

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada mahasiswa Fakultas Bisnis Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya tentang hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok dan konsumsi alkohol pada masa remaja akhir, diperoleh kesimpulan mayoritas responden memiliki kontrol diri tinggi dengan perilaku merokok ringan dan konsumsi alkohol yang ringan.

Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan kekuatan rendah dan mempunyai hubungan yang berlawanan arah antara kontrol diri dengan perilaku merokok pada masa remaja akhir.

Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan kekuatan sedang dan mempunyai hubungan yang berlawanan arah antara kontrol diri dengan perilaku konsumsi alkohol pada masa remaja akhir.

Oleh karena itu semakin tinggi kontrol diri maka semakin ringan perilaku merokok dan konsumsi alkohol dan sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin berat perilaku merokok dan konsumsi alkohol.

7.2 Saran

Setelah disimpulkan, maka peneliti ingin memberikan beberapa saran untuk perkembangan lebih lanjut, antara lain :

1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Diharapkan perawat terus meningkatkan perannya sebagai komunikator yang memberikan informasi dan promosi kesehatan serta sebagai fasilitator yang memfasilitasi individu dan keluarganya untuk mencegah perilaku merokok dan konsumsi alkohol pada remaja.

2. Bagi Orang Tua

Diharapkan orang tua mampu memberikan edukasi kepada remaja tentang bahaya perilaku merokok dan konsumsi alkohol dan memperhatikan pergaulan teman sebaya.

3. Bagi Responden

Diharapkan responden mendapatkan informasi tentang kontrol diri yang dapat membantu mengurangi perilaku merokok dan konsumsi alkohol.

4. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan Fakultas Bisnis Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya meningkatkan pengetahuan bagi mahasiswa tentang bahaya merokok dan konsumsi alkohol serta kepedulian terhadap lingkungan.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber acuan bagi peneliti selanjutnya. Saran untuk peneliti selanjutnya untuk meneliti tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku merokok dan konsumsi alkohol pada masa remaja akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Aggie, C., & Herbert, B. (2012). *Menurunkan Tekanan Darah*. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Aiman. (2006). *Tobat Merokok*. Jakarta: Pustaka Ilman.
- Amsya, Z. (2001). *Manajemen Sistem Informasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Anonim. (2015). *Memahami Berbagai Macam Penyakit*. Jakarta: PT. Indeks.
- Ariani, D. W. (2002). *Manajemen Kualitas: Pendekatan Sisi Kualitas*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Aula, E. L. (2010). *Stop Merokok Sekarang atau Tidak Sama Sekali*. Bandung: Garailmu.
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, Kontrol Diri Dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2). Retrieved 15 Mei 2019, from <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/376>
- Baay, P., De Ridder, D., Eccles, J., Van Der Lippe, T., & Van Aken, M. (2014). Self-control trumps work motivation in predicting job search behavior. *Journal of Vocational Behavior*, 85. doi:10.1016/j.jvb.2014.09.006. Retrieved 16 Januari 2019, from <http://www.infona.pl/resource/bwmeta1.element.elsevier-f5fd1486-fc7f-3d49-b61c-a46f6749fc6e/tab/summary>.
- Badan, N. N. (2010). *Pedoman Pencegah Penyalahgunaan Narkotika Bagi Pecandu*. Jakarta: Badan Narkotika Nasional.
- Bart, S. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia
- Berk, L. (2006). *Child Development*. Boston: Pearson Education.
- BPOM. (2016). *Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia*. Jakarta. Retrieved 31 Januari 2019, from <http://jdih.pom.go.id>
- Chaplin, J. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Chiao, C., & Ksobiech, K. (2012). Exploring The Relationship Between Premarital Sex and Cigarette/Alcohol Use Among College Student In

- Taiwan. *BMC Public Health*, 12:527. Retrieved 16 Januari 2019, from <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-527>
- Darmawan, S. (2010). *Pengertian Minuman Keras dan Dampaknya*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Darmayanti, D. L., & Ramadani, M. (2011). Peran Teman Sebaya terhadap Perilaku Seksual Pranikah pada Mahasiswa Semester V Stikes X Jakarta Timur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 6(1). Retrieved 15 Mei 2019, from <http://ejournal.litbang.depkes.go.id>
- De Rider, D., Lensvelt Mulders, G., Finkenauer, C., Stock, M., & Baumeister, R. (2012). Taking stock of self-control: A Meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behavior. *Personality and Social Psychology Review*. doi:1177/1088868311418749. Retrieved 16 Januari 2019, from http://www.academia.edu/28228955/Taking_Stock_of_Self-Control_A_Meta-Analysis_of_How_Trait_Self-Control_Relates_to_a_Wide_Range_of_Behavior
- Depkes. (2010). *Bahaya Merokok*. Jakarta: Departemen Kesehatan. Retrieved 16 Januari 2019, from <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-hari-tanpa-tembakau-sedunia.pdf>
- Dinkes, J. (2010). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*. Semarang: Dinkes Jateng.
- Fasilita, D. A. (2012). Kontrol Diri terhadap Perilaku Agresif Ditinjau Dari Usia Satpol PP. *Jouenal of Social and Industrial Psychology*, 1(2). Retrieved 15 Mei 2019, from <http://journal.unnes.ac.id>
- Fatia, F. (2005). Kemampuan Komunikasi Matematis dan Pemecahan Masalah melalui Problem Based Learning. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi*. 16(1). Retrieved 15 Mei 2019, from <http://journal.uny.ac.id>
- Fausiah, F., & Widury, J. (2003). *Psikologi Abnormal: Klinis Dewasa*. Depok: Universitas Gunadarma.
- Febby, Z. (2013). *Dampak Penyalahgunaan Alkohol*. Retrieved 15 Mei 2019, from <http://edukasi.kompasiana.com/2013/01/27/dampak-penyalahgunaan-alkohol-523331.html>,
- Fikriyah, S., & Febrijanto, Y. (2012). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok Pada Mahasiswa Laki-laki di Asrama Putra. *Jurnal Stikes*. 5(1).
- Ghufron, M., & Risnawati, R. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Arruzz Media.

- Goleman, D. (2003). *Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama Komputindo.
- Gunarsa, D. S. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hawari, D. (2011). *Petunjuk Praktis Terapi (Detoksifikasi) Miras dan Narkoba (Naza) tanpa Anestesi dan Substitusi dan HIV/AIDS*. Jakarta: Fakultas Kedokteran UI.
- Hidayat, A. A. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hudiawati, D., Ayuk, K. A., & Maliya, A. (2014). *Hubungan Antara Pengaruh Keluarga, Pengaruh Teman Dan Pengaruh Iklan Terhadap Perilaku Merokok Pada Remaja*. Skripsi Thesis Universitas Muhammadiyah Surakarta. Retrieved 15 Mei 2019, from <http://eprints.ums.ac.id>
- Hurlock, B. E. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Karamoy, S. (2004). *Cegah Sejak Dini. Rotary International D-3400 RI Drug Abuse Commite*. Skripsi thesis. Fakultas Psikologi UNIKA. Retrieved 20 Mei 2019, from <http://eprints.umk.ac.id>
- Karsono, E. (2004). *Narkoba dan Minuman keras*. Jakarta: Gramedia.
- Kartono, K. (2006). *Patologi Sosial 2: Kenakalan Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Kemendes. (2013). *Perilaku Merokok Masyarakat Indonesia*. Infodatin.
- King, A. L. (2012). *Psikologi Umum (Sebuah Pandangan Apresiatif)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Komaling, J. K., & Wongkar, D. (2013). Hubungan Mengonsumsi Alkohol dengan Kejadian Hipertensi pada Laki-laki di Desa Tompasabaru 2 Kecamatan Tompasabaru Kabupaten Minahasa Selatan . *ejurnal Keperawatan*, 1(1). Retrieved 15 Mei 2019, from <http://ejournal.unsrat.ac.id>
- Komasari, D., & Helmi, A. (2000). Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Gajah Mada*. 3(1). Retrieved 15 Mei 2019, from <http://journal.ugm.ac.id>
- Krahe, B. (2005). *Perilaku Agresif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kusumadewi, S., Hardjajani, T., & Priyatama, A. N. (2012). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Peer Group dan Kontrol Diri dengan Kepatuhan terhadap Peraturan pada Remaja Putri*. Skripsi. Program Studi Psikolog

Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Retrieved 15 Mei 2019, from <http://candrajiwa.psiolog.fk.uns.ac.id>

Maula, L. K., & Yuniastuti, A. (2017). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Penyalahgunaan dan Adiksi Alkohol pada Remaja di Kabupaten Pati. *Public Health Perspectiv Journal*, 2(2). Retrieved 15 Mei 2019, from <http://Journal.unnes.ac.id>

Muhammadun. (2010). *Hidup bersama hipertensi*. Yogyakarta: In Books.

Mu'tadin. (2007). *Kemandirian Sebagai Kebutuhan Psikologis Pada Remaja*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nashori, F., & Indirawati. (2007). Peranan Perilaku Merokok dalam Meningkatkan Suasana Hati Negatif (Negative Mood States) Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 2(2).

Nasution. (2007). *Perilaku Merokok pada Remaja*. Skripsi. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara. Retrieved 16 Januari 2019, from <http://repository.usu.ac.id>

Nendra, V. (2013). Perilaku Remaja Pengguna Minuman Keras Di desa Jatigono Kecamatan Kunir Kabupaten Lumajang. *Jurnal Promkes*. 1(2). Retrieved 15 Mei 2019, from <http://journal.unair.ac.id>

Nopianto, & Alamsyah, A. (2017). Determinan Perilaku Merokok Pada Remaja. *Journal Endurance*, 2(1). Retrieved 15 Mei 2019, from <http://ejournal.kopertis10.or.id>.

Notoatmojo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.

Pandeirot, & Subiantoro. (2012). Faktor yang mempengaruhi remaja mengkonsumsi minuman beralkohol di Rt 07 Rw 06 Kelurahan Pacar Kembang Kecamatan Tambak Sari Surabaya. *eJournal Akademi Keperawatan Wiliam Booth Surabaya*. 5(1).

Pratisti, W. D. (2017). *Psikologi Anak Usia Dini*. Jakarta: PT.Indeks.

Ra'uf, M. (2002). *Dampak Penyalahgunaan Narkoba Terhadap Remaja & kamtibmas*. Jakarta: BP Dharma Bhakti.

Riskesdas. (2018). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*. Departemen Kesehatan Republik Indonesia.

- Risma, A. S. (2012). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Alkoholisme Pada Remaja Penggemar Musik Metal. Skripsi thesis*, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Retrieved 16 Januari 2019, from <http://eprints.ums.ac.id>
- Runtukahu, G., Sinolungan, J., & Opod, H. (2015). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku merokok Kalangan Remaja Di SMKN1 Bitung. *Jurnal e-Biomedik*, 3(1). Retrieved 19 Januari 2019, from ejournal.unsrat.ac.id
- Santrock, J. (2007). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Sari, M. Y. (2011). Kecerdasan Emosional dan Kecenderungan Psikopatik pada Remaja Delinkuen di Lembaga Anima. *Psychological Journal*. Retrieved 15 Mei 2019, from <http://anima.ubaya.ac.id>
- Sitenar. (2013). *Penyebab Utama Menjadi Pecandu*. Retrieved Mei 15,2019, from <http://www.solopos.com/2013/01/01/kasus-narkoba-dan-miras-di-sukoharjo-naik-lebih-dari-50-363609>
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Soetjiningsih. (2007). *Tumbuh Kembang Remaja Dan Pemasalahannya*. Jakarta: Sangung Seto.
- Sugandhi, M. N., & Syamsu, Y. (2011). *Perkembangan peserta Didik*. Bandung: PT. Rajagrafindo Persada.
- Sugiyono.(2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tangney, J., & Baumeister, R. (2004). High self control predicts good a adjustment, less pathology, better grades. and interpersonal success. *Journal Pers*, 72(2). Retrieved 16 Januari 2019, from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/m/pubmed/15016066/>
- Tristiadi, A. (2016). *Psikologi Klinis*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wade, C., Tavis, C., & Garry, M. (2014). *Psikologi Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- WHO. (2011). *2,5 Juta Orang di Dunia Meninggal Karena Minum Alkohol Berlebih*. Jakarta: Suara Pembaruan. Retrieved 22 Januari 2019, from <http://sp.beritasatu.com/gayahidup/25-juta-orang-di-dunia-meninggal-karena-minum-alkohol-berlebih/16004>

- WHO. (2014). *Commission on Ending Childhood Obesity*. Departement of Noncommunicable Disease Surveilance. Retrieved 22 Januari 2019, from <http://www.who.int/end-childhood-obesity/publications/echo-report/en>
- Wibowo, N. (2012). *Asosiasi Paparan Iklan Rokok dengan Pengathuan, sikap, dan Perilaku Merokok Pada Remaja*. *Nexus Kedokteran Komunitas*, 1(1)
- Widodo, S., & Ahmadi, A. (2008). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Widyastuti, Y. (2009). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Willis, S. (2012). *Remaja dan Masalahnya Mengupas Berbagai Bentuk Kenakalan Remaja, Narkoba, Free Sex, dan Pemecahannya*. Bandung: Afabeta.
- Yuniastuti, A. (2017). *Gizi dan Kesehatan*. Yogyakarta: Gaha Ilmu.