

**PERBANDINGAN PERILAKU MEROKOK TERHADAP KEBUGARAN
SISWA YANG MENGIKUTI DAN TIDAK MENGIKUTI
EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA**

(Studi Komparasi Pada Siswa Laki-Laki di SMA Negeri 4 Bogor)

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sains
Program Studi Ilmu Keolahragaan



Disusun Oleh:
Salman Al-Farizi
1500609

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2019

LEMBAR PENGESAHAN

SALMAN AL-FARIZI

**PERBANDINGAN PERILAKU MEROKOK TERHADAP KEBUGARAN
SISWA YANG MENGIKUTI DAN TIDAK MENGIKUTI
EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA**

Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing 1,



Prof. Dr. Herman Subarjah, M.Si.

NIP. 19600918 198603 1 003

Pembimbing 2,



Dr. dr. Imas Damayanti, M.Kes.

NIP. 19800721 200604 2 001

Mengetahui,

Ketua Prodi Ilmu Keolahragaan

FPOK UPI



Mustika Fitri, M.Pd., Ph.D.

NIP. 19681220 199802 2 001

HAK CIPTA

**PERBANDINGAN PERILAKU MEROKOK TERHADAP KEBUGARAN
SISWA YANG MENGIKUTI DAN TIDAK MENGIKUTI
EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA**

Oleh
SALMAN AL-FARIZI

Skripsi ini Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Sains pada Program Studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan
Olahraga dan Kesehatan

© Salman Al-Farizi. 2019
Universitas Pendidikan Indonesia
Mei 2019

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak, mengutip sebagian atau seluruh isi skripsi ini dalam
bentuk apapun dan dengan cara apapun, tanpa seizin penulis

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Perbandingan Perilaku Merokok Terhadap Kebugaran Siswa Yang Mengikuti Dan Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar hasil karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Mei 2019

Yang membuat pernyataan



Salman Al-Farizi

NIM.1500609

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum. Wr. Wb

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga dengan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“PERBANDINGAN PERILAKU MEROKOK TERHADAP KEBUGARAN SISWA YANG MENGIKUTI DAN TIDAK MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA”**.

Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan alam Rosulullah Muhammad SAW, kepada para sahabatnya serta kepada para pengikutnya hingga akhir jaman. Skripsi ini diajukan guna melengkapi syarat dalam memperoleh gelar sarjana Sains Jenjang Strata Satu Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Indonesia.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak tantangan yang penulis temui, namun berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak yang terkait, proses penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang memberikan kontribusi baik material, moral dan spiritual. Semoga amal dan jasa mereka menjadi pahala dan diterima oleh Allah SWT. Aamiin Ya Rabbal ‘Alamin. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi diri penulis dan umumnya bagi para pembaca.

Wassalamu ‘alaikum, Wr. Wb.

Bandung, Mei 2019

Penulis



Salman Al-Farizi

UCAPAN TERIMA KASIH

Tidak ada yang dapat saya persembahkan dan berikan sebagai balasan atas apa yang telah kalian berikan mungkin hanya ucapan terimakasih yang sebanyak-banyaknya kepada para pihak yang telah membantu menyelesaikan penulisan skripsi ini. Maka dari itu di halaman ini saya ingin mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu, membimbing dan mendukung penulisan karya tulis ini.

Diantaranya:

1. Prof. Dr. H. Asep Kadarohman, M.Si., selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Prof. Dr. H. Adang Suherman, MA., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan UPI.
3. Mustika Fitri, M.Pd., Ph.D. Selaku Kaprodi IKOR yang banyak membantu saya selama kuliah.
4. Dr. Surdiniaty Ugelta, M.Kes., AIFO. Selaku Dosen Pembimbing Akademik yang memberikan masukan mengenai masalah akademik.
5. Prof. Dr. Herman Subarjah, M.Si. Selaku Dosen pembimbing Skripsi 1. Tanpa bantuan beliau saya tidak akan bisa melakukan dan menyelesaikan karya tulis ini.
6. Dr. dr. Imas Damayanti, M.Kes. Selaku Dosen pembimbing Skripsi 2. Tanpa bantuan beliau saya tidak akan bisa melakukan dan menyelesaikan karya tulis ini.
7. Seluruh Staf Dosen Prodi Ilmu Keolahragaan yang telah membekali ilmu pengetahuan yang sangat berguna selama perkuliahan.
8. Kedua orangtua dan kakak-kakak yang selalu memberikan dukungan secara moril maupun materil selama perkuliahan.
9. Keluarga Besar Ilmu Keolahragaan, Khususnya angkatan 2015.
10. Brothers Kontrakan Cipaku, Diding Bersaudara, Uwa Haridin, Fahmi Boy, Gemby Domba, Dicky Black, Luqman, Alfi Manhe dan Wafii Alaudin.
11. Keluarga kecil Warung Antelope, Khususnya Bopak dan Bimo yang membantu dalam penelitian ini.

Akhir kata peneliti mengucapkan mohon maaf kepada semua pihak yang tidak tercantum diatas. Semoga kebaikan semuanya dibalas oleh Allah SWT. Penulis berharap semoga hasil penelitian ini bisa bermanfaat bagi kemajuan pribadi penulis dan bagi kemajuan dunia pendidikan bangsa dan negara Indonesia.

**PERBANDINGAN PERILAKU MEROKOK TERHADAP KEBUGARAN
SISWA YANG MENGIKUTI DAN TIDAK MENGIKUTI
EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA**

(Studi Komparasi Pada Siswa Laki-Laki di SMA Negeri 4 Bogor)

SALMAN AL-FARIZI

1500609

Ilmu Keolahragaan

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mengenai perbandingan perilaku merokok terhadap tingkat kebugaran jasmani pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode kausal komparatif dengan desain *the basic causal comparative*. Populasi penelitian adalah siswa laki-laki SMA Negeri 4 Bogor dengan jumlah sampel 60 orang. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner skala perilaku merokok *Glover-Nilsson Smoking Behavioral Questionnaire (GN-SBQ)* dan Tes Aerobik Lari Multi Tahap (*Bleep Test*). Hasil perhitungan statistik menunjukkan tidak terdapat perbedaan perilaku merokok siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga (Sig. 0,961 > 0.05), terdapat perbedaan kebugaran jasmani siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga (Sig. 0,000 < 0.05), tidak terdapat perbedaan kebugaran jasmani siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga berdasarkan perilaku merokok (Sig. 0,162 > 0.05), serta terdapat perbedaan kebugaran jasmani siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga berdasarkan perilaku merokok (Sig. 0,046 < 0.05).

Kata Kunci: Ekstrakurikuler Olahraga, Kebugaran Jasmani, Perilaku Merokok

**COMPARISON BETWEEN SMOKING BEHAVIOR ON PHYSICAL
FITNESS OF STUDENTS WHO TAKE AND DO NOT TAKE PART IN
SPORTS EXTRACURRICULARS**

(Comparative Study of Male Students in 4 Senior High School Bogor)

SALMAN AL-FARIZI

1500609

Sports Science

Faculty of Sports and Health Education

Indonesian education university

ABSTRACT

This study aims to find out about the comparison between smoking behavior on physical fitness of students who take and do not take part in sports extracurriculars. This research is a quantitative research with causal comparative method with the design of the basic causal comparative. The study population was male students of SMA 4 Bogor with a sample of 60 respondent. The research instrument used a questionnaire adopted from *Glover-Nilsson Smoking Behavioral Questionnaire (GN-SBQ)* and physical fitness tests performed with *The Multi-Stage Aerobic Running Test (Bleep Test)*. The results of statistical calculations showed that there was no difference in smoking behavior of students who take and did not take sports extracurriculars (Sig. 0.961 > 0.05), there was a difference in physical fitness of students who take and did not take sports extracurriculars (Sig. 0.000 < 0.05), there was no difference in physical fitness of students who take part in sports extracurriculars based on smoking behavior (Sig. 0,162 > 0.05), and there was a difference in physical fitness of students who did not take part in sports extracurriculars based on smoking behavior (Sig. 0,046 < 0.05).

Keywords: Extracurricular Sports, Physical Fitness, Smoking Behavior

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi

BAB I

PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	4
1.3. Tujuan Penelitian	4
1.4. Manfaat Penelitian	4
1.4.1. Manfaat Teoritis	4
1.4.2. Manfaat Praktis	5
1.5. Struktur Organisasi Skripsi	5

BAB II

KAJIAN PUSTAKA	7
2.1. Landasan Teori	7
2.1.1. Rokok	7
2.1.2. Perilaku Merokok	8
2.1.3. Tipe Perilaku Merokok	10
2.1.4. Aspek-Aspek Perilaku Merokok	11
2.1.5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok	12
2.1.6. Dampak Perilaku Merokok	14
2.1.7. Olahraga dan Manfaat Olahraga	16
2.1.8. Kebugaran Jasmani	18
2.1.9. Remaja	19
2.2. Kerangka Berpikir	21
2.3. Penelitian Terdahulu yang Relevan	22
2.4. Hipotesis	24

BAB III

METODE PENELITIAN	25
3.1. Desain Penelitian	25
3.2. Partisipan Penelitian	26
3.3. Populasi dan Sampel	27
3.3.1. Populasi	27
3.3.2. Sampel	27
3.4. Instrumen Penelitian	28
3.4.1. Alat Ukur Perilaku Merokok	28
3.4.2. Alat Ukur Kebugaran Jasmani	29
3.5. Prosedur Penelitian	31

3.6. Definisi Oprasional.....	31
3.7. Analisis Data.....	32
3.7.1. Uji Analisis Deskriptif.....	32
3.7.2. Uji Normalitas.....	33
3.7.3. Uji Homogenitas.....	33
3.7.4. Uji Hipotesis.....	33

BAB IV

TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....	35
4.1. Temuan Penelitian.....	35
4.1.1. Perbandingan Perilaku Merokok Siswa Mengikuti dan Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga.....	36
4.1.2. Perbandingan Kebugaran Jasmani Siswa Yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga.....	39
4.1.3. Perbandingan Kebugaran Jasmani Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Berdasarkan Perilaku Merokok.....	43
4.1.4. Perbandingan Kebugaran Jasmani Siswa Yang Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Berdasarkan Perilaku Merokok.....	46
4.2. Pembahasan Penelitian.....	49
4.2.1. Perbandingan Perilaku Merokok Siswa Yang Mengikuti Dan Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga.....	49
4.2.2. Perbandingan Kebugaran Jasmani Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga dan Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga.....	51
4.2.3. Perbandingan Kebugaran Jasmani Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Berdasarkan Perilaku Merokok.....	52
4.2.4. Perbandingan Kebugaran Jasmani Siswa Yang Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Berdasarkan Perilaku Merokok.....	52

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....	54
5.1. Simpulan.....	54
5.2. Implikasi.....	54
5.3. Rekomendasi.....	54

DAFTAR RUJUKAN.....	56
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1. Formulir Balikan Bleep Test.....	30
Tabel 4. 1. Karakteristik umum responden.....	35
Tabel 4. 2. Gambaran perilaku merokok pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga.....	36

Tabel 4. 3. Gambaran perilaku merokok pada siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga.....	37
Tabel 4. 4. Uji normalitas perilaku merokok	38
Tabel 4. 5. Uji homogenitas perilaku merokok.....	38
Tabel 4. 6. Perbandingan perilaku merokok pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga	39
Tabel 4. 7. Perbandingan perilaku merokok pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga	39
Tabel 4. 8. Gambaran kebugaran jasmani siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga	40
Tabel 4. 9. Gambaran kebugaran jasmani siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga.....	41
Tabel 4. 10.Uji normalitas kebugaran	42
Tabel 4. 11.Uji homogenitas kebugaran	42
Tabel 4. 12.Perbandingan kebugaran pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga	42
Tabel 4. 13.Perbandingan kebugaran pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga	43
Tabel 4. 14.Gambaran kebugaran jasmani siswa yang merokok dan mengikuti ekstrakurikuler olahraga.....	43
Tabel 4. 15.Uji normalitas kebugaran berdasarkan perilaku merokok	44
Tabel 4. 16.Uji homogenitas kebugaran berdasarkan perilaku merokok.....	45
Tabel 4. 17.Perbandingan kebugaran pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga berdasarkan perilaku merokok	45
Tabel 4. 18.Perbandingan kebugaran pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga berdasarkan perilaku merokok	45
Tabel 4. 19.Gambaran kebugaran jasmani siswa yang merokok dan tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga.....	46
Tabel 4. 20.Uji normalitas kebugaran berdasarkan perilaku merokok	47
Tabel 4. 21.Uji homogenitas kebugaran berdasarkan perilaku merokok.....	47
Tabel 4. 22.Perbandingan kebugaran pada siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga berdasarkan perilaku merokok	48
Tabel 4. 23.Perbandingan kebugaran pada siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga berdasarkan perilaku merokok	48
Tabel 4. 24.Uji Post Hoc	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1.Kandungan Rokok.....	7
Gambar 2. 2.Merokok	9

Gambar 2. 3. Contoh Olahraga Permainan	16
Gambar 3. 1. <i>The Basic Causal Comparative Design</i>	26
Gambar 4. 1. Gambaran perilaku merokok pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga	37
Gambar 4. 2. Gambaran perilaku merokok pada siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga	37
Gambar 4. 3. Gambaran kebugaran jasmani siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga.....	40
Gambar 4. 4. Gambaran kebugaran jasmani siswa yang tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga	41
Gambar 4. 5. Gambaran kebugaran jasmani siswa yang merokok dan mengikuti ekstrakurikuler olahraga	44
Gambar 4. 6. Gambaran kebugaran jasmani siswa yang merokok dan tidak mengikuti ekstrakurikuler olahraga	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data mentah perilaku merokok dan ekstrakurikuler olahraga.....	60
Lampiran 2. Data mentah kebugaran jasmani.....	62
Lampiran 3. Pengolahan data SPSS	64
Lampiran 4. Surat permohonan menjadi responden	69
Lampiran 5. Kuesioner perilaku merokok	70
Lampiran 6. Formulir perhitungan <i>Bleep Test</i>	72
Lampiran 7. Surat SK Pembimbing Skripsi.....	76
Lampiran 8. Kartu Bimbingan Skripsi	79
Lampiran 9. Surat Izin Penelitian 1.....	80
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian 2.....	81
Lampiran 11. Dokumentasi.....	82
Lampiran 12. Daftar Riwayat Hidup.....	84

DAFTAR RUJUKAN

1. Buku dan Artikel Jurnal

- Abduljabar, B. & Darajat, J. (2014). Aplikasi Statistika dalam Penjas. Bandung: CV. Bintang Warliartika.
- Agus. (2007). Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Jakarta: Yudistira.
- Aditama TJ. 2001. Masalah Merokok dan Penanggulangannya. Jurnal Perhimpunan Dokter Paru Indonesia – Lembaga Menanggulangi Masalah Merokok dengan Yayasan penerbitan IDI. Pp. 1-19.
- Aiman, Husaini. 2006. Tobat Merokok : Rahasia & Cara Empatik Berhenti Merokok. Depok : Pustaka liman.
- Alawiyah, H. M. 2015. Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya Dan Pengetahuan Tentang Rokok Dengan Perilaku Merokok Remaja. Skripsi. Surabaya : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Basuki Surodjo & Sifra Susi Langi. 2013. Stop Smooking Good. PT Gramedia Pustaka Utama: Jakarta.
- Bompa, O Tudor. 1999. Periodization: Theory And Methology Of Training, Kendal/Hunt: Publishing.
- Cahn, Z., Society, A. C., Islami, F., Society, A. C., & Liber, A. C. (2018). *The Tobacco Atlas : Sixth Edition*.
- Cavanagh, P., EVANS, J., Fiatarone, M., Hagberg, J., McAuley, E., & Startzell, J. (1998). Exercise and physical activity for elderly adults. *Med. Sci. Sports Exerc*, 30(6), 1-29.
- Charilaou, M., Karekla, M., Constantinou, M., & Price, S. (2009). Relationship between physical activity and type of smoking behavior among adolescents and young adults in Cyprus. *Nicotine and Tobacco Research*, 11(8), 969–976. <https://doi.org/10.1093/ntr/ntp096>
- Conway, T. L., & Cronan, T. A. (1992). Smoking, exercise, and physical fitness. *Preventive Medicine*, 21(6), 723–734. [https://doi.org/10.1016/0091-7435\(92\)90079-W](https://doi.org/10.1016/0091-7435(92)90079-W)
- Depkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI.
- Eroğlu, H., & Yüksek, S. (2018). The Effect of Smoking on the Physical Fitness of Elderly Male Subjects. *Universal Journal of Educational Research*, 6(6), 1158–1166. <https://doi.org/10.13189/ujer.2018.060605>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *HOW TO DESIGN AND EVALUATE RESEARCH IN EDUCATION*.
- French, S. A., Hennrikus, D. J., & Jeffery, R. W. (1996). Smoking Status , Dietary Intake , and Physical Activity in a Sample of Working Adults found increased preference for sweets among recent quitters. *Health Psychology : Official Journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, 15(6), 448–454.
- Gay, L.R. dan Diehl, P.L. (1992), Research Methods for Business and. Management, MacMillan Publishing Company, New York
- Giriwijoyo, Santosa dan Ali M. Muchtamadji. (2006). Ilmu Faal Olahraga Fungsi Tubuh Manusia pada Olahraga. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan

Kesehatan UPI.

- Hartono, S dkk. 2013. Pendidikan Jasmani. Surabaya : Unesa University Press.
- Heydari, G., Hosseini, M., Yousefifard, M., Asady, H., Baikpour, M., & Barat, A. (2015). Smoking and physical activity in healthy adults: A cross-sectional study in Tehran. *Tanaffos*, 14(4), 238–245.
- Holmen, T. L., Clausen, J., Holmen, J., & Bjermer, L. (2002). Physical exercise , sports , and lung function in smoking versus nonsmoking adolescents. *European Respiratory Journal*, 19, 8–15.
<https://doi.org/10.1183/09031936.02.00203502>
- Hurlock, Elizabeth, B. (1999). Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Terjemahan Istiwidayanti & Soedjarno. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Istiqomah, U. (2003). Upaya Menuju Generasi Tanpa Rokok. Surakarta: Seti Aji Kasali. (2000). Periklanan di media. Bandung: Pelita Jaya.
- Jones, C. J., & Rikli, R. E. (2002). *Measuring functional*. (April), 24–30.
- Komalasari, D. (2007). Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Merokok pada Remaja. Tesis.
- Komasari, S., Helmi, A. (2000). Rokok dan perilaku merokok di masyarakat indonesia. Jakarta: PT. Gramedia. Jones, C. J., & Rikli, R. E. (2002). *Measuring functional*. (April), 24–30.
- Landers, D. M. (1997). *The Influence of Exercise on Mental Health*. (January 1997).
- Leger, L. A., & Lambert, J. (1982). Applied Physiology to Predict VO₂ max *. *European Journal of Applied Physiology and Occupational Physiology*, 49, 1–12.
- Mariani, S.R. 2004. Dasar warga sehat : Isu Psikologi Faktor Remaja Sekolah Merokok. Jurnal Pendidikan 2004 University Malaya. Pp 141-160. <http://myais.fsktm.um.edu.my/5217/1/12/pdf> (diakses 27 desember 2018)
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., Haditono. (1999). Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya. Terjemahan Siti Rahayu Haditono. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Naingolan, T. (1998). Remaja dan permasalahannya. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Nasution, I.K. (2007). Perilaku Merokok pada Remaja. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Natsir, Mohammad. 1999. Metode Penelitian. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Ogden, Jane. (2002). Health psikologi. Buckingham: Open University Press.
- Papathanasiou, G., Papageorgiou, E., Zerva, E., & Michalis, L. K. (2013). *Effects of Smoking on Heart Rate at Rest and During Exercise, and on Heart Rate Recovery, in Young Adults*. (May).
- Poerwadarminta, A. (1995). Aku bukan perokok berat. Bandung: PT: Cahaya Pembaca.
- Raudsepp, L. (1998). PHYSICAL ACTIVITY , AEROBIC FITNESS AND FATNESS IN PREADOLESCENT. *Sports Medicine, Training and Rehabilitation*, 8(January 2015), 37–41.
<https://doi.org/10.1080/15438629809512522>
- Saryono. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan Penuntun Praktis Bagi Pemula. Yogyakarta: Mitra Cendikia

- Sharkey, Bj. 2011. *Kebugaran dan Kesehatan*. Desmarini, Eri, N. 2003 (ahli bahasa). Ed. 2, Cet 2. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta
- Sitepoe, M. (2010). *Kekhususan Rokok Indonesia*. PT. Gramedia Widiasarana Indonesia. Jakarta.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Semarang: PT. Gramedia.
- Smoking, N., Questionnaire, B., Glover, E. D., Nilsson, F., Westin, Å., Glover, P. N., ... Persson, B. (2005). Developmental History of the Glover- Nilsson Smoking Behavioral Questionnaire. *Am J Health Behav*, 29(5), 443–455.
- Triswanto, Sugeng D. 2007. *Stop Smoking*. Yogyakarta : Progresif Books
- Widiastuti. 2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Watson, A.S. (1992): *Children in Sports, dalam Textbook of Science and Medicine in Sport Edited by J.Bloomfield, P.A.Fricker and K.D.Fitch*; Blackwell Scientific Publications.
- Youliden, D. R., Mph, S. M. C., & Baade, P. D. (2008). The International Epidemiology of Lung Cancer Geographical Distribution and Secular Trends. *JTO Acquisition*, 3(8), 819–831.
<https://doi.org/10.1097/JTO.0b013e31818020eb>

2. Sumber Online dan Bentuk Lainnya

- Bekti. (2010). “Lindungi Remaja dari Bahaya Merokok”.
http://medicastore.com/artikel/299/Lindungi_Remaja_dari_Bahaya_Rokok.html (diakses 27 desember 2018)
- Danusantoso, K. (1991). Bahaya rokok.
<http://nasional.jurnas.com/halaman/5/2011-06-11/171643> (diakses 19 Januari 2019)
- Departemen Kementrian Kesehatan, (2016) *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat*.
http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVIN_SI_2016/12_Jabar_2016.pdf (diakses 19 januari 2019)
- Direktorat Jenderal Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan. (2015). “Peringatan Hari Tanpa Tembakau Sedunia”.
<http://pppl.depkes.go.id/focus?id=1552> (diakses 27 desember 2018)
- Dr.HarioTilarso, spKO FACSMM dikutip dari <http://reps-id.com/merokok-dan-kemampuan-fisik/> (diakses 3 Januari 2019)
- Kuncoro. (2007). Rokok dan bahayanya.
http://www.kompas.com/read/artikel/rokok_dan_bahayanya.html. (diakses 19 Januari 2019)
- Mu‘tadin, Z (2002). *Remaja dan Rokok*. <http://www.e-psikologi.com/remaja.050602.html> (diakses 19 Januari 2019)