

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan Penelitian dan Teknik Sampling

Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengungkap profil kebiasaan merokok pada remaja. Metode penelitian yang digunakan yaitu pra eksperimen, dengan desain *one group pretest-posttest design* atau desain pra tes-pasca tes satu kelompok. Desain *one group pretest-posttest design* yaitu desain penelitian pra eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembandingan.

Skema model penelitian pra eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*, sebagai berikut.

$$O_1 \text{ X } O_2$$

dimana  $O_1$  adalah hasil pengukuran (observasi) yang dilakukan sebelum perlakuan (*treatment*) atau pra-uji, X adalah pemberian (pelaksanaan) perlakuan, dan  $O_2$  adalah hasil pengukuran (observasi) setelah perlakuan (pasca-uji). Dalam konteks ini, efektivitas perlakuan (teknik) yang tengah dikaji ditandai oleh perubahan (perbedaan) antara rata-rata  $O_1$  ( $\mu_1$ ) dengan rata-rata  $O_2$  ( $\mu_2$ ).

Teknik sampling yang digunakan adalah teknik non-probabilitas dimana setiap sampel tidak memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih, yakni dengan memakai *purposive sampling*, dimana (Suharsimi Arikunto, 1997:128) :

1. pengambilan sampel harus didasarkan atas ciri-ciri, sifat-sifat, atau karakteristik tertentu, yang merupakan ciri-ciri pokok populasi;
2. subjek yang diambil sebagai sampel benar-benar merupakan subjek yang paling banyak mengandung ciri-ciri yang terdapat pada populasi (*key subject*).

Penelitian dilakukan untuk memperoleh data mengenai profil kebiasaan merokok remaja SMP. Profil kebiasaan merokok remaja SMP dijadikan sebagai

dasar penggunaan teknik asertif untuk mereduksi kebiasaan merokok remaja SMP.

## **B. Langkah – Langkah Penelitian**

1. *Pre test*. Observasi yang dilakukan sebelum perlakuan (*treatment*). Pada tahap ini, peneliti melakukan survey awal pada remaja yang memiliki kebiasaan merokok.
2. *Treatment*. Kegiatan ini merupakan upaya bantuan yang diberikan konselor kepada remaja yang memiliki kebiasaan merokok agar mampu mereduksi kebiasaan merokok.
3. *Post test*. Pada tahap ini, konselor dapat melihat perubahan yang terjadi dalam diri konseli setelah perlakuan (*treatment*). Perubahan yang diharapkan dari pemberian *treatment* terhadap remaja yang memiliki kebiasaan merokok adalah remaja memiliki *self control* untuk mereduksi keinginan merokok secara berlebihan.

## **C. Definisi Operasional Variabel**

Penggunaan teknik *assertive training* untuk mereduksi kebiasaan merokok pada remaja merupakan suatu latihan yang diberikan kepada remaja agar mampu bersikap tegas terhadap diri sendiri dalam aktivitas menyalakan api pada rokok dan menghisap rokok atau tembakau dengan cerutu atau pipa rokok yang dilakukan secara berulang-ulang dan berhubungan dengan tingkat kebiasaan merokok, faktor penyebab merokok, tempat merokok, dan jenis rokok.

Tingkat kebiasaan merokok pada remaja didasarkan pada jumlah rokok yang dikonsumsi atau dihisap dalam sehari terbagi menjadi tiga sebagai berikut.

1. Perokok berat yang menghisap lebih dari 10 batang rokok dalam sehari
2. Perokok sedang yang menghisap 5-10 batang rokok dalam sehari
3. Perokok ringan yang menghisap 1-4 batang rokok dalam sehari.

Faktor-faktor yang mempengaruhi remaja merokok yaitu:

### 1. Faktor Psikososial

Aspek perkembangan sosial remaja antara lain: menetapkan kebebasan dan otonomi, membentuk identitas diri dan penyesuaian perubahan psikososial berhubungan dengan maturasi fisik. Merokok menjadi sebuah cara agar remaja tampak bebas dan dewasa saat mereka menyesuaikan diri dengan teman sebaya. Istirahat, santai dan kesenangan, penampilan diri rasa ingin tahu rasa bosan, sikap menentang dan stress berkontribusi remaja untuk mulai merokok. Rasa rendah diri, hubungan interpersonal yang kurang baik, putus sekolah sosial ekonomi yang rendah dan tingkat pendidikan orangtua yang rendah serta tahun-tahun pertama transisi antara sekolah dasar dan sekolah menengah juga menjadi faktor resiko yang mendorong remaja mulai merokok.

### 2. Faktor psikiatrik

Studi epidemiologi pada dewasa mendapatkan asosiasi antara merokok dengan gangguan psikiatrik seperti skizofrenia, depresi, cemas dan penyalahgunaan zat-zat tertentu. Pada remaja, didapatkan asosiasi antara merokok dengan depresi dan cemas. Gejala depresi lebih sering pada remaja perokok daripada bukan perokok. Merokok berhubungan dengan meningkatnya kejadian depresi mayor dan penyalahgunaan zat-zat tertentu. Remaja yang memperlihatkan gejala depresi dan cemas mempunyai resiko lebih besar untuk merokok dari pada remaja yang asimtomatik. Remaja dengan gangguan cemas menggunakan rokok untuk menghilangkan kecemasan yang sedang dialami.

### 3. Faktor Kognitif

Kesulitan untuk menghentikan kebiasaan merokok akibat dari kecanduan nikotin disebabkan karena perokok merasakan efek bermanfaat dari nikotin. Beberapa perokok dewasa mengungkapkan merokok dapat memperbaiki konsentrasi. Studi yang dilakukan pada dewasa perokok dan bukan perokok, memperlihatkan nikotin dapat meningkatkan *finger-tapping rate*, respon motorik dalam tes fokus perhatian, dan pengenalan memori.

#### 4. Faktor Lingkungan

Faktor-faktor lingkungan yang berkaitan dengan penggunaan tembakau antara lain orangtua, saudara kandung maupun teman sebaya yang merokok. Selain itu juga karena paparan iklan rokok dimedia. Orangtua memegang peranan penting, dalam pembentukan perilaku merokok remaja. Sebuah studi terhadap siswa SMU didapatkan prediktor bermakna dalam peralihan dari kadang-kadang merokok menjadi merokok secara teratur adalah orangtua perokok dan konflik keluarga.

Tempat merokok dapat digolongkan sebagai berikut.

1. Merokok di tempat umum atau di ruang publik, yaitu:
  - a) kelompok homogen, para perokok akan lebih menikmati rokok apabila melakukannya secara bersamaan dengan komunitasnya, perokok dengan tipe homogen bersifat lebih menghargai orang lain yang tidak merokok.
  - b) kelompok heterogen, perokok kelompok heterogen bersifat tidak menghargai orang lain dan perokok pada kelompok heterogen tergolong sebagai seorang yang tidak berperasaan, kurang etis dan tidak punya tata krama
2. Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi, yaitu:
  - a) di kamar tidur, perokok yang memilih kamar tidur sebagai tempat merokok dikategorikan sebagai individu yang kurang menjaga kebersihan
  - b) di toilet, perokok yang memilih toilet sebagai tempat merokok digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi.

Rokok dapat dibedakan menjadi beberapa jenis berdasarkan bahan pembungkus rokok, bahan baku atau isi rokok, proses pembuatan rokok dan penggunaan filter pada rokok.

1. Rokok berdasarkan bahan pembungkus
  - a) Klobot : rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun jagung
  - b) Kawung : rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun aren
  - c) Sigaret : rokok yang bahan pembungkusnya berupa kertas

- d) Cerutu : rokok yang bahan pembungkusnya berupa daun tembakau
2. Rokok berdasarkan bahan baku atau isinya
- a) Rokok putih : rokok yang bahan baku atau isinya hanya daun tembakau yang ditambahkan larutan untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.
  - b) Rokok kretek : rokok yang bahan bakun atau isinya berupa daun tembakau dan cengkeh yang ditambahkan larutan untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.
  - c) Rokok klembah : rokok yang bahan baku atau sisinya berupa daun tembakau, cengkeh dan menyan yang ditambahkan larutan untuk mendapatkan efek rasa dan aroma tertentu.
3. Rokok berdasarkan penggunaan filter
- a) Rokok filter (RF) : rokok yang pada bagian pangkalnya terdapat gabus untuk menyaring nikotin yang terkandung di dalam rokok.
  - b) Rokok non filter (RNF) : rokok yang pada bagian pangkalnya tidak terdapat gabus yang berfungsi menyaring nikotin.

Perilaku asertif berarti adanya sikap tegas yang dikembangkan dalam berhubungan dengan banyak orang dalam berbagai aktivitas kehidupan. Dalam artian, individu mengambil keputusan atau melakukan tindakan tertentu berdasarkan hasil pemikiran sendiri, tanpa sikap emosional, meledak-ledak, atau berperilaku buruk lainnya. Remaja menegakkan kemandiriannya tanpa bermaksud menyakiti hati orang lain. Ketegasan penuh kelembutan, ketegasan tanpa arogansi.

Tahapan dalam pelatihan perilaku asertif dapat dikemukakan komponen dasar perilaku asertif, sebagai berikut.

- a. Kemampuan untuk memahami ketakutan dan keyakinan yang irasional yang meliputi sikap tidak menampilkan tingkah laku yang dapat menampilkan rasa cemas; tidak berbicara berbelit-belit; menerima kekurangan diri serta mampu menampilkan respon untuk melawan rasa takut.
- b. Kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi yang didalamnya terdapat aspek-aspek menatap lawan bicara; menanyakan alasan setiap diminta



untuk melakukan sesuatu; berusaha mencapai tujuan dalam situasi tertentu dan menerima dan menghargai orang lain.

- c. Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran yang meliputi aspek memberikan pujian untuk menghargai tingkah laku orang lain; mengungkapkan perasaan kepada orang lain secara spontan dan tidak berlebihan; berbicara mengenai diri sendiri; menyampaikan persetujuan dan ketidaksetujuan terhadap sesuatu serta menampilkan respon positif dan negatif terhadap orang lain.
- d. Kemampuan untuk menyatakan keyakinan yang meliputi aspek-aspek menolak permintaan dengan tegas dan bertanggung jawab atas sikap dan perbuatan sendiri.

Pelatihan asertif biasanya meliputi 5 tahap, sebagai berikut.

1. *Tahap pertama.* Menghapuskan rasa takut yang berlebihan dan keyakinan yang tidak logis. Rasa takut yang berlebihan termasuk ketakutan yang dapat menyakiti perasaan orang lain, ketakutan yang timbul dari keyakinan yang salah bahwa perasaan orang lain adalah penting dan perasaan diri sendiri tidak penting. Ketakutan kedua yaitu bila individu merasa gagal memaksa orang untuk mencintainya. Ketakutan ketiga adalah orang lain memandang bahwa perilaku tegas adalah sebuah perilaku yang kurang sopan dan tidak menghargai orang lain. Ketakutan keempat adalah dengan bersikap tegas maka dapat menampilkan diri sebagai orang yang tidak mampu, tidak mahir, dan tidak berguna. Ketakutan yang berlebihan dan keyakinan yang irasional sering menghentikan individu yang akan bersikap tegas.
2. *Tahap kedua.* Mempertahankan hak-hak pribadi. Seorang individu harus menerima bahwa setiap orang harus mampu bersikap tegas dan mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keyakinan secara jujur.
3. *Tahap ketiga.* Berlatih untuk bersikap asertif sendiri. Latihan bersikap tegas sendiri biasanya menggunakan refleksi atau permainan peran jiwa dimana dalam situasi ini individu akan lebih bisa bersikap asertif, memusatkan pada perilaku nonverbal yang penting dalam ketegasan.

4. *Tahap keempat.* Menempatkan individu dengan orang lain untuk bermain peran pada situasi yang sulit. Tahap keempat menyediakan kesempatan untuk berlatih peran dan mendapatkan umpan balik orang lain dalam kelompok. Pelatihan lebih lanjut mengizinkan konseli untuk lebih lanjut menunjukkan perubahan perilaku dan membiasakan konseli untuk bersikap lebih tegas, dan menerapkan timbal balik. Menggandakan latihan juga membuat konseli semakin bertambah nyaman dan senang saat menjadi asertif.
5. *Tahap kelima.* Membawa perilaku asertif pada kondisi yang sebenarnya atau dalam kehidupan sehari-hari. Konseli membuat kontrak perilaku untuk melaksanakan perilaku asertif yang sebelumnya dihindari. Pada sesi selanjutnya, konseli menjelaskan pengalamannya, menilai usaha yang dilakukan, hubungkan dalam latihan selanjutnya dan membuat kontrak perilaku lain untuk keluar dari pengalaman asertif kelompok.

#### **D. Pengembangan Instrumen dan Pengumpulan Data**

##### **1. Jenis Instrumen**

Instrumen penelitian, merupakan alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data (Arikunto, 2005). Untuk variable sikap asertif instrument pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrument berbentuk skala, yakni sebuah pengumpul data yang berbentuk seperti daftar cocok dengan alternative jawaban yang disediakan merupakan sesuatu yang berjenjang. Perilaku remaja terhadap rokok, instrument yang digunakan adalah angket tertutup dalam bentuk checklist, yakni angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda checklist (√) pada kolom jawaban yang sesuai (Arikunto 2005).

##### **2. Pengembangan Kisi – Kisi Instrumen**

Kisi-kisi instrumen untuk mengungkap kebiasaan merokok dan tingkat perilaku asertif pada remaja dikembangkan dari definisi operasional variabel penelitian. Terdapat dua poin kisi-kisi instrumen yaitu: 1) kisi-kisi instrumen

kebiasaan merokok yang didalamnya terdapat tingkat perokok, faktor penyebab merokok, tempat merokok, dan jenis rokok; 2) kisi-kisi tingkat perilaku asertif remaja, semakin tinggi perilaku asertif remaja maka semakin mudah untuk mereduksi kebiasaan merokok, dan semakin rendah perilaku asertif remaja maka semakin sulit untuk menolak keinginan merokok. Kisi-kisi instrumen kebiasaan merokok (tabel 3.1) dan kisi-kisi instrumen perilaku asertif pada (tabel 3.2) disajikan tabel sebagai berikut.

Tabel 3.1  
Kisi-kisi Instrumen Kebiasaan Merokok Pada Remaja  
(Sebelum Uji Coba)

Aspek	Indikator	Pernyataan	No. item
Tingkat kebiasaan merokok	Jumlah rokok yang dikonsumsi	Saya menghabiskan lebih dari 10 batang rokok setiap hari (+)	1
		Saya sulit menghabiskan 1 batang rokok (-)	2
		Saya menyiapkan rokok selanjutnya apabila rokok yang sedang dihisap akan segera habis (+)	3
	Frekuensi merokok	Saya tidak merokok meskipun sedang santai (-)	4
		Saya merokok pada pagi dan sore hari (+)	5
	Waktu merokok	Setiap bangun tidur saya langsung merokok (+)	6
		Kapanpun saya harus merokok (+)	7
		Saya merokok jika teman sedang merayakan ulang tahun (+)	8
Faktor penyebab merokok	<b>Faktor psikososial</b>		
	Rasa rendah diri	Saya merokok untuk meningkatkan rasa percaya diri (+)	9
	Rasa ingin tahu	Saya merokok karena saya ingin tahu bagaimana rasa rokok (+)	10
	Kondisi sosial ekonomi yang tinggi	Saya tidak merokok karena tidak mempunyai uang untuk membelinya (-)	11
		Saya merokok karena saya mampu membeli rokok (+)	12
	Masa transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah	Saya merokok karena saya sudah masuk usia remaja (+)	13
	<b>Faktor Psikiatrik</b>		
	Menghilangkan rasa cemas yang dialami	Saya merokok jika sedang stress (+)	14
		Jika saya memiliki banyak tugas sekolah saya merokok agar merasa lebih tenang (+)	15
Saya lebih memilih berdiam diri daripada merokok apabila sedang memiliki masalah (-)		16	



		Ketika menghadapi tugas sekolah yang sulit, saya akan menyelesaikan tanpa harus merokok (-)	17
	<b>Faktor kognitif</b>		
	Meningkatkan konsentrasi	Saya merokok untuk meningkatkan konsentrasi belajar (+)	18
	<b>Faktor lingkungan</b>		
	Teman sebaya	Saya tidak merokok meskipun kebanyakan teman saya adalah perokok (-)	19
		Saya merokok karena ingin bergabung dengan teman-teman (+)	20
		Saya merokok agar tidak dijauhi teman (+)	21
		Saya merokok karena saya takut diejek oleh teman (+)	22
		Saya tidak akan tergoda dengan ajakan teman saya untuk merokok (-)	23
	Orang tua dan saudara kandung	Orang tua saya mengizinkan saya untuk merokok (+)	24
		Walaupun orang tua saya merokok, saya tidak ingin meniru kebiasaan mereka (-)	25
		Saya tetap tidak akan merokok meskipun orang tua saya mengizinkan saya untuk merokok (-)	26
		Saya merokok karena melihat kakak/ saudara saya suka merokok (+)	27
		Saya tidak akan merokok walaupun saudara kandung saya seorang perokok (-)	28
	Iklan rokok	Saya merokok karena tertarik dengan rasa yang ditawarkan oleh suatu produk rokok (+)	29
		Saya tidak akan tergoda untuk merokok walaupun iklannya sangat menarik (-)	30
		Saya tidak merokok walaupun pada iklan tercantum kadar tar yang sedikit (-)	31
Tempat Merokok	<b>Tempat umum atau ruang publik</b>		
	Berkelompok dengan sesama perokok atau merokok di tengah orang banyak	Saya sangat menikmati rokok apabila merokok dengan teman-teman (+)	32
		Saya tidak merokok di tengah-tengah keramaian orang (-)	33
		Saya terus merokok dan tidak memperhatikan perasaan orang lain (+)	34
	<b>Merokok di tempat umum yang bersifat pribadi</b>		
	Kamar tidur	Saya merokok pada saat berada di kamar tidur (+)	35
Toilet	Saya merasa lebih nyaman merokok ketika	36	

		sedang di kamar mandi (+)	
Jenis rokok	Rasa rokok	Saya merokok jika rasa rokok sesuai dengan selera saya (+)	37
		Saya tidak berniat untuk merokok meskipun rasa/ aroma yang ditawarkan menggoda selera saya (-)	38
		Saya membeli rokok dengan rasa baru meskipun harganya mahal (+)	39
	Penggunaan filter	Saya lebih suka rokok yang berfilter daripada rokok non filter (+)	40
	Kadar nikotin	Saya tidak peduli dengan kadar nikotin yang tercantum dalam bungkus rokok (+)	41
		Saya melihat kadar nikotin yang terkandung dalam rokok yang saya konsumsi (+)	42
		Saya tidak merokok meskipun kadar nikotin yang terkandung sangat kecil (-)	43

Tabel 3.2  
Kisi-kisi Instrumen Kebiasaan Merokok Pada Remaja  
(Setelah Uji Coba)

Aspek	Indikator	Pernyataan	No. item
Tingkat kebiasaan merokok	Jumlah rokok yang dikonsumsi	Saya menghabiskan lebih dari 10 batang rokok setiap hari (+)	1
		Saya sulit menghabiskan 1 batang rokok (-)	2
		Saya menyiapkan rokok selanjutnya apabila rokok yang sedang dihisap akan segera habis (+)	3
	Frekuensi merokok	Saya tidak merokok meskipun sedang santai (-)	4
		Saya merokok pada pagi dan sore hari (+)	5
	Waktu merokok	Setiap bangun tidur saya langsung merokok (+)	6
		Saya merokok jika teman sedang merayakan ulang tahun (+)	7
Faktor penyebab merokok	<b>Faktor psikososial</b>		
	Rasa rendah diri	Saya merokok untuk meningkatkan rasa percaya diri (+)	8
	Rasa ingin tahu	Saya merokok karena saya ingin tahu bagaimana rasa rokok (+)	9
	Kondisi sosial ekonomi yang tinggi	Saya tidak merokok karena tidak mempunyai uang untuk membelinya (-)	10
		Saya merokok karena saya mampu membeli rokok (+)	11
	Masa transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah	Saya merokok karena saya sudah masuk usia remaja (+)	12
	<b>Faktor Psikiatrik</b>		

	Menghilangkan rasa cemas yang dialami	Saya merokok jika sedang stress (+)	13	
		Jika saya memiliki banyak tugas sekolah saya merokok agar merasa lebih tenang (+)	14	
		Ketika menghadapi tugas sekolah yang sulit, saya akan menyelesaikan tanpa harus merokok (-)	15	
	<b>Faktor kognitif</b>			
	Meningkatkan konsentrasi	Saya merokok untuk meningkatkan konsentrasi belajar (+)	16	
	<b>Faktor lingkungan</b>			
	Teman sebaya	Saya tidak merokok meskipun kebanyakan teman saya adalah perokok (-)	17	
		Saya merokok karena ingin bergabung dengan teman-teman (+)	18	
		Saya merokok agar tidak dijauhi teman (+)	19	
		Saya merokok karena saya takut diejek oleh teman (+)	20	
		Saya tidak akan tergoda dengan ajakan teman saya untuk merokok (-)	21	
		Orang tua dan saudara kandung	Orang tua saya mengizinkan saya untuk merokok (+)	22
	Walaupun orang tua saya merokok, saya tidak ingin meniru kebiasaan mereka (-)		23	
	Saya tetap tidak akan merokok meskipun orang tua saya mengizinkan saya untuk merokok (-)		24	
	Saya merokok karena melihat kakak/ saudara saya suka merokok (+)		25	
	Saya tidak akan merokok walaupun saudara kandung saya seorang perokok (-)		26	
	Iklan rokok		Saya merokok karena tertarik dengan rasa yang ditawarkan oleh suatu produk rokok (+)	27
		Saya tidak akan tergoda untuk merokok walaupun iklannya sangat menarik (-)	28	
		Saya tidak merokok walaupun pada iklan tercantum kadar tar yang sedikit (-)	29	
	Tempat Merokok	<b>Tempat umum atau ruang publik</b>		
		Berkelompok dengan sesama perokok atau merokok di tengah orang banyak	Saya sangat menikmati rokok apabila merokok dengan teman-teman (+)	30
			Saya tidak merokok di tengah-tengah keramaian orang (-)	31
			Saya terus merokok dan tidak mepedulikan perasaan orang lain (+)	32
	<b>Merokok di tempat umum yang bersifat pribadi</b>			

	Kamar tidur	Saya merokok pada saat berada di kamar tidur (+)	33
	Toilet	Saya merasa lebih nyaman merokok ketika sedang di kamar mandi (+)	34
Jenis rokok	Rasa rokok	Saya merokok jika rasa rokok sesuai dengan selera saya (+)	35
		Saya tidak berniat untuk merokok meskipun rasa/ aroma yang ditawarkan menggoda selera saya (-)	36
		Saya membeli rokok dengan rasa baru meskipun harganya mahal (+)	37
	Penggunaan filter	Saya lebih suka rokok yang berfilter daripada rokok non filter (+)	38
	Kadar nikotin	Saya tidak peduli dengan kadar nikotin yang tercantum dalam bungkus rokok (+)	39

Tabel 3.3  
Kisi – Kisi Instrumen Tingkat Asertif Remaja Terhadap Kebiasaan Merokok  
(Sebelum Uji Coba)

Aspek	Indikator	Pernyataan	No. item
Kemampuan untuk memahami ketakutan dan keyakinan yang irasional	Tidak menampilkan tingkah laku yang dapat menampilkan rasa cemas.	Ketika saya tidak merokok dalam satu hari, saya akan merasa cemas dan gelisah. (-)	1
		Saya berusaha menahan emosi ketika ada orang yang menyuruh saya berhenti merokok. (+)	2
		Saya akan marah apabila ada teman yang mengganggu ketika saya sedang asyik merokok. (-)	3
		Saya merasa tidak tenang kalau saya tidak merokok dalam satu hari. (-)	4
		Bagi saya, merokok bukan suatu kewajiban. (+)	5
	Tidak berbicara berbelit-belit.	Ketika keinginan yang kuat untuk merokok muncul, saya langsung mengutarakannya kepada teman. (+)	6
		Saya kebingungan menyampaikan keinginan untuk merokok kepada teman saya (-)	7
		Saya sangat antusias jika ada teman yang bertanya tentang dampak merokok. (+)	8
		Saya langsung menegur teman yang merokok terlalu berlebihan. (+)	9
		Saya merasa gugup ketika orang tua bertanya mengenai kebiasaan merokok yang saya lakukan. (-)	10
		Saya akan terus terang bahwa saya sedang sibuk bila ada teman yang mengajak merokok. (+)	11

		Saya mencari-cari alasan ketika ada teman yang mengajak saya merokok pada saat saya sedang belajar. (-)	12	
	Menerima kekurangan diri sendiri.	Saya merasa malu apabila saya tidak merokok. (-)	13	
		Saya menyadari jika saya merokok, maka saya akan sakit. (+)	14	
		Saya menyadari keterbatasan ekonomi saya untuk merokok. (+)	15	
		Saya akan memaksa untuk merokok meskipun saya tahu akan mudah sakit apabila terus merokok. (-)	16	
		Mampu menampilkan respon untuk melawan rasa takut.	Saya merasa takut ketika menolak ajakan teman untuk merokok. (-)	17
	Saya mampu bersikap tenang ketika menolak ajakan teman untuk merokok. (+)		18	
	Saya akan pergi menjauh ketika melihat teman yang selalu mengajak merokok (-)		19	
	Saya akan menghampiri teman saya yang sedang merokok meskipun takut apabila diajak merokok (+)		20	
Kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi	Menatap lawan bicara	Ketika ada orang yang berbicara tentang rokok, saya memperhatikannya dengan seksama. (+)	21	
		Saya selalu menatap lawan bicara ketika sedang membicarakan kebiasaan merokok. (+)	22	
		Saya kurang fokus ketika ada teman yang mengajak ngobrol ketika saya sedang asyik menghisap rokok. (-)	23	
		Saya akan lebih memperhatikan asap rokok daripada mendengarkan teman berbicara (-)	24	
		Menanyakan alasan setiap diminta untuk melakukan sesuatu.	Saya menanyakan alasan terlebih dahulu ketika ada teman yang mengajak merokok. (+)	25
	Berusaha mencapai tujuan dalam situasi tertentu.	Saya merasa penasaran jika ada rasa rokok yang baru (-)	26	
		Ketika ada ulangan saya mengurangi frekuensi merokok, supaya lebih konsentrasi belajar. (+)	27	
		Saya terus menambah jumlah rokok yang dikonsumsi meskipun tahu dampak negatifnya. (-)	28	
		Saya akan membeli rokok meskipun harga rokok itu relatif mahal. (-)	29	
	Menerima dan menghargai pujian orang lain.	Saya menghargai pujian teman yang mengatakan bahwa saya hebat dalam merokok. (+)	30	
		Saya merasa bangga ketika ada yang memuji	31	



		kebiasaan merokok saya. (+)	
		Saya tidak peduli dengan pujian orang lain tentang kebiasaan merokok saya (-)	32
Kemampuan mengungkapkan perasaan dan pikiran	Memberikan pujian untuk menghargai tingkah laku orang lain.	Saya cenderung bersikap cuek ketika mengetahui ada teman yang merokok. (-)	33
		Saya memberikan pujian kepada teman yang mampu menghabiskan 1 bungkus rokok dalam satu hari (+)	34
	Mengungkapkan perasaan kepada orang lain secara spontan dan tidak berlebihan.	Saya enggan memberikan pendapat yang berbeda dengan orang lain mengenai kelebihan dan kekurangan produk rokok. (-)	35
		Saya termasuk orang yang terbuka dan berterus terang dalam mengungkapkan keinginan saya untuk merokok. (+)	36
		Ketika saya tidak diperbolehkan merokok di suatu tempat, saya berusaha menahan emosi daripada membuat masalah. (+)	37
		Saya merasa bingung bagaimana cara menghindari ajakan teman yang mengajak merokok. (-)	38
	Berbicara mengenai diri sendiri	Saya suka membanggakan kebiasaan merokok saya (+)	39
		Saya merasa tidak percaya diri kalau ada teman yang dapat membeli rokok dengan harga mahal. (-)	40
		Saya cenderung malas membicarakan kebiasaan merokok. (-)	41
	Menyampaikan persetujuan dan ketidaksetujuan terhadap sesuatu	Ketika salah seorang teman mengajak saya untuk merokok pada jam sekolah, saya langsung setuju. (-)	42
		Saya mengisi waktu luang saya dengan merokok. (+)	43
	Menampilkan respon positif dan respon negatif terhadap orang lain	Saya akan berterima kasih kepada teman yang menutupi kebiasaan merokok saya dari orang tua. (+)	44
		Saya sangat antusias apabila ada teman yang bertanya tentang rokok. (+)	45
		Saya mengungkapkan kekesalan pada teman yang memaksa untuk merokok. (-)	46
Saya bersikap acuh ketika ada teman yang membicarakan tentang dampak merokok (-)		47	
Kemampuan untuk menyatakan keyakinan	Menolak permintaan dengan tegas	Saya sulit mengatakan “Tidak” terhadap permintaan orang lain yang mengajak saya merokok (-)	48
		Saya mengikuti keinginan teman yang mengajak	49

		untuk merokok. (-)	
		Saya merasa nyaman mengatakan “Tidak” ketika menolak permintaan teman untuk merokok. (+)	50
		Saya mampu mengendalikan keinginan yang timbul dari dalam diri untuk merokok. (+)	51
		Saya akan mengabaikan tugas dan kewajiban saya hanya untuk menghabiskan rokok. (-)	52
	Bertanggung jawab atas sikap dan perbuatan sendiri.	Saya akan menerima konsekuensi yang didapatkan dari kebiasaan merokok secara berlebihan. (+)	53
		Saya tidak peduli dengan kesehatan saya, yang penting saya merasa senang ketika sedang merokok (-)	54
		Karena takut kesehatan saya terganggu, maka saya akan mengurangi frekuensi merokok saya. (+)	55
		Saya sering dimarahi orangtua gara-gara terlalu sering merokok. (-)	56

Tabel 3.4  
Kisi – Kisi Instrumen Tingkat Asertif Remaja Terhadap Kebiasaan Merokok  
(Setelah Uji Coba)

Aspek	Indikator	Pernyataan	No. item
Kemampuan untuk memahami ketakutan dan keyakinan yang irasional	Tidak menampilkan tingkah laku yang dapat menampilkan rasa cemas.	Ketika saya tidak merokok dalam satu hari, saya akan merasa cemas dan gelisah. (-)	1
		Saya berusaha menahan emosi ketika ada orang yang menyuruh saya berhenti merokok. (+)	2
		Saya akan marah apabila ada teman yang mengganggu ketika saya sedang asyik merokok. (-)	3
		Saya merasa tidak tenang kalau saya tidak merokok dalam satu hari. (-)	4
		Bagi saya, merokok bukan suatu kewajiban. (+)	5
	Tidak berbicara berbelit-belit.	Ketika keinginan yang kuat untuk merokok muncul, saya langsung mengutarakannya kepada teman. (+)	6
		Saya sangat antusias jika ada teman yang bertanya tentang dampak merokok. (+)	7
		Saya langsung menegur teman yang merokok terlalu berlebihan. (+)	8
		Saya merasa gugup ketika orang tua bertanya mengenai kebiasaan merokok yang saya lakukan. (-)	9

		Saya akan terus terang bahwa saya sedang sibuk bila ada teman yang mengajak merokok. (+)	10
	Menerima kekurangan diri sendiri.	Saya merasa malu apabila saya tidak merokok (-)	11
		Saya menyadari jika saya merokok, maka saya akan sakit. (+)	12
		Saya menyadari keterbatasan ekonomi saya untuk merokok. (+)	13
		Saya akan memaksa untuk merokok meskipun saya tahu akan mudah sakit apabila terus merokok. (-)	14
	Mampu menampilkan respon untuk melawan rasa takut.	Saya merasa takut ketika menolak ajakan teman untuk merokok. (-)	15
		Saya mampu bersikap tenang ketika menolak ajakan teman untuk merokok. (+)	16
		Saya akan pergi menjauh ketika melihat teman yang selalu mengajak merokok (-)	17
		Saya akan menghampiri teman saya yang sedang merokok meskipun takut apabila diajak merokok (+)	18
Kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi	Menatap lawan bicara	Ketika ada orang yang berbicara tentang rokok, saya memperhatikannya dengan seksama. (+)	19
		Saya selalu menatap lawan bicara ketika sedang membicarakan kebiasaan merokok. (+)	20
		Saya akan lebih memperhatikan asap rokok daripada mendengarkan teman berbicara (-)	21
	Menanyakan alasan setiap diminta untuk melakukan sesuatu.	Saya menanyakan alasan terlebih dahulu ketika ada teman yang mengajak merokok. (+)	22
	Berusaha mencapai tujuan dalam situasi tertentu.	Saya merasa penasaran jika ada rasa rokok yang baru (-)	23
		Ketika ada ulangan saya mengurangi frekuensi merokok, supaya lebih konsentrasi belajar. (+)	24
		Saya terus menambah jumlah rokok yang dikonsumsi meskipun tahu dampak negatifnya (-)	25
	Menerima dan menghargai pujian orang lain.	Saya menghargai pujian teman yang mengatakan bahwa saya hebat dalam merokok. (+)	26
		Saya merasa bangga ketika ada yang memuji kebiasaan merokok saya. (+)	27
		Saya tidak peduli dengan pujian orang lain tentang kebiasaan merokok saya (-)	28
Kemampuan mengungkapkan perasaan dan pikiran	Memberikan pujian untuk menghargai tingkah laku orang lain.	Saya cenderung bersikap cuek ketika mengetahui ada teman yang merokok. (-)	29
		Saya memberikan pujian kepada teman yang mampu menghabiskan 1 bungkus rokok dalam satu hari (+)	30

	Mengungkapkan perasaan kepada orang lain secara spontan dan tidak berlebihan.	Saya enggan memberikan pendapat yang berbeda dengan orang lain mengenai kelebihan dan kekurangan produk rokok. (-)	31
		Saya termasuk orang yang terbuka dan berterus terang dalam mengungkapkan keinginan saya untuk merokok. (+)	32
		Ketika saya tidak diperbolehkan merokok di suatu tempat, saya berusaha menahan emosi daripada membuat masalah. (+)	33
		Saya merasa bingung bagaimana cara menghindari ajakan teman yang mengajak merokok. (-)	34
	Berbicara mengenai diri sendiri	Saya suka membanggakan kebiasaan merokok saya (+)	35
		Saya merasa tidak percaya diri kalau ada teman yang dapat membeli rokok dengan harga mahal. (-)	36
		Saya cenderung malas membicarakan kebiasaan merokok. (-)	37
	Menyampaikan persetujuan dan ketidaksetujuan terhadap sesuatu	Saya mengisi waktu luang saya dengan merokok. (+)	38
	Menampilkan respon positif dan respon negatif terhadap orang lain	Saya akan berterima kasih kepada teman yang menutupi kebiasaan merokok saya dari orang tua. (+)	39
		Saya mengungkapkan kekesalan pada teman yang memaksa untuk merokok. (-)	40
Kemampuan untuk menyatakan keyakinan	Menolak permintaan dengan tegas	Saya sulit mengatakan “Tidak” terhadap permintaan orang lain yang mengajak saya merokok (-)	41
		Saya mengikuti keinginan teman yang mengajak untuk merokok. (-)	42
		Saya merasa nyaman mengatakan “Tidak” ketika menolak permintaan teman untuk merokok. (+)	43
		Saya mampu mengendalikan keinginan yang timbul dari dalam diri untuk merokok. (+)	44
		Saya akan mengabaikan tugas dan kewajiban saya hanya untuk menghabiskan rokok. (-)	45
	Bertanggung jawab atas sikap dan perbuatan sendiri.	Saya akan menerima konsekuensi yang didapatkan dari kebiasaan merokok secara berlebihan. (+)	46
Saya tidak peduli dengan kesehatan saya, yang penting saya merasa senang ketika sedang merokok (-)		47	

		Saya sering dimarahi orangtua gara-gara terlalu sering merokok. (-)	48
--	--	---	----

## E. Uji Coba Alat Ukur

Kuesioner sebagai alat pengumpul data yang dipergunakan telah melalui beberapa tahap pengujian, sebagai berikut.

### 1. Uji Kelayakan Instrumen

Uji kelayakan instrumen bertujuan untuk mengetahui tingkat kelayakan instrument dari segi bahasa, konstruk, dan konten. Penimbangan dilakukan oleh tiga dosen ahli/dosen dari jurusan Psikologi Bimbingan dan Konseling yaitu Bpk. Ilfiandra, M. Pd., Ibu Ipah Saripah, M. Pd., dan Bpk. Nandang Budiman, S. Pd., M. Si.

Penilaian oleh 3 dosen ahli dilakukan dengan memberikan penilaian pada setiap item dengan kualifikasi Memadai (M) dan Tidak Memadai (TM).

Item yang diberi nilai M menyatakan bahwa item tersebut bisa digunakan, dan item yang diberi nilai TM menyatakan dua kemungkinan yaitu item tersebut tidak bisa digunakan atau diperlukannya revisi pada item tersebut.

### 2. Uji Keterbacaan

Uji keterbacaan dilakukan kepada subjek usia remaja yaitu kepada lima orang siswa SMP untuk mengukur sejauh mana keterbacaan instrumen dengan tujuan untuk mengetahui kata-kata yang kurang dipahami, sehingga kalimat dalam pernyataan dapat disederhanakan tanpa mengubah maksud dari pernyataan tersebut.

Setelah uji keterbacaan maka untuk pernyataan-pernyataan yang tidak dipahami kemudian direvisi sesuai dengan kebutuhan sehingga dapat dimengerti oleh usia remaja dan kemudian dilakukan uji validitas dan reliabilitasnya.

### 3. Uji Validitas dan Reliabilitas

#### a. Uji Validitas Butir Item

Pengujian validitas butir item yang dilakukan dalam penelitian adalah seluruh item yang terdapat dalam angket yang mengungkap kebiasaan merokok pada remaja dan perilaku asertif remaja terhadap kebiasaan



merokok. Pengolahan data dalam penelitian dilakukan dengan bantuan program SPSS 14.0 *for windows*. Kegiatan uji validitas butir item dilakukan untuk mengetahui apakah instrument yang digunakan dalam penelitian ini dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur (Sugiyono, 2004: 267).

Semakin tinggi nilai validitas soal menunjukkan semakin valid instrumen tersebut digunakan di lapangan.

Untuk melihat signifikasinya digunakan rumus t sebagai berikut.

$$t = r \sqrt{\frac{n - 2}{1 - r^2}}$$

dimana :

t = harga  $t_{hitung}$  untuk tingkat signifikansi

r = koefisien korelasi

n = banyaknya subjek

#### b. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas instrumen ditunjukkan sebagai derajat keajegan (konsistensi) skor yang diperoleh oleh subjek penelitian dengan instrumen yang sama dalam kondisi yang berbeda. Derajat konsistensi diperoleh sebagai proporsi varians skor perolehan subjek. Dalam hal ini, skor perolehan terdiri dari skor skor murni dan skor kekeliruan galat pengukuran. Oleh karena itu, reliabilitas instrumen secara operasional dinyatakan sebagai koefisien korelasi ( $r$ ) (Suryabrata, 1999:41).

Untuk mengetahui tingkat reliabilitas instrumen diolah dengan metode statistika memanfaatkan program komputer Microsoft Excel 2003 dan SPSS 14.0 *for windows*.

Guilford (1954, dalam Furqon, 1999) mengatakan harga reliabilitas berkisar antara -1 sampai dengan +1, harga reliabilitas yang diperoleh berada di antara rentangan tersebut. Dimana makin tinggi harga reliabilitas instrumen maka semakin kecil kesalahan yang terjadi, dan makin kecil harga reliabilitas maka semakin tinggi kesalahan yang terjadi.

Fraenkel&Wallen (1993, dalam Nurjanni, 2006) mempunyai patokan bahwa sedikitnya 0,70 sebagai harga minimal bagi reliabilitas instrumen pengumpul data yang dikumpulkan.

Pada studi uji coba instrumen diperoleh harga reliabilitas sebesar 0,850 untuk alat ukur kebiasaan merokok dan 0,894 untuk alat ukur tingkat asertif remaja terhadap kebiasaan merokok dengan tingkat kepercayaan 95%, artinya tingkat korelasi atau derajat keterandalan sangat tinggi, yang menunjukkan bahwa instrument yang dibuat tidak perlu direvisi.

Keterangan :

0,00 – 0,199	derajat keterandalan sangat rendah
0,20 – 0,399	derajat keterandalan rendah
0,40 – 0,599	derajat keterandalan cukup
0,60 – 0,799	derajat keterandalan tinggi
0,80 – 1,00	derajat keterandalan sangat tinggi

#### 4. Revisi Akhir dan Pengemasan Instrumen Bentuk Final

Item-item instrumen yang memenuhi kualifikasi dihimpun dan diperbaiki sesuai kebutuhan. Sehingga dihasilkan seperangkat instrumen yang siap untuk digunakan dalam pengumpulan data terhadap subjek penelitian.

## F. Sampel Penelitian

Sampel pada penelitian yaitu siswa yang memiliki kebiasaan merokok, dengan karakteristik sebagai berikut.

1. Berada pada rentang usia 13-15 tahun. Pemilihan sampel disesuaikan dengan karakteristik remaja awal yang memiliki rasa keingintahuan dan ingin mencoba suatu hal baru.
2. Memiliki kebiasaan merokok yang mampu menghabiskan satu bungkus dalam sehari.
3. Menghabiskan rokok minimal satu batang setiap hari.
4. Siswa SMPN 2 Margahayu Kabupaten Bandung.

Pemilihan sampel penelitian didasarkan atas asumsi sebagai berikut.

1. Dalam perkembangannya, siswa SMP tergolong pada usia remaja awal yang dianggap sangat berarti, sehingga kebanyakan siswa menghabiskan waktunya untuk bermain di luar rumah.
2. Masa SMP sedang gencar-gencarnya untuk memperoleh kesenangan untuk dirinya sendiri, sehingga mengabaikan kewajibannya untuk belajar dan seringkali tidak bisa membagi waktunya.

## **G. Persiapan Pengumpulan Data Penelitian**

### **1. Penyusunan Proposal**

Sebelum melakukan penelitian, peneliti menyusun proposal penelitian. Proses penyusunan proposal dimulai dari pengajuan tema bahasan penelitian kepada dewan skripsi. Setelah tema disetujui oleh dewan skripsi, selanjutnya proposal tersebut diseminarkan untuk mendapatkan berbagai masukan dari dewan skripsi dan dari teman-teman mahasiswa lainnya sebagai peserta seminar. Setelah tema tersebut disetujui oleh Dewan Skripsi, peneliti merumuskan judul penelitian dalam bentuk proposal. Berdasarkan masukan-masukan yang diperoleh ketika seminar, proposal kemudian direvisi dan hasil revisi diajukan kembali untuk memperoleh pengesahan dan pengangkatan dosen pembimbing skripsi.

### **2. Perizinan Penelitian**

Perizinan penelitian dilakukan sebagai persiapan selanjutnya untuk mengumpulkan data. Proses perizinan penelitian dimaksudkan untuk memperlancar pelaksanaan pengumpulan data. Perizinan penelitian diperoleh dari Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, BAAK UPI, Kantor Kesatuan Bangsa, Politik, dan Perlindungan Masyarakat, Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Bandung, dan SMP Negeri 2 Margahayu Kabupaten Bandung.

### **3. Penyusunan dan Pengembangan Alat Pengumpul Data**

Penyusunan alat pengumpul data dimulai dengan membuat kisi-kisi instrumen berdasarkan aspek yang diukur, yaitu tingkat kebiasaan merokok dan tingkat asertif terhadap kebiasaan merokok. Butir-butir pernyataan dibuat berdasarkan indikator yang tampak pada subjek yang memiliki kebiasaan

merokok. Kemudian kisi-kisi instrumen dinilai kelayakannya oleh dosen yang berkompeten di bidangnya. Setelah melalui uji kelayakan instrumen, kisi-kisi instrumen disempurnakan dan disusun menjadi instrumen yang siap digunakan sebagai alat pengumpulan data.

## **H. Pelaksanaan Pengumpulan Data**

Langkah-langkah yang dilakukan dalam melaksanakan pengumpulan data, sebagai berikut.

### **1. Observasi awal**

Tanggal 3 Juli 2008 melakukan wawancara kepada bidang kurikulum SMP Negeri 2 Margahayu mengenai fenomena kebiasaan merokok pada remaja.

### **2. Penyebaran inventori**

- a) Mengecek alat pengumpul data, mengecek kelengkapan pedoman, dan lembar alasan.
- b) Mengecek siswa yang menjadi sampel dalam penelitian dan menjelaskan maksud kedatangan peneliti.
- c) Menjelaskan secara singkat mengenai kebiasaan merokok (tingkat kebiasaan merokok, faktor penyebab merokok, tempat merokok dan jenis rokok).
- d) Menjelaskan petunjuk pengerjaan inventori kepada siswa, kemudian siswa mengisi inventori.
- e) Mengumpulkan inventori setelah siswa selesai mengerjakan.
- f) Mengecek ulang dan memeriksa kelengkapan identitas dan jawaban pada setiap lembar jawaban.

## **I. Prosedur Pengolahan Data**

### **1. Penetapan Penyekoran Instrumen**

#### **a. Alat Ukur Kebiasaan Merokok**

Pernyataan-pernyataan pada alat ukur kebiasaan merokok ini terdiri dari pernyataan positif dan pernyataan negatif. Masing-masing pernyataan

menyediakan empat alternatif jawaban, yaitu: Sangat Sering (SS), Sering (SR), Jarang (J), Tidak Pernah (TP). Skor setiap pernyataan berkisar antara 1 sampai dengan 4, sesuai dengan jawaban yang diberikan oleh subjek, yaitu sebagai berikut.

Skor Jawaban	Nilai untuk Skor Positif	Nilai untuk Skor Negatif
Selalu (SL)	4	1
Sering (SR)	3	2
Jarang (JR)	2	3
Tidak Pernah (TP)	1	4

Perhitungan skor kebiasaan merokok adalah dengan menjumlahkan seluruh skor dari tiap-tiap pernyataan sehingga didapatkan skor total tingkat kebiasaan merokok. Untuk membagi responden kedalam dua tingkat digunakan kategorisasi total skor tingkat kebiasaan merokok, yaitu perokok berat dan perokok rendah. Untuk mengetahui dua tingkat dalam penelitian ini dilakukan pembuatan kategori dengan langkah-langkah, sebagai berikut.

- 1) Menghitung skor total masing-masing responden.
- 2) Menentukan nilai tertinggi dan terendah.
- 3) Menentukan selisih dari nilai tertinggi dan terendah.
- 4) Selisih yang didapat kemudian dibagi dua.
- 5) Hasil selisih yang didapat adalah besar rentang dari kedua kategori.
- 6) Membuat norma kriteria berdasarkan rentang tersebut untuk menentukan tinggi atau rendahnya skor yang diperoleh subjek.
- 7) Menentukan tingkat kebiasaan merokok.

Menentukan nilai tertinggi dan nilai terendah

Nilai tertinggi : Skor maksimal x Jumlah pernyataan =  $4 \times 39 = 156$

Nilai terendah : Skor minimal x Jumlah pernyataan =  $1 \times 39 = 39$

Menentukan selisih dari nilai tertinggi dan terendah

$$156 - 39 = 117$$

Menentukan besar rentang

$$117 / 2 = 58.5 \rightarrow 59$$



Menentukan rentang norma kriteria tingkat kebiasaan merokok

Kategori	Derajat	Interpretasi
39 – 97	Perokok Ringan	Merasa mampu mengontrol kompulsi dalam dirinya untuk merokok dan memperdulikan konsekuensi-konsekuensi negatif yang ada padanya.
98 – 156	Perokok Berat	Merasakan kompulsi yang tidak terkontrol dalam dirinya untuk mengulangi merokok dan tidak memperdulikan konsekuensi-konsekuensi negatif yang ada padanya

b. Alat Ukur Tingkat Asertif terhadap Kebiasaan Merokok

Pernyataan-pernyataan pada alat ukur tingkat asertif pada kebiasaan merokok ini terdiri dari pernyataan positif dan pernyataan negatif. Masing-masing pernyataan menyediakan menyediakan empat alternatif jawaban, yaitu: Sangat Sering (SS), Sering (SR), Jarang (J), Tidak Pernah (TP). Skor setiap pernyataan berkisar antara 1 sampai dengan 4, sesuai dengan jawaban yang diberikan oleh subjek, yaitu sebagai berikut.

Skor Jawaban	Nilai untuk Skor Positif	Nilai untuk Skor Negatif
Selalu (SL)	4	1
Sering (SR)	3	2
Jarang (JR)	2	3
Tidak Pernah (TP)	1	4

Perhitungan skor tingkat asertif adalah dengan menjumlahkan seluruh skor dari tiap-tiap pernyataan sehingga didapatkan skor total tingkat asertif. Untuk membagi responden ke dalam dua tingkat asertif digunakan kategorisasi total skor tingkat asertif, yaitu asertif optimal dan asertif tidak/kurang optimal. Tingkat asertif subjek diwakili oleh dimensi-dimensi, yaitu dari kemampuan mengungkapkan perasaan, kemampuan untuk menyatakan keyakinan dan pemikiran secara terbuka, dan kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi. Untuk mengetahui dua tingkat asertif subjek dalam penelitian ini dilakukan pembuatan kategori dengan langkah-langkah, sebagai berikut.

- 1) Menghitung skor total masing-masing responden.
- 2) Menentukan nilai tertinggi dan terendah.

- 3) Menentukan selisih dari nilai tertinggi dan terendah.
- 4) Selisih yang didapat kemudian dibagi dua.
- 5) Hasil selisih yang didapat adalah besar rentang dari kedua kategori.
- 6) Membuat norma kriteria berdasarkan rentang tersebut untuk menentukan tinggi atau rendahnya skor yang diperoleh subjek.
- 7) Menentukan tingkat asertif.

Menentukan nilai tertinggi dan nilai terendah

Nilai tertinggi : Skor maksimal x Jumlah pernyataan =  $4 \times 48 = 192$

Nilai terendah : Skor minimal x Jumlah pernyataan =  $1 \times 48 = 48$

Menentukan selisih dari nilai tertinggi dan terendah

$$192 - 48 = 144$$

Menentukan besar rentang

$$144 / 2 = 72$$

Menentukan rentang norma kriteria tingkat asertif

Kategori	Derajat	Interpretasi
48 - 119	Tidak Asertif	Merasa tidak mampu untuk bersikap tegas atau menolak terhadap ajakan untuk merokok, baik yang datang dari dalam diri subjek maupun dari luar diri subjek.
120 - 192	Asertif	Merasa mampu untuk bersikap tegas atau menolak terhadap ajakan untuk merokok, baik yang datang dari dalam diri subjek maupun dari luar diri subjek.

Berdasarkan pengolahan skor dari tingkat kebiasaan merokok dan perilaku asertif, maka yang akan memperoleh intervensi adalah remaja yang memiliki skor perokok berat (98-156) dan memiliki skor perilaku asertif rendah (48-119), dari 40 jumlah populasi yang diseleksi, terjaring 23 sampel yang berada pada kategori perokok berat. Kemudian dari 23 sampel yang memiliki tingkat kebiasaan merokok tinggi, terjaring 20 sampel berada pada kategori perilaku asertif rendah. Maka, yang akan memperoleh bantuan adalah siswa yang memperoleh skor adiksi tinggi dan skor perilaku asertif rendah, yaitu sebanyak 20 orang siswa.

## 2. Verifikasi Data

Verifikasi data memiliki tujuan untuk menyeleksi data yang dianggap layak untuk diolah. Tahapan verifikasi data yang dilakukan adalah sebagai berikut.

- a. Melakukan pengecekan jumlah inventori yang telah terkumpul.
- b. Memberikan nomor urut pada setiap inventori untuk menghindari kesalahan pada saat melakukan rekapitulasi data.
- c. Melakukan tabulasi data yaitu perekapan data yang diperoleh dari siswa dengan melakukan penyekoran sesuai dengan tahapan penyekoran yang telah ditetapkan. Setelah dilakukan tabulasi data maka dilanjutkan melakukan perhitungan statistik sesuai dengan analisis yang dibutuhkan.

## 3. Analisis Data

Penelitian pra eksperimen dengan model *pretest-posttest design* melakukan pengukuran sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah perlakuan.

$O_1 \times O_2$

Data yang terkumpul berupa nilai tes pertama dan nilai tes kedua. Tujuan peneliti adalah membandingkan dua nilai dengan mengajukan pertanyaan apakah ada perbedaan antara kedua nilai yang didapatkan secara signifikan. Pengujian perbedaan nilai hanya dilakukan terhadap rerata kedua nilai saja, dan untuk mendapatkan perbedaan nilai digunakan teknik yang disebut uji-t (t-tes).

Langkah-langkah analisis data pra eksperimen dengan model *pretest-posttest design*, sebagai berikut.

- a) Mencari rerata nilai tes awal ( $O_1$ ).
- b) Mencari rerata nilai tes akhir ( $O_2$ ).
- c) Menghitung perbedaan rerata dengan uji-t, dengan rumus:

$$t = \frac{D}{\sqrt{\frac{\sum D^2 - \frac{(\sum D)^2}{N}}{N(N-1)}}$$

Keterangan:

- T = harga t untuk sampel berkorelasi
- D = (*difference*), perbedaan antara skor tes awal dengan skor tes akhir untuk setiap individu
- D = rerata dari nilai perbedaan (rerata dari D)
- D<sup>2</sup> = kuadrat dari D
- N = banyaknya subjek penelitian

Subjek penelitian pada desain *pretest-posttest* merupakan sampel yang oleh Donald Ary (Suharsimi Arikunto, 2003: 509) disebut sebagai *non-independet sample*, disebut demikian karena yang diuji perbedaannya adalah rerata dari dua nilai yang dimiliki oleh subjek yang sama.

