z	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
AA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
D	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
wg	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4
NU	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Epa	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	1	1	2	2	2	1	3	1	2
MH	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
SN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
AH	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2

ngi Undang-Undang  
 milik UIN Suska Riau  
 arif Kasim Riau  
 nip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 umumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
IZP	3	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	1	2	1	2	1	2	3	2	2
RK	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3
DyF	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3
V	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Ms	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3
R	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	2	4
vk	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3
Dp	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	1	2	2	3	2	3	3	4	3
Wt	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	3	3	3	3	3	4	2	4
Ry	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	3	3	3	3	3	3	4
Dh	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
BS	4	4	4	4	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	3	3	3
Rv	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
AP	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	2	3	2	3	3	3	2	3	3
GN	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4
OB	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	3	4	4	4	4	4
A	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
P	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
D	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	2	4	3	2	3	2
FM	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
R	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	2	4
RQ	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	3	3	2	4	4	4
IY	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
MR	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
BR	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	2	2	2	3

ngi Undang-Undang  
 milik UIN Suska Riau  
 arif Kasim Riau  
 nip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 umumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

TL	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3
DE	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
dr	4	4	3	4	3	2	3	2	1	4	4	1	1	3	2	3	4	4	4	3
RN	4	4	3	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
RAH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
MSH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
R.A.S	2	3	3	3	3	1	3	4	2	2	3	1	3	1	2	1	1	1	1	3
Znvy	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
SK	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
AL	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2
KH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
rk	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
wk	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
rm	2	3	3	3	3	2	2	3	1	3	1	2	1	1	2	3	2	3	2	2
mrs	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
ct	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
gh	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
EZ	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1
FR	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3
dj	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3
OA	3	3	4	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3
nl	1	3	2	1	1	2	2	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
rg	4	4	3	3	3	2	3	4	1	4	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3
Fp	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2
HIP	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
af	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2



js	3	4	4	1	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	1	3
R	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
fr	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Af	4	3	4	3	1	2	3	1	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2
gt	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
hb	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
YS	4	4	3	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
RZ	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
HS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
KH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
yh	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
rs	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	2	3	2	3	3	3	2	3	3
JS	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2
JB	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
IQ	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Ms	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3
IRW	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2
MH	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
TA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3
RY	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
AS	3	3	4	1	3	4	3	4	1	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	1
TH	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3
S	1	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## IDENTITAS RESPONDEN

NAMA :

JENIS KELAMIN :

Petunjuk Pengisian :

1. Isilah daftar identitas yang telah disediakan
2. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti dan seksama
3. Isilah dengan jujur sesuai dengan kenyataan yang ada pada diri teman-teman
4. Berilah tanda *checklist* (√) pada alternative jawaban yang anda anggap paling mendekati diri teman-teman
5. Seluruh pernyataan harus dijawab dan tidak dipekenankan memilih jawaban lebih dari satu
6. Jawaban teman-teman dijamin kerahasiannya.

Keterangan Alternatif Jawaban:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tesseinggung jika teman membandingkan IPK saya dengannya				

## SKALA TRY OUT STRES AKADEMIK

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tersinggung jika teman membandingkan IPK saya dengannya				
2	Keringat saya keluar cukup banyak saat saya membicarakan permasalahan kuliah				
3	Saya sulit memilih ketika ada dua masalah antara kuliah dan organisasi				
4	Prestasi saya menurun dibandingkan semester sebelumnya				
5	Saya merasa tugas kuliah menambah beban				
6	Saya merasa lemas apabila harus kuliah dari pagi sampai sore				
7	Saya mampu menyampaikan pendapat dengan baik meskipun dalam situasi yang menekan				
8	Saya gelisah jika menghadapi ujian dengan materi banyak				
9	Beberapa kali, saya telat mengumpulkan tugas				
10	Saya mudah marah ketika mendapatkan tugas yang banyak dengan <i>deadline</i> yang bersamaan				
11	Tugas yang banyak membuat saya merasa pusing				
12	Saya gelisah ketika menghadapi ujian mendadak				
13	Ketika saya diminta untuk presentasi, saya merasa sakit perut karena grogi				
14	Tubuh saya gemetar duduk di kursi paling depan				
15	Saya tenang saat menghadapi ujian				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

16	Saya mudah lupa dengan tugas kuliah saya karena terlalu sibuk dengan kegiatan lain				
17	Saya selalu menyapa dosen ketika bertemu				
18	Saya tidak bisa berpikir apabila tugas saya dicela oleh dosen				
19	Saya menggerutu saat dosen memberikan banyak tugas				
20	Saya sengaja terlambat masuk kelas ketika dosen yang menyenangkan				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### SKALA TRY OUT PERILAKU MEROKOK

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merokok setelah makan				
2	Saya merokok saat saya sedang merasa sendirian				
3	Ketika saya merokok, saya menikmati sensasi rasa tersendiri				
4	Merokok dapat membuat saya tenang				
5	Saya suka memainkan batang rokok dengan jari-jari saya				
6	Saya melampiaskan amarah saya dengan merokok				
7	Rokok dapat mengurangi amarah saya				
8	Saya merokok saat saya merasa frustrasi				
9	Saya merokok ketika sedang gelisah				
10	Rokok dapat membantu saya mengatasi kebosanan				
11	Saya merokok saat tidak melakukan apapun				
12	Jumlah rokok yang saya hisap bertambah setiap harinya				
13	Saya gelisah jika persediaan rokok saya habis				
14	Saya akan mengeluarkan berapapun uang saya untuk membeli rokok				
15	Saya merokok disetiap aktivitas sehari-hari				
16	Merokok telah menjadi gaya hidup saya				
17	Saya terbiasa merokok dimana saja				
18	Saya merokok dengan tanpa alasan				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





19	Saya terbiasa memulai hari dengan merokok				
20	Saya merokok setiap ada waktu kosong				

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

## IDENTITAS RESPONDEN

NAMA :

JENIS KELAMIN :

Petunjuk Pengisian :

7. Isilah daftar identitas yang telah disediakan
8. Bacalah setiap pertanyaan dengan teliti dan seksama
9. Isilah dengan jujur sesuai dengan kenyataan yang ada pada diri teman-teman
10. Berilah tanda *checklist* (√) pada alternative jawaban yang anda anggap paling mendekati diri teman-teman
11. Seluruh pernyataan harus dijawab dan tidak dipekenankan memilih jawaban lebih dari satu
12. Jawaban teman-teman dijamin kerahasiannya.

Keterangan Alternatif Jawaban:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tesinggung jika teman membandingkan IPK saya dengannya				

## SKALA STRES AKADEMIK

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tersinggung jika teman membandingkan IPK saya dengannya				
2	Saya sulit memilih ketika ada dua masalah antara kuliah dan organisasi				
3	Saya merasa tugas kuliah menambah beban				
4	Saya merasa lemas apabila harus kuliah dari pagi sampai sore				
5	Saya gelisah jika menghadapi ujian dengan materi banyak				
6	Beberapa kali, saya telat mengumpulkan tugas				
7	Saya mudah marah ketika mendapatkan tugas yang banyak dengan <i>deadline</i> yang bersamaan				
8	Tugas yang banyak membuat saya merasa pusing				
9	Saya gelisah ketika menghadapi ujian mendadak				
10	Ketika saya diminta untuk presentasi, saya merasa sakit perut karena grogi				
11	Tubuh saya gemetar duduk di kursi paling depan				
12	Saya tenang saat menghadapi ujian				
13	Saya mudah lupa dengan tugas kuliah saya karena terlalu sibuk dengan kegiatan lain				
14	Saya tidak bisa berpikir apabila tugas saya dicela oleh dosen				
15	Saya menggerutu saat dosen memberikan banyak tugas				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



16	Saya sengaja terlambat masuk kelas ketika dosen yang kurang menyenangkan				
----	--	--	--	--	--

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## SKALA PERILAKU MEROKOK

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merokok setelah makan				
2	Saya merokok saat saya sedang merasa sendirian				
3	Ketika saya merokok, saya menikmati sensasi rasa tersendiri				
4	Merokok dapat membuat saya tenang				
5	Saya suka memainkan batang rokok dengan jari-jari saya				
6	Saya melampiaskan amarah saya dengan merokok				
7	Rokok dapat mengurangi amarah saya				
8	Saya merokok saat saya merasa frustrasi				
9	Saya merokok ketika sedang gelisah				
10	Rokok dapat membantu saya mengatasi kebosanan				
11	Saya merokok saat tidak melakukan apapun				
12	Jumlah rokok yang saya hisap bertambah setiap harinya				
13	Saya gelisah jika persediaan rokok saya habis				
14	Saya akan mengeluarkan berapapun uang saya untuk membeli rokok				
15	Saya merokok disetiap aktivitas sehari-hari				
16	Merokok telah menjadi gaya hidup saya				
17	Saya terbiasa merokok dimana saja				
18	Saya merokok dengan tanpa alasan				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





19	Saya terbiasa memulai hari dengan merokok				
20	Saya merokok setiap ada waktu kosong				

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

## Uji Reliabilitas Perilaku Merokok

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.986	20

## Uji Reliabilitas Stress Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.810	16

## Uji Normalitas

Statistics

		SA	PM
N	Valid	100	100
	Missing	0	0
Skewness		.087	-.077
Std. Error of Skewness		.241	.241
Kurtosis		-.614	-1.303
Std. Error of Kurtosis		.478	.478

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Uji Linearitas

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PM * SA	Between Groups (Combined)	17256.170	27	639.117	2.298	.003
	Linearity	1219.032	1	1219.032	4.384	.040
	Deviation from	16037.138	26	616.813	2.218	.004
	Linearity					
Within Groups		20020.790	72	278.067		
Total		37276.960	99			

## Uji Hipotesis

Correlations

		SA	PM
SA	Pearson Correlation	1	.181*
	Sig. (1-tailed)		.036
	N	100	100
PM	Pearson Correlation	.181*	1
	Sig. (1-tailed)	.036	
	N	100	100

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Uji Analisis Peraspek Stress Akademik dan Perilaku Merokok

Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	25.604	12.094		2.117	.037
	biologis	2.340	1.161	.259	2.016	.047
	psikososial	-.122	.500	-.031	-.243	.809

a. Dependent Variable: PM

## Uji Analisis Aspek Perilaku Merokok

Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.954E-14	.000		.000	1.000
	positive	1.000	.000	.286	26500651.764	.000
	negative	1.000	.000	.263	31121928.889	.000
	addictive	1.000	.000	.248	27359525.358	.000
	pure	1.000	.000	.251	22479642.975	.000

a. Dependent Variable: PM

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

UIN SUSKA RIAU  
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Undang  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Nomor : Un.04/F.VI/PP.00.9/E.711/2020  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : Mohon Izin Try Out Penelitian

Pekanbaru, 24 September 2020

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Sains dan Teknologi  
UIN Suska Riau Pekanbaru  
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Rahmi Yulia Simahara  
NIM : 11661200019  
Tempat Tgl.Lahir : Kari/ 15 Juli 1998  
Jurusan : Psikologi S1  
Semester : IX (Sembilan)

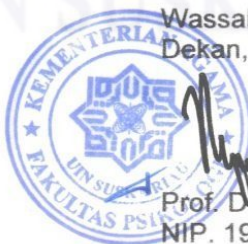
ditugaskan untuk melakukan try out penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul skripsi/ tesis, yaitu:

*"Hubungan antara Stress Akademik dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Angkatan 2017 Jurusan Teknik Industri Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau".*

Untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin try out yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan skripsi/ tesisnya.

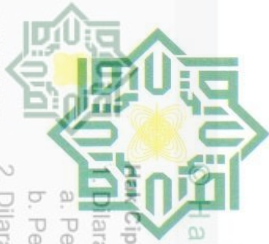
Atas perkenan dan kerjasama bapak/ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalam.  
Dekan,



Prof. Dr. Hairunas, M.Ag  
NIP. 19720828 200604 1 002





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI**  
 كلية العلوم و التكنولوجيا  
**FACULTY OF SCIENCES AND TECHNOLOGY**

Jl. HR. Soebrantas KM. 18 No. 155 Tuahmadani Tampan - Pekanbaru 28129 Po. Box. 1004 Telp. (0761) 589026 - 589027  
 Fax. (0761) 589 025 Web. www.uin-suska.ac.id E-mail : faste@uin-suska.ac.id

Nomor : B.354/F.V.I/PP.00.9/01/2021  
 Sifat : Penting  
 Hal : Izin *Try Out* Penelitian

Pekanbaru, 13 Januari 2021

Kepada Yth.  
 Dekan Fakultas Psikologi  
 UIN Suska Riau  
 Pekanbaru

*Assalamu'alaikumWr.Wb.*

Dengan hormat, berdasarkan surat Saudara Nomor : Un.04/F.VI/PP.00.9/E.711 /2020 tanggal 24 September 2020 perihal tersebut pada pokok surat, maka kami dapat memberikan izin kepada mahasiswa a.n:

Nama : Rahmi Yulia Simahara  
 NIM : 11661200019  
 Semester : IX (Sembilan)

untuk melakukan *Try Out* Penelitian guna kelengkapan data penyelesaian Tugas Akhir / Skripsi.

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalam  
 a.n. Dekan  
 Wakil Dekan I,



**Dr. Harris Simaremare, ST., MT.**  
 NIP. 19830625 200801 1 008

Tembusan : Yth. Dekan Fakultas Sains dan Teknologi.



KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Nomor : Un.04/F.VI/PP.00.9/E.318/2021 Pekanbaru, 04 Maret 2021  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : Mohon Izin Riset

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Sains dan Teknologi  
UIN SUSKA Riau  
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Rahmi Yulia Simahara  
NIM : 11661200019  
Jurusan : Psikologi S1  
Semester : IX (Sembilan)

ditugaskan untuk melakukan riset penelitian di tempat Saudara guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul skripsi/ tesis, yaitu:

*"Hubungan antara Stress Akademik dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Angkatan 2017 Jurusan Teknik Industri Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau".*

untuk itu kami mohon Saudara berkenan memberi izin riset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan skripsi/ tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalam.  
Dekan,



Prof. Dr. Hairunas, M.Ag  
NIP. 19720828 200604 1 002

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI  
كلية العلوم و التكنولوجيا  
FACULTY OF SCIENCES AND TECHNOLOGY

Jl. HR. Soebrantas KM. 18 No. 155 Tuahmadani Tampan - Pekanbaru 28129 Po. Box. 1004 Telp. (0761) 589026 - 589027  
Fax. (0761) 589 025 Web. www.uin-suska.ac.id E-mail : faste@uin-suska.ac.id

UIN SUSKA RIAU  
Nomor : B.2971/F.V.I/PP.00.9/03/2021  
Sifat : Penting  
Hal : Izin Riset  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Nomor : B.2971/F.V.I/PP.00.9/03/2021  
Sifat : Penting  
Hal : Izin Riset

Pekanbaru, 12 Maret 2021

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Suska Riau  
Pekanbaru

*Assalamu'alaikum.Wr.Wb.*

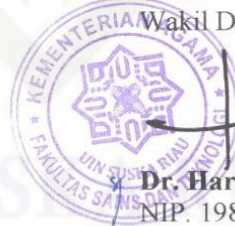
Dengan hormat, berdasarkan surat Saudara Nomor : Un.04/F.VI/PP.00.9/E.318/2021 tanggal 04 Maret 2021 perihal tersebut pada pokok surat, maka kami dapat memberikan izin kepada mahasiswa a.n:

Nama : Rahmi Yulia Simahara  
NIM : 11661200019  
Semester : IX (Sembilan)

untuk melakukan Riset Penelitian di Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau guna kelengkapan data penyelesaian Tugas Akhir/Skripsi dengan judul "Hubungan Antara Stress Akademik dengan Perilaku Merokok pada Mahasiswa Angkatan 2017 Jurusan Teknik Industri Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau".

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalam  
a.n. Dekan  
Wakil Dekan I,



**Dr. Harris Simaremare, ST., MT.**  
NIP. 19830625 200801 1 008

Tembusan: Dekan Fakultas Sains dan Teknologi.