



**HUBUNGAN ANTARA *SMOKING ABSTINENCE SELF-EFFICACY* DAN
HEALTH LOCUS OF CONTROL DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA
PEROKOK DEWASA MUDA DI WILAYAH JABODETABEK**

SKRIPSI

SABINA AULIA RAHMA

46121010130

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025



**HUBUNGAN ANTARA *SMOKING ABSTINENCE SELF-EFFICACY* DAN
HEALTH LOCUS OF CONTROL DENGAN PERILAKU MEROKOK PADA
PEROKOK DEWASA MUDA DI WILAYAH JABODETABEK**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana

SABINA AULIA RAHMA
46121010130

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA**

JAKARTA

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sabina Aulia Rahma
NIM : 46121010130
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan antara *Smoking Abstinence Self-efficacy* dan *Health Locus of Control* dengan Perilaku Merokok pada Perokok Dewasa Muda di Wilayah Jabodetabek.

Menyatakan bahwa 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 skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 20 Juli 2025



Sabina Aulia Rahma

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Sabina Aulia Rahma
NIM : 46121010130
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara *Smoking Abstinence Self-efficacy* dan *Health Locus of Control* dengan Perilaku Merokok pada Perokok Dewasa Muda di Wilayah Jabodetabek.

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

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Arie Suciyana Sriyanto, M.Si ()
NIDN : 0311107804

Ketua Penguji : Dr. Indra Kusumah, M.Si ()
NIDN : 0321078107

Penguji 1 : Dana Riksa Buana, PhD ()
NIDN : 0322128802

Jakarta, 5 Agustus 2025
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Hubungan antara *Smoking Abstinence Self-efficacy* dan *Health Locus of Control* dengan Perilaku Merokok pada Perokok Dewasa Muda di Wilayah Jabodetabek”. Tugas Akhir ini disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana. Penulis menyadari bahwa tersusunnya Tugas Akhir ini tidak terlepas dari bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana Jakarta.
2. Ibu Laila Meiliyandrie W, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
5. Ibu Dr. Arie Suciyan Sriyanto, S.Si., M.Si, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama proses penyusunan Tugas Akhir. Menjadi Dosen Penasihat Akademik (PA) sekaligus Dosen Mata Kuliah yang senantiasa memberi nasihat, motivasi, dan menginspirasi penulis untuk lebih mendalami bidang Psikologi.
6. Kepada Bapak Dana Riksa Buana, PhD, selaku Dosen Reviewer dan Dosen Penguji Sidang Skripsi, juga Bapak Dr. Indra Kusumah, M.Si selaku Ketua Sidang yang telah memberikan banyak masukan untuk penelitian ini.
7. Kepada Bapak dan Ibu Dosen Universitas Mercu Buana yang telah banyak memberikan pengetahuan dan bimbingan yang diberikan selama masa kuliah.
8. Untuk kedua orang tua penulis, Ayah Joko Untoro dan Ibu Istiyah. Terima kasih

atas segala pengorbanan serta dukungan moral dan materiil yang telah diberikan sepanjang penulis hidup. Segala pencapaian tidak akan terwujud tanpa pengorbanan dan doa yang telah Ayah dan Ibu berikan selama ini.

9. Untuk kakak penulis, Kinanti Nur Azizah. Terima kasih telah menjadi kakak sekaligus teman tempat berbagi cerita sepanjang penulis hidup. Terima kasih atas dukungan, candaan, hingga jajanan favorit yang selalu dibawa sebagai bentuk kasih sayangnya untuk penulis.
10. Untuk keempat anak buluku tercinta, Aboo, Godem, Ocil, dan Koty. Terima kasih telah menemani penulis sejak awal masa perkuliahan, selalu menghadirkan tawa, menemani penulis menyelesaikan tugas, hingga mengeong minta makan di tengah sesi mengetik.
11. Untuk saudara tak sedarah penulis, Ni Putu Oktavia Dina Astawan. Terima kasih telah hadir dan selalu ada selama perjalanan studi yang penuh tantangan ini. Kehadiranmu tidak hanya menjadi sumber kekuatan dan ketenangan bagi penulis, namun juga tempat berbagi tawa, air mata, dan harapan.
12. Untuk teman terbaik penulis selama masa perkuliahan, Karennisha dan Revika. Terima kasih atas kebersamaan dan bantuan yang kalian berikan selama penulis menjalani masa studi. Mulai dari mengerjakan tugas bersama, menjalani masa magang, hingga menyusun Tugas Akhir bersama.
13. Untuk teman-teman Geng TA Bu Arie, Yasmin, Chika, Andini, Azzahra. Terima kasih telah berjuang bersama dalam menuntaskan Tugas Akhir ini.
14. Kepada seluruh teman sekelas penulis, Psikologi Menteng angkatan 2021.
15. Terima kasih untuk Kartika, Risma, Regina, Citra dan Adelia yang selalu memberikan dukungan dan doa selama proses pengerjaan Tugas Akhir.
16. Terima kasih untuk 230 responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaganya dalam proses pengambilan data penelitian ini.

HALAMAN PERNYATAAN PERSTUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Sabina Aulia Rahma

NIM : 46121010130

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : “Hubungan antara *Smoking Abstinence Self-efficacy* dan *Health Locus of Control* dengan Perilaku Merokok pada Perokok Dewasa Muda di Wilayah Jabodetabek”.

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalti 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 Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 20 Juli 2025

Yang menyatakan,



10000
10.
10000
369BAKX748883439

Sabina Aulia Rahma

ABSTRAK

Nama : Sabina Aulia Rahma
NIM : 46121010130
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : “Hubungan antara *Smoking Abstinence Self-efficacy* dan *Health Locus of Control* dengan Perilaku Merokok pada Perokok Dewasa Muda di Wilayah Jabodetabek”.
Pembimbing : Dr. Arie Suciya Srijanto, M.Si.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara perilaku merokok dengan *smoking abstinence self-efficacy* dan *health locus of control* pada perokok Dewasa Muda. Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian kuantitatif pendekatan korelasional. Terdapat 208 responden Dewasa Muda dengan rentang usia 21 hingga 40 tahun dengan karakteristik perokok akut maupun perokok sosial yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Sampel penelitian diambil secara *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara perilaku merokok dengan *smoking abstinence self-efficacy* dan juga terdapat hubungan positif antara perilaku merokok dengan *health locus of control* pada perokok di kalangan Dewasa Muda. Hasil ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki tingkat *smoking abstinence self-efficacy* yang tinggi, maka akan semakin mampu untuk pantang merokok sehingga memiliki perilaku merokok yang lebih rendah. Sedangkan semakin tinggi perilaku merokok responden cenderung diikuti dengan tingkat *health locus of control* yang tinggi juga. Hasil analisis tambahan menyatakan bahwa perokok sosial memang memiliki intensitas merokok yang lebih rendah dibanding perokok akut. Perokok sosial juga terbukti memiliki tingkat *smoking abstinence self-efficacy* yang lebih tinggi dibanding perokok akut. Namun, di saat yang bersamaan perokok sosial memiliki tingkat *health locus of control* yang lebih rendah.

Kata Kunci : Perilaku merokok, Keyakinan diri, Lokus kendali kesehatan, Dewasa Muda.

ABSTRACT

Name : Sabina Aulia Rahma
NIM : 46121010130
Study Program : Psikologi
Title : *“The Relationship between Smoking Abstinence Self-efficacy and Health Locus of Control with Smoking Behavior in Young Adult Smokers in the Greater Jakarta Area”*.
Advisor : Dr. Arie Suciya Srijanto, M.Si.

This study aims to examine the relationship between smoking behavior, smoking abstinence self-efficacy, and health locus of control among young adult smokers. The research employed a quantitative method with a correlational approach. A total of 208 young adult respondents aged between 21 and 40 years, consisting of both heavy smokers and social smokers, participated in the study. The sample was selected using non-probability sampling with a purposive sampling technique. The results revealed a significant negative relationship between smoking behavior and smoking abstinence self-efficacy, as well as a positive relationship between smoking behavior and health locus of control among young adult smokers. These findings indicate that respondents with a higher level of smoking abstinence self-efficacy tend to have lower levels of smoking behavior, suggesting a greater ability to refrain from smoking. On the other hand, higher levels of smoking behavior are generally associated with higher levels of health locus of control. Additional analysis showed that social smokers indeed have lower smoking intensity compared to heavy smokers. Social smokers also demonstrated higher levels of smoking abstinence self-efficacy than heavy smokers. However, at the same time, social smokers were found to have lower levels of health locus of control.

Keywords: *Smokers, Self-efficacy, Health Locus of Control, Young Adulthood.*

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
 BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	10
1.4.1 Manfaat Teoritis	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Perilaku Merokok.....	11
2.1.1 Definisi Perilaku Merokok.....	11
2.1.2 Aspek-Aspek Perilaku Merokok	11
2.2 <i>Smoking Abstinence Self-efficacy</i>	12
2.2.2 Dimensi atau Aspek Smoking Abstinence Self-efficacy	13
2.3 Health Locus of Control.....	14
2.3.1 Definisi Health Locus of Control.....	14
2.3.2 Dimensi atau Aspek Health Locus of Control	15
2.4 Penelitian Terdahulu	16
2.5 Dinamika Penelitian	19

BAB 3 METODE PENELITIAN.....	23
3.1 Desain Penelitian.....	23
3.2.1 Populasi.....	23
3.3 Definisi Operasional.....	24
3.3.1 Perilaku Merokok (Y)	24
3.3.2 Smoking Abstinence Self-efficacy (X1)	24
3.3.3 Variabel Health Locus of Control (X2)	25
3.4 Instrumen Penelitian.....	26
3.4.1 Alat Ukur Glover Nilsson Smoking Behavior Questionnaire (GN-SBQ).....	26
3.4.2 Alat Ukur Smoking Abstinence Self Efficacy Questionnaire (SASEQ) ..	27
3.4.3 Alat Ukur Multidimensional Health Locus of Control (MHLoC)	28
3.5.1 Uji Validitas	30
BAB 4 HASIL PENELITIAN	37
4.1 Gambaran Umum Subjek.....	37
4.1.1 Gambaran Umum Demografi Usia Responden.....	37
4.1.2 Gambaran Umum Jenis Kelamin Responden	37
4.1.3 Gambaran Umum Pekerjaan Responden	38
4.1.4 Gambaran Kesulitan Responden untuk Berhenti Merokok	38
4.2 Hasil	39
4.2.1 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi.....	39
4.2.2 Analisis Inferensial	41
4.3 Diskusi	47
BAB 5 KESIMPULAN & SARAN	56
5.1 Kesimpulan	56
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	57
5.3 Keunikan Penelitian	57
5.4 Saran.....	58
5.4.1 Saran Teoritis	58
5.4.2 Saran Praktis	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	16
Tabel 3.1 Dimensi dan Indikator Perilaku Merokok.....	24
Tabel 3.2 Dimensi dan Indikator <i>Smoking Abstinence Self-efficacy</i>	25
Tabel 3.3 Dimensi dan Indikator <i>Health Locus of Control</i>	25
Tabel 3.4 Blue Print Skala Glover Nilsson <i>Smoking Behavior Questionnaire</i> (GN-SBQ)	26
Tabel 3.5 Blue Prints Skala <i>Smoking Abstinence Self-efficacy</i> (SASEQ)	27
Tabel 3.6 Blue Print Skala Multidimensional Health Locus of Control (MHLoC)	29
Tabel 3.7 Penilaian Analisis Item menurut Ebel dan Frisbie.....	32
Tabel 3.8 Uji Reliabilitas GN-SBQ	33
Tabel 3.9 Uji Reliabilitas SASEQ.....	33
Tabel 3.10 Uji Reliabilitas MHLoC.....	34
Tabel 4.1 Hasil Statistik Deskriptif.....	39
Tabel 4.2 Kategorisasi Perilaku Merokok.....	39
Tabel 4.3 Kategorisasi <i>Smoking Abstinence Self-efficacy</i>	40
Tabel 4.4 Kategorisasi Multidimensional Health Locus of Control.....	41
Tabel 4.5 Uji Pearson Correlation.....	42
Tabel 4.6 Korelasi Antardimensi Perilaku Merokok dengan <i>Smoking</i> <i>Abstinence Self-efficacy</i> (SASE).....	43
Tabel 4.7 Korelasi Antardimensi Perilaku Merokok dengan <i>Health Locus of</i> <i>Control</i> (HLoC).....	44
Tabel 4.8 Independent Sample T-test.....	46

DAFTAR GAMBAR

2.6 Kerangka Berpikir	22
-----------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 3.1 Formulir Expert Judgement Skala Glover Nilsson Smoking Behavior Questionnaire (GN-SBQ).....	63
Lampiran 3.2 Formulir Expert Judgement Skala Smoking Behavior Self-efficacy Questionnaire (SASEQ).....	64
Lampiran 3.3 Formulir Expert Judgement Skala Multidimensional Health Locus of Control (MHLoC).....	65
Lampiran 3.4 Rincian Tabel Hasil Analisis Item dan Skor CVI skala GN-SBQ .66	
Lampiran 3.5 Rincian Tabel Hasil Analisis Item dan Skor CVI skala SASEQ....	67
Lampiran 3.6 Rincian Tabel Hasil Analisis Item dan Skor CVI skala MHLoC...	68
Lampiran 4.1 Demografi Responden Berdasarkan Usia.....	69
Lampiran 4.2 Demografi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	69
Lampiran 4.3 Demografi Responden Berdasarkan Pekerjaan	69
Lampiran 4.4 Kesulitan atau Hambatan Berhenti Merokok	70
Lampiran 4.5 Tabel Uji Analisis Tambahan <i>Pearson Correlation</i> Usia Responden.....	70
Lampiran 4.6 Tabel Uji Analisis Tambahan One-way Anova dengan Jenis Kelamin Responden	71
Lampiran 4.7 Tabel One-way Anova dengan Pekerjaan Responden.....	72
Lampiran 4.8 Hasil Tangkapan Layar Tampilan Google Formulir Penelitian Kata Pengantar dan <i>Informed Consent</i> Formulir Penelitian	73
Lampiran 4.9 Hasil <i>Similarity Check Turnitin</i> (TU).....	76