

**KARYA TULIS ILMIAH**

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN MOTIVASI BERHENTI  
MEROKOK PADA MAHASISWA TEKNIK MESIN UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh

Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh

**BELLA AYUNINGTIAS SANJAYA**

**20140320014**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2018**

## **PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Bella Ayuningtias Sanjaya

NIM : 20140320014

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 25 Mei 2018

Yang membuat pernyataan,

Bella Ayuningtias Sanjaya

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah dengan selesainya karya tulis ilmiah ini, saya Bella Ayuningtias Sanjaya selaku penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga sampai saat ini penulis masih diberi kesehatan dan dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini serta mendapatkan ilmu yang bermanfaat.
2. Bapak dan Ibu tercinta yang selama ini selalu menjadi sumber semangat, juga selalu mendukung, membimbing, dan mendo'akan penulis sehingga bisa menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga keberkahan Allah SWT selalu menyertai bapak dan ibu.
3. Kakak dan adik tercinta, mbak Astia dan Citra yang senantiasa mewarnai hari – hari penulis.
4. Ibu Dianita Sugiyo, S.Kep., Ns., MHID, selaku pembimbing yang sudah membimbing dan selalu mengingatkan anak bimbingannya untuk tetap semangat dalam mengerjakan penelitian
5. Teman – teman satu bimbingan Adriyan Surya Nugraha, dan Tri Setyawan Sukses selalu untuk kita semua.
6. Teman-teman Chuky yang sudah membantu dan memberikan semangat, Teman – teman Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2014 yangtelah berjuang bersama – sama selama ini, semoga ilmu yang kita dapatkan bisa bermanfaat untuk ummat.

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puji dan syukur kepada Allah *subahana wataala* yang selalu memudahkan segala urusan dan memberikan nikmat sehat, serta ilmu pengetahuan dan ide-ide untuk menyusun karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri dengan Motivasi Berhenti Merokok pada Mahasiswa Teknik Mesin”. Karya Tulis Ilmiah ini ditujukan sebagai syarat penelitian dan untuk memperoleh derajat Strata Satu Keperawatan serta sebagai salah satu sumber pengetahuan terkait Motivasi Berhenti Merokok. Shalawat serta salam peneliti sanjungkan kepada nabi Muhammad *salalahualaihiwasalam*. Ucapan terima kasih kepada Ibu Dianita Sugiyo, S.Kep., Ns., MHID selaku pembimbing dalam karya tulis ini, yang terus memotivasi dan membimbing dengan sabar. Pihak-pihak yang tak luput dari ungkapan terima kasih antara lain :

1. Dr. dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Ibu Shanti Wardaningsih, S.Kp., M. Kep., Sp. Kep Jiwa selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Seluruh dosen dan Staf Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
4. Keluarga dan teman-teman yang telah membantu, memberikan dukungan serta panjatan doa demi terselesaikannya karya tulis ilmiah ini.

Penulisan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan dami tercapainya penulisan yang jauh lebih baik nantinya. Terima kasih,

*Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Yogyakarta, Mei 2018

Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
2. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan .....	6
3. Bagi peneliti .....	7
E. Penelitian Terkait .....	7
<b>BAB II .....</b>	<b>11</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
A. Landasan Teori.....	11
1. Kontrol diri ( <i>Self-Control</i> ) dan Motivasi .....	11
2. Motivasi Berhenti Merokok .....	21
B. Kerangka Konsep.....	25

C. Hipotesis .....	26
<b>BAB III.....</b>	<b>27</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
A. Desain Penelitian.....	27
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	27
1. Populasi .....	27
2. Sampel.....	28
C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	29
1. Lokasi.....	29
2. Waktu Penelitian.....	29
D. Variabel Penelitian .....	29
E. Definisi Operasional.....	29
F. Instrumen Penelitian.....	30
G. Cara Pengumpulan Data .....	33
H. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	35
I. Pengolahan dan Analisis Data .....	36
J. Etik Penelitian.....	37
<b>BAB IV.....</b>	<b>39</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>39</b>
A. HASIL PENELITIAN .....	39
1. Deskripsi Wilayah Penelitian .....	39
2. Karakteristik Responden .....	41
3. Analisis Univariat .....	44
4. Analisis Bivariat .....	45
B. PEMBAHASAN .....	47
1. Karakteristik Responden .....	47
2. Hubungan Kontrol Diri dengan Motivasi Berhenti Merokok .....	51
C. KEKUATAN DAN KELEMAHAN PENELITIAN .....	55
1. Kekuatan penelitian .....	55
2. Kelemahan penelitian.....	56

<b>BAB V.....</b>	<b>57</b>
<b>PENUTUP .....</b>	<b>57</b>
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran.....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>59</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>63</b>

## DAFTAR TABEL

- Tabel 3.1 Definisi Operasional..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner Kontrol Diri..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3.3 Kisi-kisi Motivasi Berhenti Merokok.... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.1 Distribusi Usia Mahasiswa Teknik Mesin Angkatan 2016 ..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.2 Distribusi Usia Pertama Kali Merokok Mahasiswa Teknik Mesin Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (n=35)**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.3 Distribusi Alasan Merokok Mahasiswa Teknik Mesin**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.4 Distribusi Jumlah Konsumsi Rokok per Hari Mahasiswa Teknik Mesin Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (n=35). **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.5 Distribusi Kontrol Diri Mahasiswa Teknik Mesin Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (n=35) **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.6 Distribusi Motivasi Berhenti Merokok Mahasiswa Teknik Mesin Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (n=35)**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4.7 Hasil Uji Korelasi Kontrol Diri dengan Motivasi Berhenti Merokok Mahasiswa Teknik Mesin Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (n=35)..... **Error! Bookmark not defined.**



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep ..... **Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR SINGKATAN

UMY	: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
GATS	: <i>Global Adult Tobacco Survey</i>
FKIK	: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
TGMPM	: Teknik Gerakan Mengontrol Perilaku Merokok
SCMT	: <i>Smoking Control Movement Technique</i>



## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Surat Survey Pendahuluan
- Lampiran 2. Keterangan Lolos Etik
- Lampiran 3. Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 4. Surat Jawaban Izin Penelitian
- Lampiran 5. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Kuesioner Data Demografi
- Lampiran 8. Kuesioner Kontrol Diri
- Lampiran 9. Kuesioner Motivasi Berhenti Merokok
- Lampiran 10. Tabel Hasil Uji Validitas Kuesioner Kontrol Diri
- Lampiran 11. Tabel Hasil Uji Validitas Kuesioner Motivasi Berhenti Merokok
- Lampiran 12. Hasil Analisa Data Penelitian