

Acheerful spirit is a good

medicine, but a downcast

spirit dries up the bones.

□ Proverbs 17:22

Dedicated to my Lord and my parents

LAMPIRAN I

TABEL KISI-KISI KUESIONER *SELF-EFFICACY* SEBELUM TRY-OUT

Variabel	Aspek	Indikator	Item	
			Positif (+)	Negatif (-)
<p><i>SELF-EFFICACY</i> adalah kepercayaan/keyakinan di dalam kemampuan seseorang untuk mengorganisir, mengatur dan melaksanakan macam tindakan yang diperlukan untuk berhenti merokok dalam suatu situasi.</p>	1. Persepsi pada resiko merokok	- Pilihan resiko yang dibuat.	4, 5, 6	7, 9, 11
		- Menyusun rencana dalam usaha untuk berhenti merokok	48, 50	52, 54
		- Kekuatan untuk menghindari resiko merokok.	3, 12, 16	8, 18, 19
		- Adanya ketertarikan untuk dapat berhenti merokok.	35, 49	43, 51
	2. Harapan hasil untuk berhenti merokok.	- Dapat berhenti merokok.	1, 2, 10, 27	13, 14
		- Berusaha untuk berhenti/ mengurangi merokok.	15, 21	22, 23
		- Dapat mempertahankan untuk tidak merokok.	31, 45	28, 36
		- Dapat merasa puas jika dapat berhenti merokok.	42, 46	38, 47
	3. Merasa yakin dapat berhenti merokok.	- Yakin bahwa mampu memprioritaskan tidak merokok.	40, 44	33, 37
		- Yakin keberhasilan untuk berhenti sebagai usaha sendiri.	17, 29	53, 20
		- Menganggap kegagalan dalam mencoba berhenti merokok sebagai usaha yang kurang.	32, 34	25, 41
		- Memiliki rasa puas dan yakin untuk bertingkah laku sehat dgn tidak merokok	26, 39	24, 30

LAMPIRAN II

HASIL TRY-OUT VALIDITAS KUESIONER *SELF-EFFICACY*

Hasil perhitungan validitas konstruk variabel *Self-efficacy* pada kelompok mahasiswa perokok Fakultas Kedokteran Universitas 'X' di Kotamadya Bandung
(Rank Spearman r_s min= 0.3)

No Item	rs	Keterangan	No Item	rs	Keterangan	No Item	rs	Keterangan
1	0.219	Ditolak	20	0.638	Diterima	39	0.527	Diterima
2	0.435	Diterima	21	0.305	Diterima	40	0.747	Diterima
3	0.712	Diterima	22	0.566	Diterima	41	0.914	Diterima
4	0.465	Diterima	23	0.712	Diterima	42	0.488	Diterima
5	0.746	Diterima	24	0.506	Diterima	43	0.364	Diterima
6	0.861	Diterima	25	0.705	Diterima	44	0.046	Ditolak
7	0.930	Diterima	26	0.567	Diterima	45	0.591	Diterima
8	0.524	Diterima	27	0.280	Ditolak	46	0.616	Diterima
9	0.718	Diterima	28	0.026	Ditolak	47	-0.040	Ditolak
10	0.598	Diterima	29	-0.038	Ditolak	48	0.784	Diterima
11	0.741	Diterima	30	-0.495	Ditolak	49	0.567	Diterima
12	0.036	Ditolak	31	0.246	Ditolak	50	0.309	Diterima
13	0.784	Diterima	32	0.455	Diterima	51	0.850	Diterima
14	0.705	Diterima	33	-0.426	Ditolak	52	0.628	Diterima
15	0.332	Diterima	34	0.284	Ditolak	53	0.860	Diterima
16	-0.251	Ditolak	35	0.709	Diterima	54	0.823	Diterima
17	0.382	Diterima	36	-0.485	Ditolak			
18	0.478	Diterima	37	0.377	Diterima			
19	0.528	Diterima	38	0.503	Diterima			

Hasil:

Item yang diterima : 41

Item yang ditolak : 13

Reliabilitas alat ukur : 0,9295

LAMPIRAN III

KATA PENGANTAR

Dengan Hormat,

Saya adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha, Bandung.

Bersama ini saya memohon bantuan dan kerjasama Saudara untuk meluangkan waktu guna mengisi kuesioner yang ada di balik halaman ini.

Kuesioner ini saya buat dalam rangka penyusunan tugas akhir di Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha, Bandung.

Kuesioner ini berhubungan dengan penelitian yang sedang saya lakukan, yang bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai *Self-efficacy* (keyakinan diri) untuk berhenti merokok.

Agar data yang saya kumpulkan dapat lebih bermanfaat bagi kedua belah pihak, maka saya berharap Saudara mengisi angket ini apa adanya sesuai dengan kenyataan yang ada menggambarkan diri Saudara yang sebenarnya. Semua data yang Saudara berikan akan saya jaga kerahasiaannya begitu juga dengan identitas Saudara.

Atas bantuan yang telah Saudara berikan, saya mengucapkan terima kasih.

Bandung, Desember 2006.

Hormat Saya,

Peneliti

No. Kuesioner :
Nama (Inisial) :.....

Jenis Kelamin : L / P *)

Usia :

Kuliah Semester :.....

Status : Menikah / Belum menikah*)

Tinggal bersama : Orang tua / Kost / Dengan saudara*)

Riwayat Kesehatan :

a. Penyakit kronis : Ya / Tidak*)
 Nama penyakit :.....

Bilamana :.....

Pengaruh saat ini :.....

b. Kecelakaan : Ya / Tidak *)

Bagian yang terluka :.....

Bilamana :.....

Pengaruhnya pada saat ini :.....

Kegiatan sehari-hari : Kuliah saja / Kuliah sambil bekerja*)

Kegiatan Olah raga : Aktif / Pasif *). Macamnya :.....

DATA PENUNJANG :

1. Saudara merokok pertama kali sejak umur....., belajar dari.....
Tanggapan orang tua setelah mengetahui Saudara merokok.....
.....

2. Apa alasan Saudara untuk tetap mempertahankan merokok ?
.....
.....

3. Jika merokok, berapa banyak yang Saudara habiskan dalam satu hari ? (dalam batang)
.....

4. Apakah ada peraturan dalam profesi dokter untuk tidak merokok ?
Ada / Tidak Ada *) Secara Tersirat / Tersurat *) ?
Alasannya
.....
.....

5. Setelah mempelajari ilmu kedokteran, apakah Saudara menyadari bahwa merokok itu membahayakan kesehatan ? Ya / Tidak*)

6. Mengapa Saudara masih tetap melakukan merokok ?
.....
.....
.....

7. Usaha apa saja yang sudah Saudara pernah lakukan untuk berhenti merokok?
.....
.....

8. Pernahkah Saudara memiliki pengalaman berhasil untuk berhenti merokok ? Ya/Tidak*)
Jika Ya, Apakah pengalaman berhasil untuk berhenti merokok tersebut meningkatkan keyakinan diri Saudara untuk berhenti merokok pada saat ini maupun pada waktu mendatang ? Ya/Tidak *).

9 . Apakah Saudara pernah mengamati teman/dosen/senior yang berprofesi dokter berhasil berhenti merokok ? Ya/Tidak*)

Jika Ya, Apakah Saudara juga dapat yakin mengalami kesuksesan yang sama dalam berhenti merokok ? Ya/Tidak*).

10. Pernahkah seseorang meyakinkan Saudara bahwa Saudara memiliki kemampuan untuk dapat berhenti merokok ? Ya/Tidak*)

Jika Ya, Apakah ada usaha yang Saudara kerahkan dan lakukan untuk yakin dapat berhenti merokok ? Ya/Tidak*)

11. Pernahkan Saudara merasakan gangguan organ tubuh (misalnya: sesak nafas, pusing, mual,dll) pada saat merokok? Ya/Tidak*)

Jika Ya, Apakah Saudara memiliki keyakinan untuk dapat berhenti merokok karena dengan merokok dapat menyebabkan sakit ? Ya/Tidak*)

12. Harapan apa yang ingin Saudara saran atau usulkan dalam rangka menangani kegiatan merokok ini ?

a. Di lingkungan Kampus Maranatha :

.....

b. Di lingkungan Fakultas Kedokteran UKM :.....

.....

*) Coret yang tidak perlu.

KUESIONER

Petunjuk Pengisian :

1. Berilah tanda silang (X) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan pilihan Saudara.
2. Terdapat alternatif jawaban yang disediakan, terdiri dari empat pilihan, yaitu :
3. SS : Sangat setuju.
S : Setuju.
KS : Kurang Setuju.
TS : Tidak Setuju.
3. Silahkan periksa kembali jawaban Saudara sebelum dikumpulkan.
4. Dalam hal ini semua jawaban adalah benar, setiap orang mempunyai jawaban yang khas untuk dirinya sendiri dan berbeda dengan orang lain, karena jawaban yang paling tepat adalah yang paling menggambarkan diri Saudara atau yang paling mendekati gambaran diri Saudara.
5. Jawaban yang Saudara berikan bersifat rahasia karena itu Saudara tidak perlu ragu-ragu untuk menjawab pertanyaan berikut secara terbuka dan jujur.

No.	PERNYATAAN	Sangat setuju	Setuju	Kurang setuju	Tidak setuju
1.	Saya yakin dapat menghentikan perilaku merokok yang telah saya targetkan dalam waktu dekat ini.				
2.	Saya dapat memutuskan sendiri apa-apa yang harus saya lakukan untuk berhenti merokok.				
3.	Saya yakin berhenti merokok, karena merokok menyebabkan kanker paru-paru.				
4.	Alasan saya jika berhenti merokok itu harus berdasarkan kesadaran yang timbul dalam diri saya				
5.	Jika ada yang menawarkan program terapi berhenti merokok, saya ingin mengikutinya.				
6.	Pada saat saya gagal untuk pertama kalinya mencoba untuk berhenti merokok, saya langsung menyerah untuk meneruskan merokok.				
7.	Saya yakin jika saya tetap merokok prediksi saya tidak akan mengganggu kesehatan dalam sepuluh tahun kedepan.				
8.	Saya merasa sulit untuk berhenti merokok.				
9.	Saya merasa yakin untuk berhenti merokok bila mendapat dukungan dari teman satu profesi saya.				
10.	Saya kurang yakin dapat berhenti walaupun saya akan menjadi seorang dokter yang terikat dalam kode etik profesi untuk menjadi teladan Health Behavior.				
11.	Saya cenderung merasa sulit untuk berhenti merokok, walaupun saya telah melihat dosen saya berhasil untuk berhenti merokok.				

No.	PERNYATAAN	Sangat setuju	Setuju	Kurang setuju	Tidak setuju
12.	Saya yakin dengan mengurangi merokok saja sudah cukup, tanpa harus berhenti merokok.				
13.	Saya berusaha keras mengurangi merokok secara bertahap sampai dapat berhenti merokok.				
14.	Saya yakin dapat mengurangi merokok, demi kesehatan dan profesionalitas profesi saya.				
15.	Jika pada waktu dan situasi yang menegangkan sudah berakhir, saya harus merokok untuk menenangkan diri saya.				
16.	Saya merasa tersinggung jika ada teman saya yang mengingatkan saya untuk berhenti merokok.				
17.	Saya sulit mengurangi merokok karena itu sudah menjadi <i>life style habit</i> bagi saya.				
18.	Saya yakin dan berusaha berhenti merokok membuat saya semakin bersemangat mencobanya sampai berhasil.				
19.	Saya tidak yakin berhenti merokok mengurangi saja saya belum mampu.				
20.	Saya merasa tidak senang untuk berhenti merokok, karena jika tidak merokok akan menjadi stress.				
21.	Jika saya mengalami kegagalan dalam mencoba berhenti merokok, saya cenderung beranggapan bahwa saya memang tidak mampu untuk berhenti merokok.				

No.	PERNYATAAN	Sangat setuju	Setuju	Kurang setuju	Tidak setuju
22.	Saya tidak yakin untuk berhenti merokok apabila sudah berbagai cara yang telah saya lakukan tidak berhasil.				
23.	Saya yakin dan puas dapat berhenti merokok, jika saya diharuskan bertingkah laku sehat dengan tidak merokok.				
24.	Saya yakin kegagalan yang saya pernah rasakan untuk berhenti merokok adalah usaha saya yang kurang sungguh-sungguh.				
25.	Ketika saya mencoba berhenti merokok, saya akan tetap berusaha melakukan sampai berhasil				
26.	Saya merasa banyak kendala untuk tidak merokok.				
27.	Saya dapat berhenti merokok, bila saya berada di lingkungan fakultas kedokteran				
28.	Saya merasa yakin dan puas untuk berhenti merokok, karena sesuai dengan profesi dokter yang akan saya sandang nantinya.				
29.	Dalam mengerjakan tugas yang memerlukan inspirasi, saya akan berpikir ingin untuk tidak merokok.				
30.	Saya tidak yakin untuk berhenti merokok karena sudah berbagai cara yang saya lakukan untuk menghentikannya.				
31.	Kegagalan yang saya alami ketika mencoba berhenti merokok, menurut saya disebabkan situasi/kondisi yang tidak memungkinkan saya untuk berhenti merokok.				

No.	PERNYATAAN	Sangat setuju	Setuju	Kurang setuju	Tidak setuju
32.	Jika saya dapat berhasil berhenti merokok, berarti saya juga dapat berhasil berhenti merokok.				
33.	Saya tidak akan mengutamakan merokok untuk menenangkan diri saya jika sedang menghadapi suatu masalah				
34.	Saya harus memberikan contoh yang baik yaitu tidak merokok untuk orang-orang disekitar saya.				
35.	Saya yakin untuk berhenti merokok karena saya mengetahui cara apa saja yang harus saya lakukan untuk berhenti merokok.				
36.	Saya merencanakan untuk berhenti merokok jika saya menjadi seorang dokter.				
37.	Saya merasa yakin berhenti merokok setelah melihat saudara/teman saya menderita kanker paru-paru yang disebabkan oleh rokok dan menetapkan cara apa saja yang harus saya lakukan.				
38.	Saya yakin tidak merasa tertarik untuk berhenti merokok.				
39.	Saya merasakan dampak positif dari merokok, sehingga saya tidak tertarik untuk berhenti merokok.				
40.	Bagi saya berhenti merokok itu sangat sulit saya lakukan, sehingga saya sering merasa tegang dan tertekan jika mengurangi merokok, sehingga saya yakin sangat sulit bagi saya untuk berhenti merokok.				
41.	Jika saya berhenti merokok tubuh saya akan lemas.				

TABEL SKOR SELF-EFFICACY

SUBYEK	SKOR KEMANDIRIAN	KATEGORI
1	122	Tinggi
2	94	Rendah
3	143	Tinggi
4	102	Rendah
5	113	Rendah
6	125	Tinggi
7	110	Rendah
8	137	Tinggi
9	97	Rendah
10	80	Rendah
11	115	Rendah
12	114	Rendah
13	119	Tinggi
14	134	Tinggi
15	118	Tinggi
16	132	Tinggi
17	117	Tinggi
18	110	Rendah
19	111	Rendah
20	102	Rendah
21	148	Tinggi
22	101	Rendah

Keterangan : Skor *Self-efficacy* < 116 = rendah
Skor *Self-efficacy* ≥ 116 = tinggi

DATA SKOR ASPEK *SELF-EFFICACY*

Subjek	Persepsi pada resiko merokok	Harapan hasil untuk berhenti merokok	Merasa yakin dapat berhenti merokok
1	56	35	31
2	41	27	26
3	64	42	37
4	47	28	27
5	49	33	31
6	57	33	35
7	46	34	30
8	59	40	38
9	44	30	23
10	30	26	24
11	54	30	31
12	54	32	28
13	51	37	31
14	58	39	37
15	53	32	33
16	58	38	36
17	50	36	31
18	46	33	31
19	54	32	25
20	46	29	27
21	64	40	44
22	43	32	26
Median	45	30	27,5

Keterangan : \geq nilai median = Tinggi
< nilai median = Rendah

LAMPIRAN V**GAMBARAN SUBYEK**

Karakteristik Responden		Mahasiswa Perokok	
		Jumlah	%
Jenis Kelamin	Perempuan	4	18,18 %
	Laki-laki	18	81,81 %
Usia	18 tahun	2	9,09 %
	19 tahun	3	13,63 %
	20 tahun	1	4,54 %
	21 tahun	2	9,09 %
	22 tahun	4	18,18 %
	23 tahun	3	13,63 %
	24 tahun	3	13,63 %
	25 tahun	2	9,09 %
	27 tahun	2	9,09 %
Status	Belum menikah	22	100 %
Tinggal bersama	Orang Tua	7	32 %
	Kost	15	68 %
Penyakit Kronis	Ya	1	4,5 %
	Tidak	21	95,5 %
Kecelakaan	Ya	3	13,6 %
	Tidak	19	86,4 %
Kegiatan Sehari-hari	Kuliah saja	22	100 %
Kegiatan Olah raga	Aktif	7	32 %
	Pasif	15	68 %

LAMPIRAN VI

DATA PENUNJANG

Data penunjang		Self-efficacy			
		Tinggi		Rendah	
		Jumlah	%	Jumlah	%
1. Usia pertama kali merokok	12 thn.	0	0 %	1	8,33 %
	14 thn.	2	20 %	1	8,33 %
	15 thn.	3	30 %	6	50 %
	16 thn.	1	10 %	3	25 %
	17 thn.	2	20 %	1	8,33 %
	18 thn.	2	20 %	0	0 %
2. Figur yang memberitahu cara merokok pertama kali	Teman	8	80 %	9	75 %
	Saudara	0	0 %	1	8,33 %
	Mencoba Sendiri	2	20 %	2	16,67 %
3. Tanggapan orang tua mengetahui merokok	Melarang	6	60 %	7	58,33 %
	Membiarkan	1	10 %	3	25 %
	Blm Tahu	3	30 %	2	16,67 %
4. Hal-hal yang mendorong untuk tetap merokok	Ketergantungan	7	70 %	11	91,67 %
	Pergaulan	3	30 %	1	8,33 %
5. Jumlah rokok yang dikonsumsi perhari	2 btg – 5 btg	6	60 %	1	8,33 %
	6 btg – 10 btg	2	20 %	3	25 %
	11 btg - 15 btg	2	20 %	3	25 %
	16 btg – 20 btg	0	0 %	5	41,67 %
6. Pendapat bahwa dalam profesi dokter dituntut untuk tidak merokok	Ada	10	100 %	7	58,33 %
	Tidak	0	0 %	5	41,67 %
7. Menyadari bahwa merokok itu berbahaya bagi kesehatan	Ya	10	100 %	12	100 %
	Tidak	0	0 %	0	0 %

Data penunjang		Self-efficacy			
		Tinggi		Rendah	
		Jumlah	%	Jumlah	%
8. Usaha yang pernah dilakukan untuk berhenti merokok	Mengganti dgn permen	4	40 %	4	33,33 %
	Olahraga	1	10 %	0	0 %
	Mengurangi membeli rokok	5	50 %	2	16,67 %
	Tidak ada usaha utk berhenti	0	0 %	6	50 %
9. Pernah memiliki pengalaman berhasil utk berhenti merokok (<i>Enactive mastery experience</i>)	Ya	10	100 %	3	25 %
	Tidak	0	0 %	9	75 %
10. Pernah melihat/mengamati model seseorang yang berhasil berhenti merokok (<i>Vicarious experience</i>)	Ya	8	80 %	7	58,33 %
	Tidak	2	20 %	5	41,67 %
11. Pernah seseorang meyakinkan mahasiswa perokok untuk dapat berhenti merokok (<i>Verbal persuasion</i>)	Ya	9	90 %	10	83,33 %
	Tidak	1	10 %	2	16,67 %
12. Penghayatan mengenai keadaan mental maupun fisik dalam menentukan keputusan untuk berhenti merokok (<i>Physiological and affective state</i>)	Ya	7	70 %	9	75 %
	Tidak	3	30 %	3	25 %
13. Jenis Kelamin Responden	Laki-laki	9	90 %	9	75 %
	Perempuan	1	10 %	3	25 %