

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari data penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan dalam bab sebelumnya, dengan singkat dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang digunakan dalam penelitian yaitu menunjukkan ada pengaruh perilaku tidak merokok dengan kemampuan *problem focused coping*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan antara kelompok eksperimen yang tanpa perlakuan merokok dengan kelompok kontrol yang diberi perlakuan merokok, hasil penelitian tersebut menunjukkan pada kelompok eksperimen kemampuan *problem focused coping* lebih tinggi dibandingkan pada kelompok kontrol sehingga ada pengaruh perilaku tidak terhadap kemampuan *problem focused coping* yang didalamnya meliputi faktor pendorong (*predisposing Factors*), yang terwujud dalam pengetahuan individu, sikap, kepercayaan, keyakinan, tradisi, nilai, norma, sosial, persepsi dan unsur-unsur lain yang terdapat dalam diri individu dan masyarakat yang kemudian akan memotivasi individu atau kelompok untuk melakukan suatu perilaku.

B. Saran

Ada beberapa hal yang dapat disarankan dalam penelitian ini :

1. Untuk para remaja agar dapat meningkatkan pengetahuan dan mengaplikasikan tentang mekanisme coping stres yang efektif, misalnya dengan berolah raga, bermain musik, aktif di kegiatan OSIS dan pramuka

agar tidak mengalihkan stres dengan perilaku yang justru merugikan, seperti merokok.

2. Bagi lingkungan keluarga, orang tua hendaknya memberikan lingkungan yang baik yang mendukung kearah perilaku terhadap kesehatan baik secara fisik maupun secara psikologis bagi perkembangan anaknya.
3. Bagi pihak sekolah disarankan agar memberikan pembekalan mengenai pemilihan strategi *coping* yang efektif bagi anak didiknya agar tidak terjerumus ketindakan yang merugikan seperti merokok. Seperti memberikan penyuluhan tentang bahaya perilaku merokok.
4. Bagi peneliti yang akan datang semoga dapat dijadikan tambahan refensi dan masukan untuk mempertimbangkan beberapa kelemahan dalam penelitian ini agar dijadikan perhatian, yakni beberapa kelemahan antara lain dalam keterbatasan kemampuan dalam menciptakan instrument yang memiliki validitas dan reliabilitas yang lebih handal.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S.MA. (2001). Metodologi Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. MA. (1999). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Godshall & Elliot (1997). Behavioral Correlates Of Self Appraised Problem Solving Ability: Problem Solving Skills And Health Compromising Behaviors. *Journal Of Applied Social Psychology*. [http:// onlinelibrary.wiley.com /](http://onlinelibrary.wiley.com/). Diakses 11-02-2013
- Hasnida & Kemala, I. (2005). Hubungan Antara Stres dan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-Laki. P S. Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. *Jurnal. Sumatera Utara*. [http:// repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/15713/1/psi-des2005-%20\(7\).pdf](http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/15713/1/psi-des2005-%20(7).pdf). Diakses 11-02-2013
- Komalasari, D. & Helmi, A.F. (2000). Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok Pada Remaja. *Jurnal. Universitas Gajah Mada. Yogyakarta*. <Http://Avin.Staff.Ugm.Ac.Id> Diakses 04-02-2013
- Komalasari, Dian. 2000. *Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja. Jurnal Psikologi (Online)*, [avin.staff.ugm.ac.id/data/jurnal/perilaku merokok_avin.pdf](avin.staff.ugm.ac.id/data/jurnal/perilaku%20merokok_avin.pdf). Diakses 11-02-2013
- Latipun. (2004). Psikologi Eksperimen. Malang : Universitas Muhamadiyah Malang.
- Mu'tadin, Z. (2000). Remaja Dan Rokok. <Http://Www.Sekolahindonesia.Com> Diakses 04-01-2013
- Mu'tadin, Z. (2002). Kemandirian Sebagai Kebutuhan Psikologis Pada Remaja. <Http://Www.E-Psikologi.Com/Remaja.050602.Htm>. Diakses 12-12-2012
- Nurhidayat. D. (2012) makalah perilaku tidak merokok pada remaja. <http://dedyenha.blogspot.com/2012/03/makalah-perilaku-merokok-pada-remaja.html>. Diakses 23-12-2012
- Parrot, A. (2004). *Does Cigarette Smoking Causa Stress? Journal Of Clinican Psychology*. <Http://Www.Fidarticles.Com> Diakses 19-02-2013
- Purnomo, J. T. (2010). Intervensi Komunitas untuk Menghentikan Perilaku Merokok Remaja. *Jurnal. Universitas Kristen Satya Wacana. Salatiga* <http://lib.uin-malang.ac.id/files/thesis/fullchapter/02410048.pdf>. Daikases 04-02-2013

- Sari, N. I. 2001. Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok pada Siswa Laki-Laki perkok SMKN 2 Batusangkar. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. <http://repository.unand.ac.id/17612/1/SKRIPSI.pdf> Diakses 11-02-2013
- Sa'diah, L. N. (2007). Hubungan Antara Perilaku Merokok Dengan Kepercayaan Diri Siswa Di SMA 5 Malang. Skripsi. Malang : Fakultas Psikologi UIN. <http://lib.uin-malang.ac.id/files/thesis/fullchapter/02410048.pdf>. Diakses 04-02-2013
- Seniati, L., Yulianto, A., Setiadi, B. N. 2011. Psikologi Eksperimen. Indeks. Jakarta
- Smet, B, (1994). Psikologi Kesehatan. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Surgery encyclopedia. smoking behavior. Online. <http://www.surgeryencyclopedia.com/Pa-St/Smoking-Cessation.html> Diakses 17-11-2012.
- Surabaya post. Di Jatim, Muncul 38 Porsen Perokok Pemula Tiap Tahun. Online. <http://www.surabayapost.co.id>. Diakses 18-11-2012.
- Susmiati (2003). *Hubungan antara Stress Psikis dengan Perilaku Merokok pada Remaja Siswa SMK PGRI Singosari Kab. Malang*. Skripsi, Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang <http://digilib.unimus.ac.id/download.php?id=9560>. Diakses 18-11-2012
- Syafiie, R.M. Freida & Kahija Y. F. La. (2009) Stop Smoking ; Studi Kualitatif Terhadap Pengalaman Mantan Pecandu Rokok Dalam Menghentikan Kebiasaannya. Jurnal. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. <http://eprints.undip.ac.id/10932/>. Diakses 20-12-2012.
- Triyanti. 2006. *Kebiasaan Merokok*, (online), <http://triyanti.blogspot.com/2007/07/kebiasaan-merokok.html>, diakses 23-12-2012.
- Triton, PB. (2005). SPSS 13.0 Terapan Riset Statistik Parametrik. Penerbit Andi. Yogyakarta
- Utomo. (2008). Hubungan Antara Model-Model Coping Stres Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang. Skripsi. Malang. [Http://Lib.Uin-Malang.Ac.Id/Tesis/04410005-Utomo.Pdf](http://Lib.Uin-Malang.Ac.Id/Tesis/04410005-Utomo.Pdf). Diakses 04-02-2013
- Widodo, J. (2007). Hubungan Antara *Locus Of Control* Dengan *Coping* Pada Remaja. Skripsi. Yogyakarta. Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya UII. [Http://Psychology.Uii.Ac.Id/Images/Stories/Jadwal_Kuliah/Naskah-Publikasi-01320197.Pdf](http://Psychology.Uii.Ac.Id/Images/Stories/Jadwal_Kuliah/Naskah-Publikasi-01320197.Pdf). Diakses 04-02-2013

Wordpress. Teori perilaku merokok. Online. <http://unikunik.wordpress.com/2009/05/03/teori-perilaku-merokok/>. Diakses 17-11-2012

Zalfa, K. (2009). Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Strategi *Coping* Pada Santri Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang. Skripsi. Malang: Fakultas Psikologi UIN. [Http:// Lib.Uin-Malang.Ac.Id /Thesis/Fullchapter/05410079-Khulaimata-Zalfa.Pdf](http://lib.uin-malang.ac.id/thesis/fullchapter/05410079-Khulaimata-Zalfa.pdf). Diakses 30-02-2012