

**Coping Stress Pada Perokok Aktif Dan Non- Perokok: Studi  
Perbandingan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi  
Universitas Mercu Buana Jakarta**



UNIVERSITAS  
**MERCU BUANA**  
TERAKREDITASI-A

**TUGAS AKHIR**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada  
Program Psikologi

UNIVERSITAS  
**MERCU BUANA**

Azaro Azwar

46117010158

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCUBUANA  
JAKARTA  
2024**

## HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Azaro Azwar

NIM : 46117010158

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : *Coping Stress Pada Perokok Aktif Dan Non Perokok : Studi Perbandingan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta*

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 14 Maret 2024



Azaro Azwar

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Azaro Azwar

NIM : 46117010158

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Coping Stress Pada Perokok Aktif dan Non- Perokok : Studi Perbandingan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Dearly, M.Psi. Psikolog

NIDN : 0302038003

Ketua Penguji : Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

NIDN : 0316058002

Penguji 1 : Agustini, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0308087008

Jakarta, 14 Maret 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

*Alhamdulillah* rabbil 'alamiin segala puji bagi Allah Subhanahu Wa Ta'ala dengan penuh keyakinan sebagai seorang muslim Dialah Tuhan semesta alam dan benar atas segala jani-janji-Nya juga atas anugerah, berkat dan kasih sayang-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Coping Stress Pada Perokok Aktif Dan Non- Perokok: Studi Perbandingan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta”** dengan penuh rasa syukur. Shalawat serta salam kepada Nabi besar Muhammad *Shallallahu 'alaihi Wa Salam* sebagai manusia terbaik yang diutus oleh Allah Subhanahu Wa Ta'ala.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat penulis untuk mendapatkan gelar Sarjana Pertanian pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak lepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan kali ini penulis menuliskan rasa terima kasih yang mendalam khususnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Andriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana atas bantuan dan pengarahan selama masa perkuliahan.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana beserta jajarannya atas bantuan dan pengarahan selama masa perkuliahan.
3. selaku Ketua Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana atas bantuan, ilmu, dan pembelajaran selama masa perkuliahan.

4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku dosen Pembimbing yang senantiasa memberikan waktu, tenaga, bimbingan, saran, motivasi, dan juga doa yang mendukung penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi.
5. Terimakasih kepada ibu Laila Meliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Ketua sidang dan Ibu Agustini, M. Psi., Psikologselaku dosen penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Bapak Ahmad Naufal Umam, B.A., S.psi., M. Si selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan arahan dan motivasi selama masa kuliah penulis.
7. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu, pengetahuan, dan wawasan selama perkuliahan.
8. Terimakasih untuk keluarga terkasih penulis terutama kedua orang tua tercinta serta kakak-kakak penulis yaitu kakak Azmi dan kakak Winda dan juga yang selalu memberikan semangat, yang telah memberikan doa, kasih sayang, serta dukungan penuh kepada penulis baik dari segi moral, pengetahuan, maupun materi sehingga penulis bisa menyelesaikan pendidikan sarjana ini.
9. Terimakasih kepada seluruh responden yang telah membantu penulis dalam memberikan informasi yang dibutuhkan dalam skripsi penulis.
10. Terima kasih pada teman – teman saya Malik, Wawan, Enrico, Budi, Arif, tongkrongan 88 dan WD yang telah membantu dalam proses pengerjaan skripsi ini.

***Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.***

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Azaro Azwar  
NIM : 46117010158  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : *Coping Stress Pada Perokok Aktif Dan Non Perokok : Studi Perbandingan Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta*

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Jakarta, 14 Maret 2024

Yang menyatakan,



Azaro Azwar

## ABSTRAK

Nama : Azaro Aswar  
NIM : 46117010158  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Coping Stress Pada Perokok Aktif Dan Non- Perokok:  
Studi Perbandingan Pada Mahasiswa Fakultas  
Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta  
Pembimbing : Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui perbedaan strategi coping stress dari mahasiswa perokok dan non-perokok. Hasil kesimpulan penelitian ini menyatakan penggunaan Coping Stress antara Perokok Aktif dan Non Perokok menunjukkan bahwa disetiap tingkat mahasiswa memiliki nilai yang tidak jauh berbeda terhadap penggunaan Coping Stress. Subjek dalam penelitian adalah mahasiswa Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta dengan angkatan 2019 sampai 2022 dengan sebanyak 150 responden, dengan Teknik sampling Accidental Sampling. Penelitian ini menggunakan teknik analisis berupa Uji T untuk melihat hasil perbandingan yang signifikan. Penggunaan Coping Stress dengan Perokok Aktif dan Non Perokok tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Hal tersebut menunjukkan bahwa penggunaan Coping Stress antara Perokok Aktif dan Non Perokok di Fakultas Psikologi Angkatan 2019-2022 tidak memiliki perbedaan jauh pada penggunaan Coping Stress. Nilai rata-rata antara Perokok aktif sebesar 58.7625 lebih rendah dibandingkan nilai rata-rata Non Perokok 58.8429. Hasil signifikan dari tersebut menyatakan bahwa Perokok Aktif memiliki nilai .092, sedangkan Non Perokok memiliki nilai .091, sehingga dari hasil uji T-test tersebut menyatakan bahwa perbandingan antara Perokok Aktif dan Non Perokok tidak ada perbedaan yang signifikan dikarenakan nilai tersebut, hasil ini juga membuktikan dengan strategii coping ini juga ada beberapa cara berperilaku pada saat coping dengan perokok akan mengkonsumsi rokok lebih banyak dari biasanya sedangkan non-perokok akan melakukan aktifitas lain.

Kata kunci : *Coping stress, problem focused coping dan emotional focused coping*, perokok aktif dan non perokok.

## ABSTRACT

*Name* : Azaro Aswar  
*NIM* : 46117010158  
*Study Program* : Psychology  
*Title Internship Report* : Coping Stress in Active Smokers and Non-Smokers: Comparative Study of Faculty Students Psychology, Mercu Buana University, Jakarta  
*Counsellor* : Dr. Dearly, M.Psi., Psikolog

*This research was conducted with the aim of finding out the differences in stress coping strategies of student smokers and non-smokers. The conclusion of this research is that the use of Stress Coping between Active Smokers and Non-Smokers shows that at each level of students there are not much different values regarding the use of Stress Coping. The subjects in the research were psychology students at Mercu Buana University, Jakarta, with the class of 2019 to 2022 with 150 respondents, with Accidental Sampling sampling technique. This research uses an analysis technique in the form of a T test to see significant comparison results. The use of Stress Coping with Active Smokers and Non-Smokers does not have a significant difference. This shows that the use of Coping Stress between Active Smokers and Non-Smokers in the Faculty of Psychology Class of 2019-2022 does not have much difference in the use of Coping Stress. The average value among active smokers is 58.7625, lower than the average value for non-smokers, 58.8429. The significant results from this state that Active Smokers have a value of .092, while Non-Smokers have a value of 091, so that the results of the T-test state that the comparison between Active Smokers and Non-Smokers has no significant difference due to this value, this result also proves with this coping strategy there are also several ways to behave when coping with smokers who will consume more cigarettes than usual while non-smokers will do other activities.*

*Keyword : Coping with stress, problem-focused coping and emotional-focused coping, active smokers and non-smokers.*



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian .....	5
1.4. Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2. Manfaat Praktis .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
2.1. Kajian Teori .....	8
2.1.1. Definisi Teori.....	8
2.1.2. Coping Stress.....	9
2.1.3. Bentuk Strategi Coping.....	9
2.1.4. Strategi Coping .....	9
2.1.5. Penyebab Stress/Stressor .....	11
2.1.6. Fungsi Coping Stress .....	12
2.1.7. Penyebab Mahasiswa Merokok .....	12
2.1.8. Dampak Merokok .....	14
2.2. Penelitian Terdahulu .....	15
2.2.1. Kerangka Berpikir.....	27
2.2.2. Hipotesis Penelitian .....	28

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
3.1. Jenis Penelitian.....	29
3.1.1. Variabel Coping Stress .....	29
3.2. Populasi dan Sampel Penelitian .....	30
3.2.1. Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.2.3. Instrumen Coping Stress.....	33
3.3. Teknik Analisa Data .....	36
3.3.1. Uji Kualitas Instrumen Penelitian.....	36
3.4. Uji Asumsi Klasik.....	37
3.4.1. Uji Normalitas.....	37
3.4.2. Uji Homogen .....	37
3.5. Uji Hipotesis .....	38
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....</b>	<b>39</b>
4.1. Responden Penelitian.....	39
4.1.1. Gambaran Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....	40
4.1.2. Gambaran Penelitian Berdasarkan Angkatan .....	41
4.1.3. Gambaran Penelitian Berdasarkan Perokok aktif Atau Non Perokok .....	42
4.1.4. Gambaran Penelitian Berdasarkan Jumlah Perokok Dalam Perhari.....	43
4.2. Uji Hasil Asumsi Klasik .....	44
4.2.1. Uji Normalitas.....	44
4.2.2. Uji Homogenitas.....	44
4.3. Uji Hipotesis .....	45
4.3.1. Uji Perbandingan .....	45
4.4. DATA DEMOGRAFI UNTUK SUBYEK YANG PEROKOK AKTIF .....	54
4.4.1. Total Perokok Aktif.....	54
4.4.2. Berdasarkan Usia .....	54
4.4.3. Berdasarkan Jenis Kelamin.....	55
4.4.4. Berdasarkan Angkatan.....	55
4.4.5. Berdasarkan Jumlah Banyak Rokok yang Dihabiskan .....	56
4.5. DATA DEMOGRAFI UNTUK SUBYEK YANG NON PEROKOK.....	56
4.5.1. Total Non Perokok.....	56
4.5.2. Berdasarkan Usia .....	56
4.5.3. Berdasarkan Jenis Kelamin.....	57

4.5.4. Berdasarkan Angkatan.....	57
4.6. Hasil Uji F perokok aktif berdasarkan ke usia, angkatan, dan berapa banyak rokok dalam sehari .....	58
4.6.1. Hasil dari Perokok Aktif berdasarkan usia.....	58
4.6.2. Hasil Perokok Aktif berdasarkan Angkatan.....	59
4.6.3. Hasil Perokok Aktif berdasarkan Jumlah Rokok Perhari.....	59
4.7. Hasil uji F Non Perokok berdasarkan usia, angkatan, & berapa banyak habis rokok dalam sehari .....	60
4.7.1. Hasil Non Perokok berdasarkan Usia .....	60
4.7.2. Hasil Non Perokok berdasarkan Angkatan .....	61
4.7.3. Hasil Non Perokok Berdasarkan Jumlah Rokok Perhari .....	62
4.8. Hasil uji T terhadap Jenis Kelamin.....	62
4.8.1. Hasil Perokok Aktif Berdasarkan Jenis Kelamin.....	62
4.8.2. Hasil Non Perokok Berdasarkan Jenis Kelamin .....	63
4.11 Pembahasan Penelitian .....	66
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>70</b>
5.1. Kesimpulan .....	70
5.2. Keterbatasan Penelitian.....	70
5.3. Saran .....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>71</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>72</b>

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA