

## Pengaruh *Smoking Abstinence Self-efficacy* terhadap Intensi Berhenti Merokok pada Mahasiswa di Universitas Islam Bandung

Tinggasari Tri Astuti \*, Siti Qodariah

Prodi Ilmu Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

\* [tinggasarisalim@gmail.com](mailto:tinggasarisalim@gmail.com), [siti.qodariah@unisba.ac.id](mailto:siti.qodariah@unisba.ac.id)

**Abstract.** Many student smokers have tried to quit smoking but failed and some have the intention to quit smoking but are still buying time to start. This study aims to determine how much smoking abstinence self-efficacy contributes to smoking cessation intentions in students at the Islamic University of Bandung. The concept used in the formation of intentions uses the Theory of Planned Behavior. This study had 102 participants using convenience sampling. This study measurement are uses smoking abstinence self-efficacy scale and the smoking cessation intention scale was compiled by researchers based on the Theory Planned of Behavior concept. Data analysis using linear regression and multiple regression techniques. The results show that the contribution of smoking abstinence self-efficacy to the intention to quit smoking is 0.644 (64.4%). The most significant predictor of intention dimension is perceived behavioral control by 31.4% (Sig. 0.000), then subjective norm by 28.9% (Sig. 0.000), and attitude toward behavior only 19.2% (Sig. 0.003).

**Keywords:** *Smoking Abstinence Self-efficacy, Smoking cessation intention, Theory of Planned Behavior, College Student.*

**Abstrak.** Banyak perokok mahasiswa yang sudah mencoba untuk berhenti merokok namun gagal dan ada pula yang memiliki niatan untuk berhenti merokok tetapi masih mengulur waktu untuk memulainya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berapa kontribusi smoking abstinence self-efficacy terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Islam Bandung. Konsep yang dipakai dalam pembentukan intensi (niat) menggunakan teori Intensi dari Theory of Planned Behavior. Penelitian ini memiliki 102 partisipan dengan menggunakan convenience sampling. Alat ukur yang digunakan yaitu skala smoking abstinence self-efficacy untuk mengukur smoking abstinence self-efficacy, dan skala intensi berhenti merokok disusun oleh peneliti berdasarkan konsep Theory Planned of Behavior. Analisa data dilakukan dengan teknik linier regression dan multiple regression. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa besar kontribusi pengaruh smoking abstinence self-efficacy terhadap intensi berhenti merokok sebesar 0,644 (64,4%). Prediktor dimensi intensi yang paling berpengaruh signifikan adalah perceived behavioral control sebesar 31,4% (Sig. 0,000), kemudian subjective norm sebesar 28,9% (Sig. 0,000), dan attitude toward behavior hanya 19,2% (Sig. 0,003).

**Kata Kunci:** *Smoking Abstinence Self-efficacy, Intensi Berhenti Merokok, Theory of Planned Behavior, Mahasiswa.*

## A. Pendahuluan

Perilaku merokok adalah kegiatan menghisap gulungan tembakau yang tergulung kertas yang dibakar dan menghembuskan keluar sehingga menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang yang merokok itu sendiri dan orang-orang yang berada di sekitarnya serta dapat menimbulkan dampak buruk bagi perokok itu sendiri maupun orang-orang di sekitarnya [1]. Merokok merupakan salah satu kebiasaan yang ditemui dalam kehidupan sehari-hari. Gaya hidup atau life style ini dianggap menarik sebagai suatu masalah dalam kesehatan, yaitu dianggap sebagai faktor risiko dari suatu penyakit tidak menular [2].

Dilansir dari World Health Organization South-East [3], setiap tahun, sekitar 225.700 orang di Indonesia meninggal akibat merokok atau penyakit terkait dengan tembakau lainnya. Dalam 5 tahun ini, prevalensi orang dewasa tidak menurun dan tingkat merokok pada remaja usia 10-19 tahun meningkat dari 7,2% pada tahun 2013 menjadi 9,1% pada tahun 2018 meningkat sekitar 20%. Data terbaru Global Youth Tobacco Survey (GYTS) tahun 2019 yang dirilis pada 30 Mei 2020 bahwa 40,6% pelajar Indonesia berusia 13-15 tahun. Seiring bertambahnya usia, hal itu juga dapat meningkatkan risiko penyakit tidak menular (PTM) seperti penyakit jantung, penyakit saluran penapasan kronis, diabetes, dan kanker.

Dilansir dari [republika.co.id](http://republika.co.id) pada tanggal 24 Mei 2018, perokok di Kota Bandung dari tahun ketahun terus mengalami peningkatan pada usia muda. Sekretaris Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Bandung Nina Manarosana menyatakan bahwa berdasarkan survei, dari 10 besar penyakit di Kota Bandung, sebanyak 8 penyakit tak menular itu terkait dengan rokok. Dampak, rokok ini sangat mengkhawatirkan, karena bisa menyebabkan kematian. Rokok mengakibatkan penyakit jantung. Pada tahun 2017 penyakit di Kota Bandung 8 dari 10 penyakit akibat merokok menyebabkan kematian dan perilaku merokok termasuk ke dalam penyakit terbanyak di Kota Bandung [4].

Dilansir dari [kmjurnalistik.com](http://kmjurnalistik.com) oleh Wisnu [5] setelah ditetapkannya peraturan oleh rektor Universitas Islam Bandung, Prof Dr. Edi Setiadi,SH.,MH mengenai Kawasan Bebas Asap Rokok di Unisba berdasarkan Peraturan Rektor Unisba Nomor: 187/L.03/SK/Rek/X/2018. Setelah dilakukan observasi, didapatkan hasil dari semua civitas akademika Universitas Islam Bandung, masih terdapat banyak mahasiswa, dosen dan karyawan yang tidak memperhatikan tulisan-tulisan di kampus seperti “Dilarang Merokok”. Hal ini ditunjukkan dengan masih banyaknya puntung rokok yang bertebaran di berbagai sudut kampus dan tak heran juga sangat mudah dijumpai mahasiswa yang merokok di lingkungan kampus. Berdasarkan prasurevei, mahasiswa Unisba masih memiliki keinginan untuk mempertahankan perilaku merokoknya, hal ini dibuktikan dengan melihat peraturan yang sudah diterapkan di Unisba mengenai larangan berhenti merokok namun pada kenyataannya mereka masih mempertahankan perilaku merokoknya. Hal ini bukan dilakukan karena mereka tidak menyadari atau tidak peduli akan bahaya rokok terhadap kesehatan tetapi karena mereka meyakini bahwa rokok dapat membantu mereka menampilkan performa kerja yang lebih baik, seperti bisa berkonsentrasi dan mengurangi kecemasan untuk mengerjakan tugas kuliah. Ketika sedang berkumpul dengan teman-teman mereka cenderung merokok lebih banyak.

Menurut Fishbein & Ajzen [6] keberhasilan seseorang dalam usahanya untuk tidak merokok ditentukan oleh sejauh mana niat (intensi) untuk berhenti. Usaha untuk berhenti merokok tidak akan berhasil apabila tidak didasari oleh niat seseorang untuk melakukan sesuatu yang bersifat kesegeraan dan kesiapan terhadap suatu perilaku yang akan dilakukan seseorang. Fishbein & Ajzen [6] menyatakan bahwa intensi berhenti merokok diartikan sebagai keinginan yang kuat dari individu untuk menghentikan kebiasaan merokok dan dilakukan secara sadar, ketika individu melakukan secara sadar, maka individu cenderung akan meningkatkan perilaku untuk berhenti merokok [7].

*Self-efficacy* memainkan peran unik dalam bidang perilaku adiktif. Keyakinan tersebut mempengaruhi perkembangan awal dari kebiasaan adiktif dan proses perubahan perilaku yang melibatkan penghentian kebiasaan tersebut dan mempertahankan pantang merokok. *Self-efficacy* dapat membawa seseorang ke dalam perilaku adiktif dan juga bisa membawa seseorang untuk mencegah timbulnya perilaku adiktif, tergantung pada tujuan pribadi

seseorang dan harapannya. Jika individu percaya bahwa merokok, minum minuman keras, atau menggunakan narkoba membuat mereka terlihat "keren" atau memberikan keuntungan lain, maka *self-efficacy* akan mengarahkan untuk mereka bereksperimen atau memulai kebiasaan tersebut. *Self-efficacy* mempengaruhi niat untuk mengubah perilaku berisiko, yaitu memiliki peran dalam upaya yang dilakukan untuk mencapai tujuan ini dan ketekunan untuk terus berupaya, terlepas dari hambatan dan penurunan motivasi [8].

Penelitian yang dilakukan oleh Haryati et al. [9] ditemukan bahwa perilaku merokok pada remaja dipengaruhi oleh *self-efficacy*. Jika *self-efficacy* remaja tinggi maka perilaku merokok remaja tidak terjadi, sebaliknya jika *self-efficacy* remaja rendah maka remaja akan memiliki perilaku untuk merokok. Wallston [10] menyatakan bahwa *self-efficacy* dapat memberikan pengaruh mengenai keberhasilan individu dalam mengontrol kesehatannya. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan lebih mampu mengontrol kesehatannya dan lebih mempercayai kemampuan dirinya untuk mempertahankan kontrol perilaku tersebut, selain itu, *self-efficacy* yang tinggi juga dinilai mampu meningkatkan motivasi individu untuk meningkatkan performa individu dalam mengontrol perilaku sehat [11]. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmah et al. [12] yang melibatkan 118 responden di SMK PGRI Pekanbaru ditemukan bahwa ada korelasi yang signifikan antara *self-efficacy* dengan intensi remaja berhenti merokok. Penelitian yang dilakukan Nurjanah & Rahmatika [13] yang meneliti mengenai *health locus of control* dan *self-efficacy* memiliki hubungan dalam membentuk perilaku sehat, yang salah satunya adalah perilaku berhenti merokok pada mahasiswa keperawatan di DKI Jakarta usia sekitar 18 sampai 25 tahun, ditemukan bahwa semakin tinggi penilaian para mahasiswa keperawatan bahwa diri mereka sendiri yang dapat mengontrol kesehatan mereka, maka mereka akan memiliki *self-efficacy* yang tinggi untuk berhenti merokok pada situasi-situasi internal dalam diri mereka seperti mampu menahan diri untuk tidak merokok pada saat mereka gugup, cemas depresi dan sebagainya.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Hughes & Naud [14] diantara 143 perokok berusia 18 tahun ke atas di Amerika Serikat, bahwa peran *self-efficacy* dalam berhenti merokok masih kurang meyakinkan, memiliki kemauan yang tinggi justru akan menghasilkan gagalnya dalam upaya berhenti merokok, penelitian ini sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya di Australia pada tahun 2002, sehingga peneliti tersebut menyarankan bagi penelitian mendatang untuk mengeksplorasi mengenai kausal antara *self-efficacy* terhadap intensi berhenti merokok [14], dari penelitian ini disarankan untuk melakukan penelitian kuantitatif mengenai keyakinan individu apakah dapat memprediksi untuk berhenti merokok. Penelitian yang dilakukan oleh Poggiolini [15] sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hughes & Naud [14] ditemukan bahwa perokok seringkali gagal dalam proses berhenti merokok dengan alasan individu sebetulnya tidak merasa yakin akan keberhasilannya dalam berhenti merokok.

Dalam penelitian ini, pemilihan *self-efficacy* dan intensi berhenti merokok didasari dengan penelitian-penelitian yang sudah dilakukan, ditemukan bahwa hasil penelitian-penelitian tersebut sama yaitu penelitian yang dilakukan oleh Etter et al. [16] bahwa *self-efficacy* dapat dijadikan prediktor keberhasilan dalam program berhenti merokok dan penelitian yang dilakukan oleh Velicer et al. [17] bahwa semakin tinggi *self-efficacy* untuk berhenti merokok maka akan semakin besar kemungkinan seseorang berhasil untuk menghentikan perilaku merokoknya. Pada penelitian ini menggunakan variabel *smoking abstinence self-efficacy* mengacu pada tipe situasional *self-efficacy* karena dinilai sebagai tipe yang paling menggambarkan *self-efficacy* pada perilaku berhenti merokok [18]

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana *smoking abstinence self-efficacy* pada mahasiswa di Universitas Islam Bandung?
2. Bagaimana intensi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Islam Bandung?
3. Apakah terdapat pengaruh *smoking abstinence self-efficacy* terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Islam Bandung?

## B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Data yang akan disajikan berupa angka-angka yang dianalisis melalui analisis statistika.

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini merupakan *Smoking Abstinence Self-efficacy Questionnaire* (SASEQ) yang disusun oleh Spek et al. [19] yang diterjemahkan oleh Caesaria [20] ke dalam Bahasa Indonesia. Reliabilitas SASEQ memiliki nilai *alpha cronbach* sebesar 0.892 yaitu termasuk kategori baik [21]. Hasil uji validitas terhadap alat ukur ini dinyatakan valid karena memiliki korelasi  $>0.30$ . SASEQ memiliki rentang nilai korelasi item 0.604 hingga 0.779. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur intensi berhenti merokok dalam penelitian ini bersifat *self-report* yang disusun berdasarkan *Theory of Planned Behavior* [22] kemudian dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan tujuan dan kebutuhan penelitian ini. Reliabilitas intensi berhenti merokok menunjukkan sangat reliabel. Reliabilitas untuk aspek/dimensi *attitude toward behavior* .769 (reliabel); aspek *subjective norm* .880 (sangat reliabel); *perceived behavioral control* .810 (sangat reliabel) dan aspek intensi berhenti merokok .967 (sangat reliabel) [21]. Hasil uji validitas dinyatakan valid dengan rentang nilai korelasi 0.352 hingga 0.961.

Populasi dan sampelnya adalah mahasiswa Universitas Islam Bandung aktif yang aktif merokok dan memiliki keinginan untuk berhenti merokok. Teknik Sampling yang digunakan ialah *convenience sampling*. Perolehan data menggunakan kuesioner *online*. Data diolah menggunakan bantuan aplikasi SPSS 23. Analisis data yang digunakan adalah *linier regression* dan *multiple regression*.

## C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

### Pengaruh *Smoking Abstinence Sel-Efficacy* terhadap Intensi Berhenti Merokok

Tabel 1. Pengujian Hipotesis

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficient	t	Sig.	
1 (Constant)	.464	1.526	.802	2.270	.025
<i>Smoking Abstinence Self-efficacy</i>	.877	0.65	.802	13.447	.000

a. Dependent Variable: Intensi Berhenti Merokok

Dari tabel di atas, hasil uji t untuk menguji hipotesis diperoleh nilai sig. .000 sehingga menunjukkan nilai sig.  $0.00 < 0.05$ , yang berarti hipotesis diterima. Artinya terdapat pengaruh *smoking abstinence self-efficacy* terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Islam Bandung. Kemudian, *smoking abstinence self-efficacy* memiliki koefisien regresi terhadap intensi berhenti merokok sebesar .877, artinya jika skor *smoking abstinence self-efficacy* naik satu satuan maka akan diikuti oleh kenaikan skor intensi berhenti merokok sebesar .877.

Tabel 2. Uji Regresi Linear

Model Summary <sup>b</sup>				
Model	R	R square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.802 <sup>a</sup>	.644	.640	5.47295

a. Predictors (Constant), Smoking abstinence self-efficacy

## b. Dependent Variable: Intensi Berhenti Merokok

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh R Square sebesar .644 artinya pengaruh *smoking abstinence self-efficacy* terhadap intensi berhenti merokok sebesar 64.4%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh yang menyebabkan tingginya intensi berhenti merokok seseorang tidak hanya karena tingginya *smoking abstinence self-efficacy* seseorang. Sisanya 35.6% ( $1-R^2 \times 100\%$ ) variabel intensi berhenti merokok dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar atau variabel yang tidak diteliti.

Menurut Bandura [27] *self-efficacy* memiliki hubungan dengan kemampuan dan keyakinan antara diri sendiri dengan melakukan tindakan yang diharapkan. *Self-efficacy* merupakan penilaian diri sendiri, terkait kemampuan untuk melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. *Self-efficacy* memberikan gambaran mengenai penilaian kemampuan diri sendiri [28]. *Smoking abstinence self-efficacy* mengacu pada tipe situasional *self-efficacy* karena dinilai sebagai tipe yang paling menggambarkan *self-efficacy* pada perilaku berhenti merokok [29]. Seseorang bisa membayangkan berbeda-beda, kemudian mempertimbangkan dengan cara yang berbeda bagaimana mereka akan menahan diri dari merokok pada situasi emosional dan sosial. *Situational Self-efficacy* terbagi menjadi dua, yaitu:

1. Situasi Emosional (*Emotional Situation*) yaitu persepsi atas kemampuan untuk terlibat dalam suatu tugas terlepas dari bagaimana tugas itu akan selesai, yang kaitannya dengan situasi emosi individu.
2. Situasi Sosial (*Social Situation*) yaitu ersepsi atas kemampuan untuk terlibat dalam suatu tugas terlepas dari bagaimana tugas itu akan selesai, yang kaitannya dengan situasi lingkungan sosial individu.

Dengan memiliki *smoking abstinence self-efficacy* mahasiswa akan mampu untuk meningkatkan niatnya untuk berhenti merokok karena mereka yakin memiliki kemampuan untuk mencapai harapannya yaitu berhenti merokok. Dengan keyakinan akan kemampuannya untuk bisa berhenti merokok maka akan meningkatkan intensi berhenti merokok. Hal ini membuat mahasiswa merasa yakin pada kemampuannya untuk berhenti merokok sehingga mereka akan memunculkan perilaku sehat dan akan mempengaruhi upaya mahasiswa untuk berhenti merokok yang artinya mahasiswa terus meningkatkan dan mempertahankan perilaku sehat atau berhenti merokok.

**Tabel 3.** Uji Regresi Mutiple

Model Summary <sup>b</sup>				
Model	R	R square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.892 <sup>a</sup>	.797	.790	4.17880

a. Predictors (Constant), *attitude toward behavior*, *subjective norm*, *perceived behavioral control*

b. Dependent Variable: Intensi Berhenti Merokok

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh R Square sebesar .797 artinya ketiga dimensi intensi (*attitude toward behavior*, *subjective norm*, dan *perceived behavioral control*) memberikan pengaruh terhadap intensi berhenti merokok sebesar 79.7%. Sisanya 20.3% ( $1-R^2 \times 100\%$ ) variabel intensi berhenti merokok dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar atau variabel yang tidak diteliti.

## Gambaran *Smoking Abstinence Self-Efficacy* dan *Intensi Berhenti Merokok*

**Tabel 5.** Gambaran *smoking abstinence self-efficacy*

<i>Smoking abstinence self-efficacy</i>	Jumlah (n)	Frekuensi (%)
Tinggi	33	32.4
Rendah	69	67.6
Total	102	100

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa dari 102 mahasiswa, secara umum mayoritas sampel memiliki kategori *smoking abstinence self-efficacy* yang rendah yaitu sebanyak 69 mahasiswa (67.6%) sementara yang termasuk ke kategori tinggi hanya 33 mahasiswa (32.4%).

Menurut Bandura [27] *self-efficacy* menekankan bahwa komponen keyakinan diri seseorang ketika menghadapi masa depan yang mengandung keaburan, tidak dapat diprediksi, dan seringkali membuat stres, meskipun *self-efficacy* memberikan pengaruh yang besar untuk pada tindakan kita, namun *self-efficacy* bukan merupakan satu-satunya penentu tindakan. *Self-efficacy* bisa berkombinasi dengan lingkungan, perilaku yang telah dilakukan sebelumnya, dan variabel *personal* lain, yang paling utama yaitu harapan karena bisa memberikan kontribusi untuk menghasilkan perilaku.

**Tabel 6.** Gambaran *Intensi berhenti merokok*

Variabel	Jumlah (n)	Frekuensi (%)
<i>Intensi Berhenti Merokok</i>		
Kuat	58	56.9
Lemah	44	43.1
<i>Attitude Toward Behavior</i>		
Kuat	70	68.6
Lemah	32	31.4
<i>Subjective Norm</i>		
Kuat	37	36.3
Lemah	65	63.7
<i>Perceived Behavioral Control</i>		
Kuat	76	74.5
Lemah	26	25.5
Total	102	100

Catatan n = 1 orang. N = 102 orang.

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa dari 102 mahasiswa, sebanyak 58 (56.9%) mahasiswa memiliki intensi berhenti merokok yang kuat, kemudian diikuti dimensi intensi berhenti merokok yaitu *attitude toward behavior* bahwa sebanyak 70 (68.6%) mahasiswa memiliki skor yang kuat. Pada dimensi *subjective norm* sebanyak 65 (63.7%) mahasiswa memiliki skor lemah. Pada dimensi *perceived behavioral control* sebanyak 76 (74.5%) mahasiswa memiliki skor kuat.

Fishbein dan Ajzen [6] mengindikasikan intensi sebagai kesiapan seseorang untuk mewujudkan perilaku tertentu dan dianggap anteseden langsung dari sebuah perilaku. Jika suatu perilaku berada dibawah kendali kemauan, maka usaha orang tersebut akan terwujud sebagai tindakan.

Intensi berhenti merokok mengacu pada teori Ajzen [22] yang menyatakan bahwa intensi adalah suatu indikasi kesiapan seseorang untuk menampilkan suatu tingkah laku.

Menurut Ajzen [22] intensi dipengaruhi oleh tiga faktor dasar perilaku. Pertama, sikap terhadap perilaku (*attitude toward behavior*) yaitu sikap seseorang terhadap realisasi perilaku dalam situasi tertentu. Kedua, norma subjektif (*subjective norm*) yang merupakan norma-norma sosial yang mempengaruhi dan dianut individu. Ketiga, persepsi terhadap kendali perilaku (*perceived behavioral control*) yaitu keyakinan seseorang akan kemampuannya melakukan suatu perilaku.

*Perceived behavioral control* merupakan prediktor yang paling besar berkontribusi mempengaruhi intensi berhenti merokok, maka hal ini dapat menjadi peluang besar terhadap intensi berhenti merokok. Hal ini dikarenakan *perceived behavioral control* erat hubungannya dengan dilakukan atau tidak dilakukan suatu perilaku, PBC ini dapat langsung memberikan perilaku tanpa melalui intensi melakukan perilaku [22]. Maka dari itu, semakin mahasiswa yang memiliki perilaku merokok meyakini bahwa mereka mampu berhenti merokok, maka akan semakin kuat niat mereka untuk mencoba dan berupaya untuk berhenti merokok.

Penelitian ini beberapa keterbatasan diantaranya, untuk menjangkau subjek yang bersedia menjadi penelitian ini di beberapa jurusan. Mahasiswa mayoritas ditemukan di jurusan Psikologi sementara jurusan lainnya kurang terjangkau. Selain itu, penelitian ini hanya mengukur sampai intensi dalam upaya mengurangi perilaku merokok.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

*Smoking abstinence self-efficacy* pada mahasiswa di Universitas Islam Bandung terkategori rendah.

Intensi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Islam Bandung terkategori kuat.

*Smoking abstinence self-efficacy* memberikan pengaruh yang besar terhadap intensi berhenti merokok. Diikuti dengan dimensi intensi berhenti merokok, dimensi *perceived behavioral control* memberikan pengaruh yang paling besar, kemudian dimensi intensi berhenti merokok yang paling kecil memberikan pengaruh adalah dimensi *subjective norm*.

#### Acknowledge

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ibu dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung, Dr. Dewi Sartika, M.Si., Psikolog yang memperkenankan untuk melakukan penelitian mengenai *smoking abstinence self-efficacy* terhadap intensi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Islam Bandung dalam skripsi peneliti.

#### Daftar Pustaka

- [1] I. K. Nasution, "Perilaku Merokok Pada Remaja," Medan, 2007.
- [2] M. N. Bustan, *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2000.
- [3] World Health Organization, "Pernyataan: Hari Tanpa Tembakau Sedunia 2020," Indonesia, 2020.
- [4] A. Lukihardianti and A. Yulianto, "Rokok Menjadi Penyebab Utama Penyakit di Kota Bandung," Bandung, 2018. [Online]. Available: <https://nasional.republika.co.id/berita/nasional/daerah/18/05/24/p98abh396-rokok-menjadi-penyebab-utama-penyakit-di-kota-bandung>.
- [5] R. M. Wisnu, "Efektifkah Larangan Merokok di Universitas Islam Bandung," Bandung, 2012. [Online]. Available: <https://kmjurnalistik.com/2018/11/14/efektifkah-larangan-merokok-di-universitas-islam-bandung/>.
- [6] M. Fishbein and I. Ajzen, "Chapter 1. Belief, Attitude, Intention, and Behavior: An Introduction to Theory and Research," Reading, MA: Addison-Wesley. 1975.
- [7] S. N. Indrawati, L. Mailani, and N. Nilawati, "Intensi berhenti Merokok: Peran Sikap Terhadap Peringatan Pada Bungkus Rokok dan Perceived Behavioral Control," *J. Pemikir. Penelit. Psikol.*, vol. 9, no. 2, pp. 65–73, 2014.

- [8] R. Schwarzer and R. Fuchs, "Changing risk behaviors and adopting health behaviors: The role of self-efficacy beliefs.," in *Self-efficacy in changing societies*, Inggris, 1995, pp. 259–288.
- [9] W. Haryati, A. Abdullah, and Bakhtiar, "Self Efficacy dan Perilaku Merokok Remaja," *J. Ilmu Keperawatan*, vol. 3, no. 2, 2015.
- [10] K. A. Wallston, "The importance of placing measures of health locus of control beliefs in a theoretical context," *Health Educ. Res.*, vol. 6, no. 2, 1991, doi: 10.1093/her/6.2.251.
- [11] K. Stuart, R. Borland, and N. McMurray, "Self-efficacy, health locus of control, and smoking cessation," *Addict. Behav.*, vol. 19, no. 1, pp. 1–12, 1994, doi: 10.1016/0306-4603(94)90046-9.
- [12] L. Rahmah, F. Sabrian, and D. Karim, "Faktor Pendukung dan Penghambat Intensi Remaja Berhenti Merokok," *Cybrarians J.*, 2015.
- [13] N. Nurjanah and R. Rahmatika, "Hubungan antara health locus of control dan self-efficacy pada mahasiswa keperawatan," *SCHEMA - J. Psychol. Res.*, vol. 3, pp. 69–78, 2017.
- [14] J. R. Hughes and S. Naud, "Perceived Role of Motivation and Self-Efficacy in Smoking Cessation: A Secondary Data Analysis," *Addict. Behav.*, pp. 58–61, 2015, doi: 10.1016/j.addbeh.2016.05.010.
- [15] C. Poggiolini, "High self-efficacy regarding smoking cessation may weaken the intention to quit smoking," *Cogent Psychol.*, vol. 6, no. 1, pp. 1–14, 2019, doi: 10.1080/23311908.2019.1574096.
- [16] J. F. Etter, M. M. Bergman, J. P. Humair, and T. V Perneger, "Development and validation of a scale measuring self-efficacy of current and former smokers," *Addiction*, vol. 95, no. 6, pp. 901–913, 2000, doi: 10.1046/j.1360-0443.2000.9569017.x.
- [17] W. F. Velicer, C. C. Diclemente, J. S. Rossi, and J. O. Prochaska, "Relapse situations and self-efficacy: an integrative model," *Addict. Behav.*, vol. 15, no. 3, pp. 271–283, 1990, doi: 10.1016/0306-4603(90)90070-e.
- [18] Conditte and Lichtenstein, "Self-efficacy and relapse in smoking cessation programs," *J. Consult. Clin. Psychol.*, vol. 49, no. 5, pp. 648–658, 1981.
- [19] V. Spek, F. Lemmens, M. Chatrou, S. Van Kempen, F. POUWER, and V. Pop, "Development of a smoking abstinence self-efficacy questionnaire," *Int. J. Behav. Med.*, vol. 20, no. 3, pp. 444–449, 2013, doi: 10.1007/s12529-012-9229-2.
- [20] M. I. Caesaria, "Hubungan antara Efikasi Diri dengan Intensi Berhenti Merokok pada Dewasa Muda," 2017.
- [21] U. Silalahi, *Metode Penelitian Sosial Kuantitatif*. Bandung: Refika Aditama, 2017.
- [22] I. Ajzen, *Attitudes, Personality and Behavior*. New York: Open University Press, 2005.
- [23] P. D. dan I. K. K. RI, "Perilaku Merokok Masyarakat Indonesia: Berdasarkan Riskesdas 2007 dan 2013," 2015. [Online]. Available: <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hari-tanpatembakau-sedunia.pdf>.
- [24] G. Nieva et al., "The Alternative Five Factor Model of Personality, Nicotine Dependence and Relapse Past Treatment for Smoking Cessation," *Addict. Behav.*, vol. 36, no. 10, pp. 965–971, 2011, [Online]. Available: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0306460311001602>.
- [25] E. B. Hurlock, "Hurlock, E. B. (1980). Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang masa Edisi Kelima. Terjemahan Istiwidayanti & Soedjarwo.," Terjem. Istiwidayanti Soedjarwo., 1980.
- [26] L. Angelin, S. V Wetik, and P. A. Ferlan, "Tingkat Stres Berhubungan dengan Kejadian Generalized Anxiety Disorder (GAD) pada Mahasiswa Tingkat Akhir," *J. Keperawatan Jiwa Persat. Perawat Nas. Indones.*, vol. 9, no. 2, pp. 399–408, 2021.
- [27] A. Bandura, *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman, 1997.
- [28] Alwisol, *Psikologi Kepribadian*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2007.



- [29] A. Dijkstra and H. De Vries, "Self-efficacy expectations with regard to different tasks in smoking cessation," *Psychol. Heal.*, 2000, doi: 10.1080/08870440008402009.
- [30] Kanya Paramitha, Gita, Raihana Hamdan Stephani. (2021). *Pengaruh Self-Control terhadap Perilaku Merokok Mahasiswa selama Pandemi COVID-19*. *Jurnal Riset Psikologi*,1(2),132-139.
- [31] Kanya Paramitha, Gita, Raihana Hamdan Stephani. (2021). *Pengaruh Self-Control terhadap Perilaku Merokok Mahasiswa selama Pandemi COVID-19*. *Jurnal Riset Psikologi*,1(2),132-139.