

A. SKALA UJI COBA
Skala Uji Coba Promblem Focused Coping

PETUNJUK PENGISIAN

1. Isilah identitas Anda dengan lengkap.
3. Bacalah dan pahami setiap pernyataan sebelum memberikan responjawaban.
4. Jawablah semua pernyataan sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dengan memberikan tanda cek (√) pada salah satu dari empat alternatif pilihan jawaban:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Pernyataan berikut tidak mengandung jawaban benar atau salah, maka diharapkan menjawab dengan jujur dan sesuai dengan kondisi anda saat ini.

SELAMAT MENGERJAKAN

Nama	:	
Angkatan	:	
Jurusan	:	
Jenis Kelamin	:	

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya banyak istirahat saat dalam kondisi tertekan agar tidak jatuh sakit				
2	Saya memilih merokok lalu saya menyelesaikan masalah				
3	Saya memilih merokok dan menyelesaikan masalah sendiri dari pada saya menceritakan keadaan saya ke orang lain				
4	Menurut saya dengan merokok mampu menyelesaikan masalah				
5	Saya tetap merokok meskipun saya mengetahui akan memperburuk kondisi saya				
6	Saya mencari informasi berkaitan dengan masalah yang saya hadapi agar dapat membantu mempermudah saya mengatasi permasalahan yang saya hadapi				
7	Saya memilih untuk berkumpul dengan teman-teman jika saya banyak masalah				
8	Saya tidak akan menghindari masalah, namun saya akan memperbaiki				
9	Menurut saya merokok tidak mampu				

	menghilangkan tekanan-tekanan yang sedang saya hadapi				
10	Saya terbiasa bertindak langsung tanpa rencana				
11	Sebelum saya merokok langkah-langkah yang akan saya ambil untuk menyelesaikan masalah				
12	Saya membayangkan langkah-langkah yang akan saya ambil untuk menyelesaikan masalah				
13	Jika saya dalam keadaan tertekan saya berusaha menyelesaikan				
14	Merokok mampu meningkatkan konsentrasi				
15	Saya tidak mampu berkonsentrasi jika saya tidak merokok				
16	Menurut saya merokok mampu menghadapi masalah				
17	Saya tidak peduli meskipun asap rokok mengganggu bagi kesehatan				
18	Meskipun saya ditempat keramaian saya tetap merokok				
19	Ketika saya naik angkutan umum saya tetap merokok, meskipun mengganggu orang disebelah saya				
20	Saya tetap merokok meskipun orang menegur saya				
21	Ketika saya banyak masalah saya memikirkan dengan matang, namun saya mudah melupakannya				
22	Saya tidak bisa memikirkan hal lain selain masalah yang ada				
23	Ketika saya dalam keadaan terpuruk saya membutuhkan nasehat dari sahabat saya				
24	Tanpa ada bantuan nasehat dari orang lain masalah tidak akan terselesaikan				
25	Saya mengingatkan konsekuensi dari keinginan teman-teman untuk merokok				
26	Saya berusaha mencari informasi agar saya bisa lepas dari kebiasaan merokok				
27	Saya berusaha menyelesaikan masalah dengan hal positif sari pada saya melampiaskan dengan merokok				
28	Ketika saya banyak masalah dan keinginan merokok meningkatkan saya mampu melampiaskan dengan hal lain				
29	Ketika saya banyak masalah saya memilih merokok lalu mencari jalan keluar				
30	Setiap masalah akan selesai dengan sendirinya seiring berjalannya waktu tanpa harus memikirkannya				
31	Saat saya ada masalah saya menyelesaikan dengan merokok				

32	Bantuan dari teman hanya menambah kebingungan saya dalam menyelesaikan masalah				
33	Merokok untuk menyenangkan perasaan saya				
34	Saya memperbanyak ibadah untuk menghilangkan stres dari padasaya merokok				
35	Menurut saya menghilangkan kebiasaan merokok suatu hal yang sangat sulit				
36	Saya berdiskusi dengan teman saya ketika sedang menghadapi masalah				
37	Saya menyelesaikan hingga tidak ada efek jangka panjang				
38	Saya yakin dengan memiliki banyak informasi mengenai cara menghadapi masalah, akan mempermudah saya mengatasi permasalahan yang saya hadapi				
39	Saya tidak mampu menahan keinginan untuk merokok ketika saya sedang dirumah				
40	Saya tidak mampu mengurangi kebiasaan merokok				
41	Selain merokok saya mampu berkonsentrasi dengan tugas yang saya kerjakan				
42	Saat saya banyak masalah saya fokus dengan masalah yang saya hadapi				
43	Saya mementingkan tugas saya dari pada saya merokok				
44	Saya akan cepat menyelesaikan suatu masalah yang mengganggu fikiran saya				
45	Asap rokok mengganggu pernafasan				
46	Saya orang yang tidak berburu saat menyelesaikan masalah, namun saya mudah menyalahakan diri sendiri jika gagal				
47	Saya memikirkan secara rinci langkah-langkah menyelesaikan masalah				
48	Sebelum saya merokok saya merencanakan dengan matang akibat atau dampak yang disebabkan rokok				
49	Saya memikirkan berbagai alternatif pemecahan masalah yang berbeda untuk mengatasinya				
50	Meskipun saya merokok saya berusaha tidak merokok ditempat keramaian				
51	Saat saya berada didalam bus saya berhenti untuk merokok				
52	Saya tidak yakin orang lain dapat membantu saya menghadapi masalah				
53	Saya tidak suka jika orang lain menasehati saya				
54	Ketika saya dalam keadaan terpuruk saya memilih untuk merokok dari pada saya mencari nasehat dari orang lain				
55	Saya tidak tahu apa yang harus saya lakukan				

56	Ketika saya menghadapi banyak masalah saya memilih untuk merokok				
57	Saya mampu menghabiskan beberapa batang rokok ketika dalam keadaan tertekan				
58	Saya merokok untuk menghilangkan beban masalah				
59	Tindakan yang paling tepat untuk menghilangkan masalah yaitu merokok				
60	Saya belum pernah mengajak teman-teman untuk berhenti merokok				
61	Saya menyelesaikan masalah dengan bermusyawarah untuk mendapatkan solusi terbaik				
62	Ketika saya banyak masalah saya berusaha menahan keinginan untuk merokok				
63	Ketika saya ingin merokok saya berusaha menahannya				
64	Ketika saya ingin membeli rokok saya berfikir terlebih dahulu				
65	Saya mencari informasi sebanyak-banyaknya sebagai pertimbangan saya dalam menyelesaikan masalah				

Skala Uji Coba Kontrol Diri

PETUNJUK PENGISIAN

1. Isilah identitas Anda dengan lengkap.
3. Bacalah dan pahami setiap pernyataan sebelum memberikan responjawaban.
4. Jawablah semua pernyataan sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dengan memberikan tanda cek (√) pada salah satu dari empat alternatif pilihan jawaban:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Pernyataan berikut tidak mengandung jawaban benar atau salah, maka diharapkan menjawab dengan jujur dan sesuai dengan kondisi anda saat ini.

SELAMAT MENGERJAKAN

Nama	:	
Angkatan	:	
Jurusan	:	
Jenis Kelamin	:	

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merokok ketika mengantuk				
2	Saat saya mengerjakan tugas saya tidak bisa lepas dari rokok				
3	Agar saya terlihat keren saya memutuskan untuk merokokn				
4	Saya merokok untuk meningkatkan semangat saya				
5	Saya akan langsung marah jika melihat orang sedang merokok didalam perpus				
6	Sebelum saya memutuskan untuk merokok, saya mempertimbangkan dengan matang				
7	Saya melakukan tindakan nyata untuk menyelesaikan masalah yang saya hadapi				
8	Lebih baik saya mengerjakan tugas kuliah, dari pada saya merokok dengan teman-teman				
9	Saat mengantuk saya lebih memilih makan permen dari pada merokok				
10	Saya mampu mengalihkan perhatian ketika ingin merokok dengan kegiatan yang lain				
11	Saya mampu bersabar untuk tidak merokok pada				

	saat saya berada diruang AC				
12	Pada saat saya mengerjakan tugas, saya menolak ajakan teman untuk merokok				
13	Saya merasa terselamatkan ketika menolak ajakan teman untuk nongkrong sambil merokok				
14	Saya akan mengurangi jumlah rokok yang saya hisap setiap hari				
15	Saya bisa menolak ajakan teman untuk merokok pada saat jam kuliah				
16	Saya memilih untuk menghabiskan waktu luang dipustaka dari pada berkumpul disatu tempat bersama teman-teman sambil merokok				
17	Saya berusaha untuk menghindari segala hal yang berkaitan dengan rokok				
18	Meskipun teman saya merokok di waktu yang tidak tepat, tapi saya tidak pernah ikut				
19	Saya percaya dengan bahaya rokok yang sering di jumpai pada saat diiklan maupun dibungkus rokok				
20	Saya sering menceritakan pengalaman orang lain yang disebabkan oleh rokok				
21	Saya lebih senang menceritakan sendiri kebenaran yang disebabkan rokok dari pada melalui orang lain				
22	Kebiasaan merokok saya tidak meningkat meskipun banyak orang yang beranggapan merokok mampu memberikan kenikmatan				
23	Ketika saya sedang marah pada teman saya akan mempertimbangkan tindakan saya dengan hati-hati				
24	Ketika saya sedang banyak masalah saya memilih untuk mencari jalan keluar dari pada saya melampiaskan dengan merokok				
25	Ketika saya melakukan kesalahan, saya segera memperbaiki untuk menjadi lebih baik				
26	Saya tetap berkumpul ketika teman disekitar saya mulai merokok				
27	Saya tidak bisa jauh dari rokok dalam waktu yang lama				
28	Ketika saya ingin merokok saya tidak dapat mengalihkan perhatian saya ke hal yang lain				
29	Saya tida dapat mengalihkan kebiasaan merokok dengan berolah raga				
30	Pada saat saya mengerjakan tugas saya akan tetap merokok				
31	Saya mengabaikan informasi tentang bahaya rokok yang sering kita lihat dibungkus mapun di				

	iklan rokok				
32	Pada saat saya di naik angkutan umum saya akan merokok				
33	Saya membiarkan teman merokok meskipun saya mengetahui tetangga saya terkena kangker karena sering merokok				
34	Kebiasaan merokok saya meningkat karena teman saya mengatakan bahwa merokok mampu memberikan kenikmatan				
35	Saya tidak percaya dengan foto-foto yang disebabkan oleh rokok yang tercantumkan dibungkus rokok				
36	Saya memutuskan untuk merokok karena mengikuti perkembangan zaman				
37	Ketika saya banyak masalah saya memutuskan untuk merokok dari pada menyelesaikan masalah				
38	Saya merokok sesuai keinginan saya, tanpa mempertimbangkan dampaknya				
39	Karena ketagihan kebiasaan merokok saya meningkat				
40	Saya tidak memperdulikan jika ada orang yang mengomentari negative tentang perilaku merokok saya				
41	Saya akan tetap merokok meskipun saya didalam ruangan berAC				
42	Saya tidak mampu mengontrol keinginan saya untuk merokok pada saat jam kuliah				
43	Saya lebih senang mencari sensasi pada saat merokok agar menarik perhatian orang lain				
44	Saya tidak dapat membedakan untung rugi dari perilaku yang saya pilih				
45	Menurut saya situasi diwarung akan memicu kebiasaan merokok				
46	Saya cenderung menghindari orang yang perilakunya tidak sesuai norma di masyarakat				
47	Saya tidak melampiaskan diri dengan merokok ketika mendapat tekanan				
48	Pada kondisi seperti apaun saya berusaha untuk tidak merokok				
49	Saya tidak akan menolak ajakan teman untuk merokok meskipun saya sedang dalam keadaan mengerjakan tugas				
50	Saya tidak mampu menolak ajakan teman untuk merokok pada saat berkumpul				
51	Ketika saya diminta mengambil keputusan maka saya akan memutuskan tanpa memikirkan perasaan orang lain				

52	Saya merokok karena teman-teman saya merokok				
53	Saya lebih senang berkumpul disatu tempat bersama teman-teman sambil merokok				
54	Menurut saya, saya lebih banyak memikirkan langkah menyelesaikan masalah dari pada memikirkan cara melampiaskannya				
55	Saya tidak terpengaruh ajakan teman saat saya dikejar deadlne				

B. SKALA PENELITIAN
Bentuk Akhir Skala *Problem Focused Coping*

PETUNJUK PENGISIAN

1. Isilah identitas Anda dengan lengkap.
3. Bacalah dan pahami setiap pernyataan sebelum memberikan respon jawaban.
4. Jawablah semua pernyataan sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dengan memberikan tanda cek (√) pada salah satu dari empat alternatif pilihan jawaban:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Pernyataan berikut tidak mengandung jawaban benar atau salah, maka diharapkan menjawab dengan jujur dan sesuai dengan kondisi anda saat ini.

SELAMAT MENGERJAKAN

Nama	:	
Angkatan	:	
Jurusan	:	
Jenis Kelamin	:	

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Sebelum saya merokok saya merencanakan dengan matang akibat atau dampak yang disebabkan rokok				
2	Saya tidak peduli meskipun asap rokok mengganggu bagi kesehatan				
3	Saya menyelesaikan masalah dengan bermusyawarah untuk mendapatkan solusi terbaik				
4	Ketika saya banyak masalah saya berusaha menahan keinginan untuk merokok				
	Pernyataan	SS	S	TS	STS
5	Ketika saya ingin merokok saya berusaha menahannya				
6	Ketika saya ingin membeli rokok saya berfikir terlebih dahulu				
7	Menurut saya dengan merokok mampu menyelesaikan masalah				
8	Saya tetap merokok meskipun saya mengetahui akan memperburuk kondisi saya				
9	Ketika saya banyak masalah saya memilih merokok lalu mencari jalan keluar				
10	Setiap masalah akan selesai dengan sendirinya				

	seiring berjalanya waktu, tanpa saya harus memikirkannya				
11	Saya tidak yakin orang lain dapat membantu saya menghadapi masalah				
12	Saya mencari informasi sebanyak-banyaknya sebagai pertimbangan saya dalam menyelesaikan masalah				
13	Saya tidak tahu apa yang harus saya lakukan				
14	Merokok mampu meningkatkan konsentrasi				
15	Meskipun saya ditempat keramaian saya tetap merokok				
16	Ketika saya dihadapkan banyak masalah saya memilih untuk merokok				
17	Saya merokok untuk menghilangkan beban masalah				
18	Ketika saya naik angkutan saya tetap merokok, meskipun mengganggu orang disebelah saya				
19	Saat saya berada didalam bus saya berhenti untuk merokok				
20	Saya tidak suka jika orang lain menasehati saya				
21	Tindakan yang paling tepat untuk menghilangkan masalah yaitu merokok				
22	Saat saya ada masalah saya menyelesaikan dengan merokok				
23	Saya tetap merokok meskipun orang menegur saya				
24	Ketika saya dalam keadaan terpuruk saya memilih untuk merokok dari pada saya mencari nasehat dari orang lain				
25	Bantuan dari teman hanya menambah kebingungan saya dalam menyelesaikan masalah				
26	Saya membutuhkan bantuan nasehat dari orang tua untuk menyelesaikan masalah				

Bentuk Akhir Skala Kontrol Diri

PETUNJUK PENGISIAN

1. Isilah identitas Anda dengan lengkap.
3. Bacalah dan pahami setiap pernyataan sebelum memberikan respon jawaban.
4. Jawablah semua pernyataan sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dengan memberikan tanda cek (√) pada salah satu dari empat alternatif pilihan jawaban:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Pernyataan berikut tidak mengandung jawaban benar atau salah, maka diharapkan menjawab dengan jujur dan sesuai dengan kondisi anda saat ini.

SELAMAT MENGERJAKAN

Nama	:	
Angkatan	:	
Jurusan	:	
Jenis Kelamin	:	

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merokok sesuai keinginan saya, tanpa mempertimbangkan dampaknya				
2	Saya percaya dengan bahaya rokok yang sering di jumpai pada saat diiklan maupun dibungkus rokok				
3	Saya tidak mampu menolak ajakan teman untuk merokok pada saat berkumpul				
4	Pada saat saya naik angkutan umum saya akan merokok				
5	Saya tidak memperdulikan jika ada orang yang mengomentari negative tentang perilaku merokok saya				
6	Saat mengantuk saya lebih memilih makan permen dari pada merokok				
7	Saya tidak bisajauh dari rokok dalam waktu yang lama				
8	Saya akan tetap merokok meskipun saya didalam ruang ber AC				
9	Lebih baik saya mengerjakan tugas kuliah, dari pada saya merokok dengan teman-teman				
10	Saya bisa menolak ajakan teman untuk merokok				

	pada saat jam kuliah				
11	Ketika saya sedang marah pada teman saya akan mempertimbangkan tindakan saya dengan hati-hati				
12	Ketika saya sedang banyak masalah saya memilih untuk mencari jalan keluar dari pada saya melampiaskan dengan merokok				
13	Pada saat saya mengerjakan tugas saya akan tetap merokok				
14	Saya mampu bersabar untuk tidak merokok pada saat saya berada diruang AC				
15	Saya membiarkan teman merokok meskipun saya mengetahui tetangga saya terkena kangker karena sering merokok				
16	Kebiasaan merokok saya meningkat karena teman saya mengatakan bahwa merokok mampu memberikan kenikmatan				
17	Saya akan langsung marah jika melihat orang sedang merokok didalam perpustakaan				
18	Saya merokok ketika mengantuk				
19	Saya tidak mampu mengontrol keinginan saya untuk merokok pada saat jam kuliah				
20	Saya memilih untuk menghabiskan waktu luang dipustaka dari pada berkumpul disatu tempat bersama teman-teman sambil merokok				
21	Saya berusaha untuk menghindari segala hal yang berkaitan dengan rokok				
22	Saya tidak percaya dengan foto-foto yang disebabkan oleh rokok yang dicantumkan dibungkus rokok				
23	Ketika saya melakukan kesalahan, saya segera memperbaiki untuk menjadi lebih baik				
24	Pada saat saya mengerjakan tugas, saya menolak ajakan teman untuk merokok				
25	Saya akan mengurangi jumlah rokok yang saya hisap setiap hari				
26	Saya lebih senang mencari sensasi pada saat merokok agar menarik perhatian orang lain				
27	Meskipun teman saya merokok diwaktu yang tidak tepat, tapi saya tidak pernah ikut				
28	Saat saya mengerjakan tugas saya tidak bisa lepas dari rokok				
29	Saya memutuskan untuk merokok karena mengikuti perkembangan zaman				
30	Agar saya terlihat keren saya memutuskan untuk merokok				
31	Ketika saya banyak masalah saya memutuskan				

	untuk merokok dari pada menyelesaikan masalah				
32	Karena ketagihan kebiasaan merokok saya meningkat				

C. HASIL UJI COBA VALIDITAS DAN REALIBILITAS

Variabel Promblem Focused Coping

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	49	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	49	100,0

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,903	26

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	48,53	98,671	,525	,899
VAR00004	48,24	95,439	,661	,895
VAR00005	48,39	98,242	,580	,897
VAR00014	48,53	96,046	,674	,895
VAR00017	48,45	98,711	,540	,898
VAR00018	48,27	97,407	,579	,897
VAR00019	47,88	97,110	,497	,900
VAR00020	47,94	97,309	,545	,898
VAR00029	48,35	98,315	,495	,899

VAR00030	48,14	97,125	,579	,897
VAR00031	48,22	97,386	,579	,897
VAR00032	48,02	98,187	,510	,899
VAR00051	47,78	105,053	,098	,910
VAR00052	48,08	97,868	,452	,901
VAR00053	47,86	95,167	,642	,895
VAR00054	48,06	97,767	,485	,900
VAR00055	47,71	100,167	,458	,900
VAR00056	48,47	95,754	,653	,895
VAR00058	48,41	97,288	,583	,897
VAR00059	48,24	95,814	,638	,895

Variabel Kontrol Diri

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	50	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	50	100,0

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,881	31

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	80,26	155,951	,324	,879
VAR00002	80,58	156,453	,390	,878
VAR00003	79,76	155,900	,300	,880
VAR00005	79,36	155,460	,312	,880
VAR00008	79,88	153,577	,426	,877
VAR00009	79,98	156,959	,298	,880
VAR00011	79,58	152,126	,500	,875
VAR00012	80,32	154,549	,468	,876
VAR00014	79,92	153,055	,455	,876
VAR00015	79,58	151,432	,594	,874
VAR00016	80,18	154,191	,417	,877
VAR00017	80,46	156,458	,370	,878
VAR00018	79,92	155,993	,337	,879
VAR00019	79,64	155,827	,386	,878
VAR00023	79,38	157,669	,400	,878
VAR00024	79,90	156,786	,304	,880
VAR00025	79,26	159,380	,276	,880
VAR00027	80,48	154,336	,381	,878
VAR00030	80,56	149,394	,615	,873
VAR00032	79,70	154,214	,432	,877
VAR00033	80,20	156,204	,373	,878

VAR00034	80,08	149,789	,600	,873
VAR00035	80,18	152,436	,496	,875
VAR00036	79,64	156,970	,356	,879
VAR00037	79,92	148,238	,638	,872
VAR00038	80,40	156,612	,448	,877
VAR00039	80,18	156,028	,346	,879
VAR00040	80,52	158,418	,296	,880
VAR00041	79,36	155,582	,408	,878
VAR00042	79,70	156,418	,410	,878
VAR00043	79,72	153,879	,443	,877

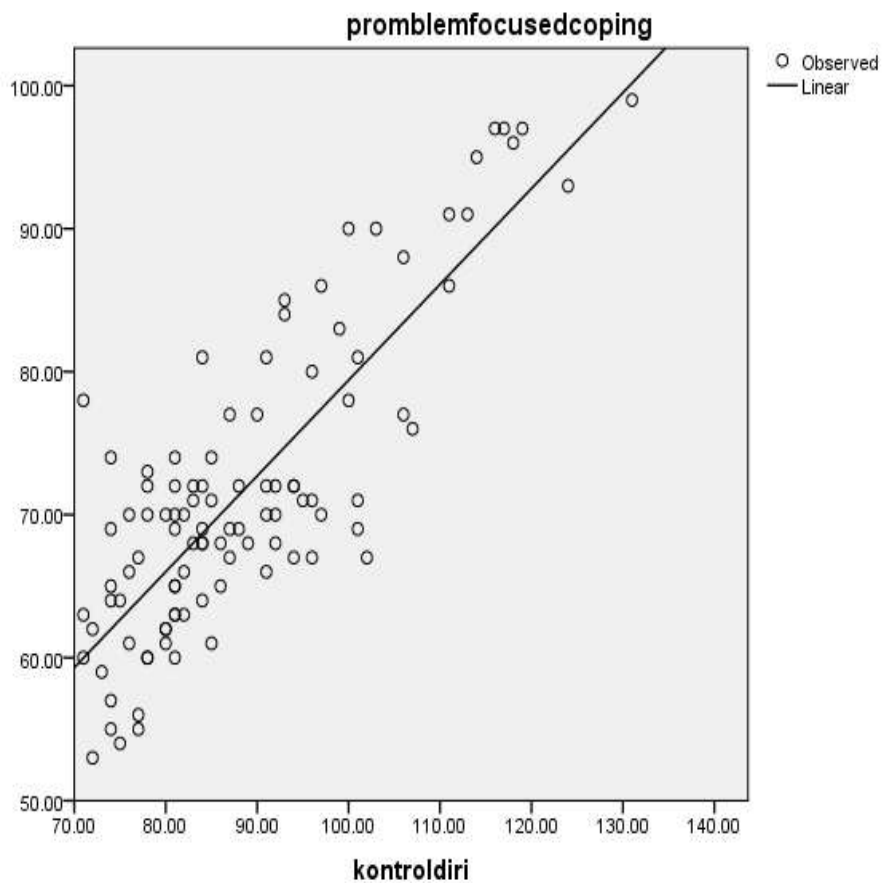
**D. HASIL UJI ASUMSI
HASIL UJI NORMALITAS**

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Kontrol diri	101	88.6040	13.18187	71.00	131.00
Problem focused coping	101	71.7723	10.66009	53.00	99.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		kontrol diri	Problem focused coping
N		101	101
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	88.6040	71.7723
	Std. Deviation	13.18187	10.66009
Most Extreme Differences	Absolute	.132	.185
	Positive	.132	.185
	Negative	-.091	-.065
Kolmogorov-Smirnov Z		1.331	1.855
Asymp. Sig. (2-tailed)		.058	.056

E. HASIL UJI LINIERITAS

Model Summary and Parameter Estimates							
Dependent Variable: promblemfocusedcoping							
Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.687	216.798	1	99	.000	12.403	.670



**F. HASIL UJI KORELASI
ANALISIS PRODUC MOMENT**

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
kontroldiri	88.6040	13.18187	101
Promblem focused coping	71.7723	10.66009	101

Correlations			
		Kontroldiri	Promblem focused coping
Kontroldiri	Pearson Correlation	1	.829**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	101	101
Promblemf ocused coping	Pearson Correlation	.829**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	101	101